



### **Liebe FreundInnen der IGRC!**

Ich bedanke mich herzlich bei der Musik- und Bewegungspädagogin, bzw. Rhythmikerin Barbara Krepcik über ihren Artikel im Blickpunkt. Ihr Buch "Körper und Rhythmus" ist im Frühjahr erschienen. Hier fasst sie zusammen und bezieht in ihre Überlegungen Rosalia Chladek mit ein.

Liebe Grüße, Martina Haager  
IGRC management

I M B L I C K P U N K T

INTERNATIONALE  
GESELLSCHAFT  
ROSALIA CHLADEK **IGRC**

### **Rhythmus und Körper von Barbara Krepcik**

Als ich vor Jahren nach einem Thema für meine Forschungsarbeit suchte, legte ich meinen Überlegungen Beobachtungen aus der pädagogischen Praxis zugrunde, denen ich wissenschaftlich auf den Grund gehen wollte. Aus den Überlegungen ist ein Buch geworden und ich werde nun versuchen, einige meiner Gedankengänge auch in Bezug zum Chladek®-System zu sehen. Im Laufe meiner Ausbildung und meiner beruflichen Tätigkeit als Musik- und Bewegungspädagogin/Rhythmikerin hatte und habe ich mit den unterschiedlichsten Zielgruppen vom (Klein-)Kind über Jugendliche oder Menschen mit Behinderung bis zu SeniorInnen zu tun. Ein Element scheint mal mehr, mal weniger, jedoch unabhängig vom Alter oder von den motorischen und kognitiven Fähigkeiten, fast immer zu bestehen: die Freude an Musik und Bewegung.

Woher kommt es, dass Musik offensichtlich eine aktivierende und lustvolle Wirkung auf den Menschen ausübt, die universal zu gelten scheint? Wieso gelangen gerade die rhythmischen Anteile der Musik ohne Umwege in unser motorisches System? Wie etliche musikpsychologische und neurobiologische Forschungsberichte bestätigen, sind die Produktion und die Wahrnehmung von Rhythmus eng an die körperliche Erfahrung gebunden. Ein akustisch vorgegebener Rhythmus kann exakter nachgeklopft werden als ein visuell durch Lichtblitze vorgegebener. Umgekehrt ist die Bewegungserfahrung Voraussetzung für die Wahrnehmung rhythmischer Strukturen. Bereits sieben Monate alte Babys erkennen und beurteilen vorgespielte Rhythmen auf Grund eines zuvor erfahrenen Bewegungseindrucks. Die Motorik ist für die Aufschlüsselung bzw. Umsetzung rhythmischer Muster unentbehrlich. Motorische und rhythmische Entwicklung beeinflussen sich gegenseitig. Körperliches und rhythmisches Geschick gehen Hand in Hand. Erklärungsansätze dieser sensomotorischen Wirkungsweise des Rhythmus finden sich auf vielerlei Ebenen.

Nehmen wir Rhythmen wahr, so sind sofort allerlei Nervenbahnen in Ohr und Gehirn aktiv. Dabei werden ohne unseren Willen viele motorische Zentren aktiviert: das Gleichgewichtsorgan im Innenohr, das Kleinhirn oder Teile des motorischen Kortex inklusive der auditiven Spiegelneuronen. Da die Schallreize bereits auf subkortikaler Ebene (d. h. unterhalb der Ebene des Großhirns) motorische Zentren durchlaufen, kann Musik gar nicht anders als direkt in den Körper eindringen, weil körperliche Mitbewegung zur Musik hier unterhalb der Ebene des Bewusstseins vor sich geht. Auch die Spiegelneuronen in den motorischen Feldern der Großhirnrinde arbeiten ‚eigenständig‘. Sie schwingen beim alleinigen Hören einer Musik mit und reflektieren die Eindrücke direkt ins motorische Nervensystem.

Neben den Spiegelneuronen ist der gesamte Körper schwingungsfähig. Körper, Geist und Seele können als Resonanzfähiges System mit vielerlei innewohnenden Rhythmen (Pulsschlag, Gehbewegung,...) und mit ganz bestimmten Eigenfrequenzen (auf Grund der Länge der Arme und Beine,...) verstanden werden. All diese inneren Rhythmen können leicht durch Energiezufuhr mittels äußerer Rhythmen angeregt werden. Das motionale oder emotionale System kann durch Musik direkt erreicht werden und ‚mitschwingen‘. Zudem erleichtern musikalische Rhythmen auch die Synchronisation im sozialen Kontext, wodurch sie zur Förderung von Gemeinschaftsgefühl beitragen können.

Nicht zuletzt spielen pränatale Erfahrungen eine bedeutende Rolle hinsichtlich der motivationalen und emotionalen Wirkung von Rhythmen, indem wir auf uns dringende rhythmische Motive unbewusst mit den als Fötus erlebten mütterlichen Schritt- oder Herzschlaggeräuschen bzw. der damit verbundenen Bewegungserfahrung in Verbindung bringen.

Aufgrund oben beschriebener Begebenheiten treten Mitbewegungen beim Hören von Musik im Normalfall ganz spontan auf. Das reflexartige Auslösen motorischer Reaktionen durch das Wahrnehmen musikalischer Strukturen ist angeboren und es darf davon ausgegangen werden, dass jedem Menschen Musikalität als ‚genetisches Potenzial‘ gegeben ist. Jedoch hat vor allem der Erwachsene ‚gelernt‘, dieses Potenzial bewusst zu unterdrücken. Während das Kind seine Freude an Musik und Bewegung meist noch unmittelbar zum Ausdruck bringt, wirken in späteren Jahren individuelle oder soziokulturelle Faktoren zunehmend hemmend auf solch natürliche Gegebenheiten.

Ein natürlicher, vielfältiger und ungezwungener Umgang mit Musik ist notwendig, um das angeborene genetische Potenzial an Musikalität zu bewahren und zu entfalten. Die Rhythmik kommt diesem Gedanken bestmöglich entgegen. Seit jeher geht sie ganz selbstverständlich mit der Wechselbeziehung von Musik und Bewegung und dem gemeinsamen rhythmischen Element um. Schließlich hat schon der Begründer der Rhythmik, Emile Jaques-Dalcroze, die Bedeutung der körperlichen Bewegung für das rhythmisch-musikalische Verständnis entdeckt und beschrieben. Doch auch die anderen Qualitäten von musikalischem Rhythmus werden in der Rhythmik gezielt genutzt. Musikalische Rhythmen laden unmittelbar zur körperlichen und emotionalen Anteilnahme ein, regen Denkleistungen an und erleichtern ein synchronisiertes Gruppengeschehen. Rhythmus wirkt in ganzheitlicher Weise und als pädagogisches Mittel ermöglicht Rhythmus nicht nur eine Förderung motorischer Fähigkeiten, sondern auch kognitiver und affektiv-sozialer Fähigkeiten, also eine Förderung der ganzen Persönlichkeit. Eine Pädagogik, die sich dem Rhythmus verpflichtet, erhält dann natürlich Berechtigung, sich als ganzheitliche Arbeitsweise zu verstehen.

Rosalia Chladek hat ihr "Lehrdiplom für Körperbildung" in der für Dalcroze errichteten Schule Hellerau bei Dresden erworben und sah sich immer eng verbunden mit dem dort angeeigneten Gedankengut und der Lehrweise von Jaques-Dalcroze. Chladek ging in ihren früheren Tänzen in der Konzeption ihrer Choreographie häufig von der Musik aus. Musik berührte und bewegte sie, Musik regte sie zu motorischen Impulsen und zu Bewegungsabläufen an, getragen von Musik fand sie ihren tänzerischen Ausdruck. In dieser Weise blieb Chladek stark mit den Ideen Dalcrozés verbunden, während andere VertreterInnen des Ausdruckstanzes (z. B. Mary Wigman, Rudolf von Laban) sich gegen den musikgeleiteten Körper aussprachen. Durch die totale Konzentration auf die Körpersprache wandten sie sich immer mehr dem Tanz ohne musikalische Begleitung zu bzw. ordneten die Musik der Tanzdichtung unter. Auch Chladek hat musiklose Tänze geschaffen und doch faszinierte sie als musikbewusste Tänzerin und Choreographin weiterhin stets, durch Musik innerlich bewegt zu werden und diesem inneren Erleben äußere Gestalt zu verleihen. Den Ansatz, Kompositionen ‚aus der Musik heraus‘ zu gestalten, gab sie auch an ihre SchülerInnen weiter.

Im Chladek®-System selbst wird zwar nicht direkt von der Musik ausgegangen, sondern mit verbalen Anleitungen ermöglicht, die Ursachen und Auswirkungen von Bewegung zu erspüren und zu erforschen. Durch die stimmliche Begleitung wird jedoch immer ein musikalischer Bezug hergestellt, der rhythmische, räumliche und dynamische Elemente der Bewegung unterstützt und diese damit beleben und zu einem stärkeren Ausdruck bringen will. Zudem kann auch das Erleben von Bewegung gefestigt werden, da die stimmliche Begleitung mit ihren rhythmischen Anteilen

wiederum direkt ins motorische System gelangt und dort Reaktionen auslöst. Ein sensomotorischer Regelkreis wird geschlossen und tiefes körperliches Verstehen von Bewegung ermöglicht.

Rosalia Chladek, Tänzerin mit fundierter rhythmisch-musikalischer Ausbildung, setzte musikalische Bewegungs-  
begleitung ein und nutzte den Körper als resonanzfähiges System. Sie wusste auch um die ganzheitliche Wirkung von  
Musik und Bewegung und um deren Einfluss auf die Entwicklung der Persönlichkeit. Als Gegenbewegung zu den  
strengen Gesetzen des Balletts ist der Ausdruckstanz gekennzeichnet von dem Versuch, zu ganzheitlichem Erleben, zu  
einem natürlichen Körper- und Bewegungsausdruck und zu Selbstentfaltung zu gelangen. Auch im Chladek®-System  
geht es in weiterem Sinn um die Entwicklung des Individuums in seiner Gesamtpersönlichkeit. Bewegung als  
„räumlich-zeitlich-dynamische Gestalt“ wird in Form ‚kinetischer Melodien‘ sicht- und hörbar, innere Musik bekommt  
eine äußere Form, Musik wird körperlich verstanden und ausgedrückt. Die Entfaltung der Ausdrucksmöglichkeiten und  
die Arbeit am Körper- und Selbstbewusstsein werden durch die enge Verbindung von Musik und Bewegung und durch  
oben beschriebene musikpsychologische und neurobiologische Gegebenheiten intensiviert.

Das Chladek®-System ist ein sehr ‚musikalisches‘ und gerade deshalb so wirkungs- und wertvoll.

#### Quellen:

**KREPCIK, Barbara:** Rhythmus und Körper. Eine Analyse der Wahrnehmung und Wirkung von musikalischem Rhythmus  
mit Fokus auf den Stellenwert der Musik- und Bewegungspädagogik (Rhythmik). Remscheid: Re Di Roma-Verlag 2012

**ILLINI, Ralph / WITOSZYNSKYJ, Eleonore:** Internes Skript aus der Lehrveranstaltung Musik und Bewegung: theoretische  
Vertiefung (Universität für Musik und darstellende Kunst Wien, Magisterstudium Rhythmik, Studienjahr 2006/2007)

**OBERZAUCHER-SCHÜLLER, Gunhild / GIEL, Ingrid:** Rosalia Chladek – Klassikerin des bewegten Ausdrucks. München: K.  
Kieser Verlag 2002



#### **Barbara KREPCIK**

studierte Musik- und Bewegungspädagogik (Rhythmik) an der Universität für Musik  
und darstellende Kunst Wien sowie Musikwissenschaft an der Universität Wien. Sie  
unterrichtet an einer Bildungsanstalt für Kindergartenpädagogik und arbeitet neben  
der schulischen Tätigkeit fachspezifisch und kreativ mit Menschen verschiedener  
Alters- und Bildungsstufen. Außerdem ist sie in der Fortbildung von PädagogInnen  
tätig (u. a. Pädagogische Hochschule) und im Rahmen von Tanz- und  
Performanceprojekten auch künstlerisch aktiv.



### MARGIT SCHNEIDER (1936 - 2013)

Wir bedauern, dass Margit Schneider nicht mehr unter uns ist. Sie hinterlässt eine große Lücke. Von Anfang an war sie Mitglied der ARC Österreich und in den letzten Jahren 1. Vizepräsidentin im Präsidium der IGRC. Als ausgebildete Rhythmiklehrerin und Musiktherapeutin war sie in vielen Bereichen tätig und war von StudentInnen und KursteilnehmerInnen wegen ihrer Kompetenz und positiven Frische und Lebendigkeit äußerst geschätzt und beliebt. Einen breiten Raum nahm ihre Arbeit in der Sonderpädagogik ein, wo sie bis zuletzt Theateraufführungen mit autistischen Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen leitete.

Margit Schneider hinterlässt ein weites Feld, wo sie Samen gelegt hat.

Ich bin sehr dankbar, sie gekannt zu haben und einen Teil des Weges mit ihr gemeinsam gegangen zu sein.

**Ingrid Giel**  
(Präsidentin der IGRC)



### Berufsbegleitende Ausbildung im Chladek®- System

Ein neuer 1. Zyklus beginnt in Wien!

#### Termine im Herbst:

12. / 13. Oktober 2013

23. / 24. November 2013

14. / 15. Dezember 2013

Mehr Info klick hier!

#### SCHNUPPERTERMINE:

**Montag, 30. September 2013 bis Freitag, 04. Oktober 2013**

#### Schnupperwoche im chladek.tanzraum!

In dieser Woche gibt es wieder die Möglichkeit in unser Kursangebot zu schnuppern.

Bitte bei der jeweiligen Kursleiterin anmelden!

**Ort:** Hahngasse 24-26, 1090 Wien

**Stundenplan und Infos:** <http://rosalia-chladek.com/typo/index.php?id=104&L=1>

Silvia Auer . tel +43 (0)1 522 50 75, [silvia.auer.tanzraum@rosalia-chladek.com](mailto:silvia.auer.tanzraum@rosalia-chladek.com)

**Montag, 30. September 2013 bis Freitag, 04. Oktober 2013**

**salon emmer Schnupperwoche**

Zeitgenössischer Tanz, Ballett, Bollywood, Pilates & Yoga und Kinderkurse

(nur gegen Anmeldung bei der jeweiligen KursleiterIn, da die Schnupperplätze beschränkt sind!)

**Kosten Schnupperwoche:** € 10.- für 80min-Einheiten und €7.- für 50min-Einheiten

**Stundenplan:** [www.salonemmer.at/?page\\_id=651](http://www.salonemmer.at/?page_id=651)

**Dienstag, 8. Oktober 2013**

**Schnupperstunde "Zeitgenössischer Tanz"**

Die Kurse basieren auf den Grundlagen des Chladek®-Systems.

AnfängerInnen: 17.30 - 19.00h

Fortgeschrittene: 19.15 - 20.45h

**Kosten:** € 15,-

**Ort:** Studio Euphoria, Neubaugasse 31, 1070 Wien

**Infos/Kontakt:** [www.martinahaager.at/index.php?id=26](http://www.martinahaager.at/index.php?id=26)

---

**FORTBILDUNG:**

Die **Berufsvereinigung für Zeitgenössische Tanzpädagogik** bietet ein spannendes Fortbildungsangebot für das Wintersemester 1013/14: [www.tanzpaedagogik.at](http://www.tanzpaedagogik.at)

---

**VERANSTALTUNGSTIPP:**

**Dienstag, 29. Oktober 2013 19.00h**

**Mittwoch, 30. Oktober 2013 19.00h**

**physical playground / Klassenabend des Studiengangs Zeitgenössische Tanzpädagogik (2.-4.Jahrgang)**

Studierende des 2., 3. und 4. Jahrgangs des Studiengangs Zeitgenössische Tanzpädagogik der

Konservatorium Wien Privatuniversität präsentieren short works aus den Unterrichtsfächern

Improvisation, Interdisziplinäres Gestalten, Choreografie, Tradierter und Moderne Tanzformen,

Rhythmik, Akrobatik und Tanztechnik. Künstlerische Leitung: Beata Bauder & Elena Luptak

Ort: Konservatorium Wien Privatuniversität, KONS.theater, Johannesgasse 4a, 1010 Wien

Info klick hier!



**Berufsbegleitende Ausbildung im Chladek®- System**

Ein neuer 1. Zyklus beginnt in Saarbrücken/Wiesbaden!

**Termine im Herbst:**

19. / 20. Oktober 2013

16. / 17. November 2013

7. / 8. Dezember 2013

Mehr Info klick hier!

## **Chladek®-TANZWERKSTATT/Berlin:**

**Samstag, 12. Oktober 2013**

**Samstag, 9. November 2013**

**Samstag, 7. Dezember 2013**

Bewegung erforschend genießen, Körper erfahren und Tanz lustvoll gestalten:

Interessierte, Anfänger, Fortgeschrittene, Übende und Neugierige sind herzlich willkommen

**Leitung:** Margit Szlezak

**Ort:** Kreuzberg - Obentrautstr. 35, Hinterhaus, 4. OG, 10963 Berlin

**Zeit:** 11.00 - 14.00h

**Kosten:** € 35,-

**Info/Anmeldung:** Margit Szlezak, +49 (0)30 - 321 52 71, arc.tanz@gmx.de

---

## **WORKSHOP:**

**Samstag, 9. November 2013**

### **Chladek®-Tanztag für PädagogInnen/Wiesbaden**

Ausgehend von den Bewegungsbedürfnissen von 4 – 8 bzw. 5 –12jährigen Kindern, wird es Zeit und Raum für abwechslungsreiche Tanzangebote sowie zum Erforschen von Bewegung geben. Basierend auf theoretischen Grundlagen, dem Chladek®-System und langjährigen Erfahrungen, werden praktische altersspezifische Beispiele und Wege der Vermittlung vorgestellt.

Dabei sollen verschiedene Spannungszustände des Körpers und unterschiedliche Bewegungsqualitäten erlebbar werden, mit verschiedenen Materialien experimentiert, Geschichten gespielt und in Bewegung umgesetzt sowie sich individuell in Bewegung mit und ohne Musik ausgedrückt werden.

Die TeilnehmerInnen können Improvisations- und Bewegungsspiele für kurze Bewegungspausen bis hin zu Ideen der Stückentwicklung für den eigenen Unterricht tanzend erfahren.

**Leitung:** Ute Bühler

**Ort:** tanzraum ute Bühler, Hallgarterstr. 4, 65197 Wiesbaden

**Zeit:** Sa 10.00h – 18.00h

**Kosten:** Frühbucher bis 12. Oktober: € 70,-/ Mitglieder € 50,-

Normalbucher bis 26. Oktober € 95,-/ Mitglieder € 80,-

**Anmeldung/Info:** Eva Lajko, +49 (0)681 - 93 83 510, eva.lajko@rosalia-chladek.com

---

## **SEMINARE:**

**Donnerstag, 17. Oktober 2013 18.00h bis**

**Sonntag, 20. Oktober 2013 13.00h**

### **Zen-Butoh: Tanz aus der Stille**

Bewegung aus der Achtsamkeit des Augenblicks, den Sinnen folgend, mit dem Atem gehen.

**Leitung:** Tanzimprovisation: Cornelia Widmer, Dipl.-Choreografin, Tanzpädagogin

Musikimprovisation: Walter Widmer, Musiker/Violine

**Ort:** Benediktushof/Holzkirchen bei Würzburg

**Kosten:** € 260,- zzgl. Unterkr./Verpfl.

**Infos:** [www.forumtanz.info/seminars.php?id=Zen-Butoh-2](http://www.forumtanz.info/seminars.php?id=Zen-Butoh-2)

**Freitag, 1. November 2013 17.00h bis**

**Sonntag, 3. November 2013 14.00h**

### **Kreativseminar Tanz - Authentic Movement**

Körperfocusing / Systemisches Tanztheater / Live-Musik, Violine

**Ort:** ForumTanz, D-78056 Villingen-Schwenningen

**Kosten:** Gebühr: € 300,- / erm. € 250,-

**Infos:** [www.forumtanz.info/seminars.php?id=KreaSem-2013-11](http://www.forumtanz.info/seminars.php?id=KreaSem-2013-11)



### Berufsbegleitende Ausbildung im Chladek®- System

Ein neuer 1. Zyklus beginnt in Thalwil!

#### Termine im Herbst:

5. / 6. Oktober 2013

9. / 10. November 2013

30. November / 1. Dezember 2013

Mehr Info klick hier!

---

### WORKSHOPS in Brugg:

#### Samstag, 19. Oktober 2013

##### Zeitgenössischer Tanz im Chladek®-System 1:

"Vom Bewegungsimpuls zu einer lebendigen Tanzsprache"

Leitung: Ursula Schebrak-Carcich

Kursnummer: 327.13 Mehr Infos klick hier!

#### Sonntag, 20 Oktober 2013

##### Zeitgenössischer Tanz im Chladek®-System 2:

"Dialog von Körperschwerpunkt und Raumbewusstsein"

Leitung: Ursula Schebrak-Carcich

Kursnummer: 328.13 Mehr Infos klick hier!

#### Samstag, 16. November 2013

##### Spannungsfeld Gymnastik - Tanz (Lehrweise Rosalia Chladek®):

"Durchlässigkeit"

Leitung: Annalies Preisig

Kursnummer: 329.13 Mehr Infos klick hier!

#### Alle Workshops:

Ort: Bewegungsräume Brugg, Stapferstr. 29, 5200 Brugg

Zeit: 09.30h - 17.00h

Kosten: CHF 170,- (5% Rabatt für ARC-Mitglieder) / CHF 220,-

Info: Annalies Preisig, Tel. +41 - (0)44 - 422 96 26, annalies.preisig@rosalia-chladek.com

Anmeldung: BGB-Schweiz, www.bgb-schweiz.ch

Anmeldung unbedingt bis spätestens 4 Wochen vor jeweiligem Workshop!!

**RHYTHMUS UND KÖRPER**

Eine Analyse der Wahrnehmung und Wirkung von musikalischem Rhythmus mit Fokus auf den Stellenwert der Musik- und Bewegungspädagogik (Rhythmik)

**Autorin:** Barbara Krepcik

**Verlag:** Re Di Roma-Verlag

**ISBN:** 978-3-86870-510-2

**Preis:** € 10,95 (Erhältlich im Buchhandel und auf Amazon.)

Ohr, Gehirn und Körper helfen uns, einen akustischen Zeitstrom aufzugreifen, zu gewichten, zu ordnen und damit letztlich zu verstehen. Dabei übt besonders Musik häufig wohltuende Wirkungen auf Menschen aus. Die rhythmischen Anteile der Musik gelangen ohne Umwege in unser motorisches System.

Das Buch versucht, die untrennbare Einheit von Rhythmus und Körperbewegung, insbesondere vonseiten der Musikpsychologie und Neurobiologie, zu beleuchten. Es wird nach Gründen für die Faszination am Rhythmus gesucht, aktuelle Forschungsergebnisse werden dargestellt und in Beziehung zur Praxis der Musik- und Bewegungspädagogik (Rhythmik) gesetzt.

Körper, Geist und Seele werden als resonanzfähiges System beschrieben, dessen Eigenfrequenz durch Musik angeregt werden kann. Musikalische Rhythmen laden unmittelbar zur körperlichen und emotionalen Anteilnahme ein, regen Denkleistungen an und erleichtern Synchronisation im sozialen Kontext. Eine Pädagogik, die sich dem Rhythmus verpflichtet, fördert den Menschen in der Entwicklung seiner Persönlichkeit, d. h. motorische, affektiv-soziale und kognitive Fähigkeiten werden gleichermaßen angesprochen.

Die Ergebnisse der wissenschaftlichen Recherchen rechtfertigen den gezielten und bewussten Einsatz von Musik im Unterricht und können als Bestätigung der rhythmisch-musikalischen Arbeitsweise gesehen werden. Musik- und Bewegungspädagogik bietet genau das, was ein moderner, nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen ausgerichteter Unterricht leisten soll.

**IGRC - Internationale Gesellschaft Rosalia Chladek**

ZVR: 164200685

1090 Wien, Porzellangasse 20/29

Management: Martina Haager +43 - (0)699-180 762 90

e-mail: [office@rosalia-chladek.com](mailto:office@rosalia-chladek.com)

[www.rosalia-chladek.com](http://www.rosalia-chladek.com)