

Zielgruppe

Der Workshop richtet sich an
ausübende Musiker, Musikstudenten,
Musikliebhaber und Musikschüler.

Ziele des Kurses

Effizienz-Steigerung beim Üben

Eigenkompetenz zur Lösung von
Schwierigkeiten beim Üben

Verbesserung der Wahrnehmung von Haltung
und Bewegung am Instrument

Prävention von
berufsbedingten Fehlhaltungen
und Erkrankungen

Steigerung der Präsenz in Auftrittssituationen

Erläuterungen

Jedes Modul kann einzeln gebucht werden, wir empfehlen jedoch die Buchung beider Module als einen Workshop. Bei Einzelbuchung dauert der Workshop pro Modul 2 Tage, bei Buchung beider Module beträgt die Dauer des Workshops 3 Tage.

Teilnahmebedingungen

Zur Teilnahme sind alle volljährigen Personen berechtigt, die entweder haupt- oder nebenberuflich als Musiker tätig sind, sich im Studium zum/r Dipl. Musiker/in befinden oder darauf vorbereiten, oder die in der Freizeit seit mindestens 3 Jahren regelmässig ein Instrument spielen.

Bei Minderjährigen ist die schriftliche Erlaubnis der Sorgeberechtigten bzw. eines gesetzlichen Vormundes erforderlich.

Kontakt

Julia Kursawe
juliakursawe@googlemail.com
www.juliakursawe.de
0178 - 882 4784

Clemens Ziesenitz
www.sweet-treat-berlin.de
c-zeisig@web.de
0171 - 339 2520

Körperarbeit und sensorisch fokussierte Übertechniken für Musiker

Workshop in 2 Modulen für Berufsmusiker, Musikstudenten und Studienbewerber

Konzept und Durchführung

Prof. Dr. Hubertus Kursawe
ehem. Chefarzt der Klinik für Neurologie
St. Josefs Krankenhaus Potsdam

Julia Kursawe
Dipl. Musikerin Cello / Barockcello,
Musikphysiologin

Clemens Ziesenitz
Physiotherapeut,
Dozent für med. Grundwissen /
funktionelle Anatomie

Inhalte

Modul 1

Wie der Körper funktioniert und wie wir ihn möglichst lange störungsfrei benutzen können.

- anatomische und physiologische Grundlagen von Haltung und Bewegung
- Störungsquellen durch einseitige Belastung am Instrument
- Rebalancing (Stretching, Ausgleichssport, Behandlungen)
- Warming up und Cool down

Vermittlung der Inhalte:

- Vortrag
- praktische Übungen
- Einzelarbeit am Instrument

Modul 2

Wie wir am besten lernen und nicht mehr so schnell vergessen.

- neurophysiologische Grundlagen von Lernen und Gedächtnis
- Gedächtnisformen und ihre Bedeutung für Übetchniken
- Bedeutung der Sinneskanäle für die Speicherleistung
- Einsatz von Überoutine für verbesserte Gedächtnisleistungen
- Stellenwert der Sprache
- Mentales Üben
- Blackout Prophylaxe
- künstlerische Kreativität beim Üben

Vermittlung der Inhalte:

- Vortrag
- praktische Übungen
- Einzelarbeit am Instrument

Wissenschaftliche Leitung



Prof. Dr. med. Kursawe

- geb. 1944 in Bückgen, Brandenburg
- 1962-64 Studium der Philosophie am Philosophisch-Theologischen Institut in Erfurt
- 1966-72 Studium der Humanmedizin an der Humboldt-Universität zu Berlin
- 1975 Dissertation
- 1977 Anerkennung als Facharzt für Neurologie-Psychiatrie
- 1988 Habilitation
- 1972-1994 Tätigkeit als Arzt in verschiedenen Krankenhäusern in Brandenburg und Berlin
- 1994-2009 Chefarzt der Klinik für Neurologie des St. Josefs Krankenhauses Potsdam
- seit 2000 apl. Professor der humanwissenschaftlichen Fakultät der Universität Potsdam
- seit 2005 Gastvorlesungen in Valladolid, Buenos Aires, Santiago de Chile, Lima und Peru
- seit 2012 EEG-Fortbildungen im gesamten Bundesgebiet
- 1972-94 nebenamtliche Tätigkeit als Organist in Brandenburg und Berlin
- weitere Informationen: www.hubertus-kursawe.de

Kursleitung



Julia Kursawe

- geb. 1976 in Brandenburg / H.
- 2006 Diplom Orchestermusik Violoncello HfM Dresden
- 2011 Diplom Alte Musik / Barockcello UdK Berlin
- seit 2005 Zusammenarbeit mit Physiotherapeuten zur funkt. Körperarbeit am Instrument
- 2013 Zertifikat Musikphysiologie Kurt-Singer-Institut Berlin
- seit 2006 freiberufliche Tätigkeit als Konzercellistin, Schwerpunkt Alte Musik
- seit 2006 Unterrichtstätigkeit mit Kindern und Erwachsenen (privat und an Musikschulen)

Clemens Ziesenitz

- geb. 1971 Berlin
- 1993 Vordiplom Sozialtherapie Humboldt Universität Berlin
- 1996 Abschluss staatl. anerkannter Physiotherapeut (Charite Berlin)
- seit 2000 Fortbildungen in der Feldenkrais Methode
- seit 2004 Einzelarbeit und Gruppenkurse für Musiker mit Feldenkrais
- seit 2008 eigene Praxis für Physiotherapie (www.sweet-treat-berlin.de)
- seit 2012 Unterrichtstätigkeit: Anatomie des Bewegungssystems / medizin. Grundwissen