

Workshop in HH am 24. März 2012

1. Ankommen, aufwärmen, aufeinander einstimmen

- Komm! Im Kreis, Blick zu einem Spieler im Kreis, er fordert dich mit KOMM auf zu gehen, es geht nur der, der mit komm gerufen wird. Der Rufer blickt jemand anders an, der ihn nun auch ruft.
- zeigt euch stolz eure schönen neuen Schuhe:
Musik: New Shoes, Paolo Nutini
- Musik: Ich bin nur wegen dir hier, May Raabe
- Gehen im Raum, schaut wer noch da ist, erst nur ganz kurz,
- dann schaut genauer hin, seht in die Augen der Leute, die Augen sind wie das Benzin für den Motor der Menschen...
- Dann kurze Begrüßung, stellt euch vor, sagt woher ihr kommt und weiter
- versucht auf den Kopf der anderen zu schauen.
- Verschiedene Begrüßungsriten pflegen, damit der Körperkontakt ermöglicht wird (im Südwesten von Australien)
- Gehen, über die Ferse abrollen, gerade und aufrecht.
- So gehen, dass die Knie möglichst hoch und die Hände möglichst tief sind
- 2 Gruppen, aufeinander zugehen, in slow motion, Anschauen und Assoziationen dazu, was sehen die Zuschauer, nur die Anweisungen befolgen, was macht der Körper mit einem, wenn die Knie oben...
- Geht so, dass die Füße bei jedem Schritt eine Hand berühren, usw.
- Geht mit dem Partner und stimmt euch mit den Gangarten ohne euch zu besprechen aufeinander ein.
- Die Paare gehen 2 m auseinander und stimmen sich wieder in der Gangart ab
- Bei Musikstop: freeze
- Jeder für sich Abfolge einhalten: Liegen – sitzen – stehen – gehen – stehen – sitzen – liegen
- Auch zu zweit, immer aufeinander abstimmen.

2. Kontakt intensivieren, PA

- Gehen mit Partner, einer blind, führen
- Führen, dann stehen lassen und weiter gehen, einen anderen mitnehmen
- Im Wechsel

3. Raum wahrnehmen, Gruppe bilden

- Gehen, einer bleibt stehen, alle stehen und weiter gehen
- Weitere Übungen zum Abstimmen in der Gruppe
- Ihr seid alle Filmer und Fotografen, die ihre Ausrüstung in einem großen Studio zusammen suchen. Überall gibt es Regale, die Wände von ganz unten bis ganz oben sind voll davon und überall sind Teile, die du brauchst. Die Objektive sind ganz unten, verschiedene Speicherkarten sind irgendwo in der Mitte, das Stativ liegt ganz oben im letzten Regal unter der Decke, du weißt aber nicht mehr genau wo, die Ordnung lässt zu wünschen übrig. Du musst hochspringen, dich lang machen, um unten etwas zu finden musst du dich klein machen, am Bauch am Boden liegen und immer wieder musst du

dich drehen, weil du nicht weißt wo genau was ist. Wenn ich die Musik stoppe bleibt ihr in der Haltung, in der ihr gerade seid, dreht euren Kopf aber zu mir. Wiederholen...

- Dann: etwas auf dem Boden ins Auge fassen... gemeinsame Blickrichtung durch Geschichte motivieren
- Gegenseitig ansehen; intensive Übung für die drei Ebenen auf der Bühne
- Busfahrt durch die Hitze in der heißen Steppe, Musik: Plekete, Zap Mama

Musik:

Million Faces, Nutini

It Don't Matter, Donavon Frankenreiter

Bucovina, Shantel

Disko Partisani, Shantel

Bubbly, Colbie Caillat

Clint Eastwood, Gorillaz

Viele liebe Grüße

Ulrike Mönch-Heinz