

Veronika Fritsch

Ausdruck von Zeiterleben in Bewegung und Tanz

„Der Mensch ist verkörperte Zeit – mit Anfang und Ende. Ein Zu- und Abnehmen von Geschwindigkeit, Intensität, Ausmaß und Flüssigkeit ergibt die rhythmischen Wellen menschlicher Bewegung“

— Rudolf Laban

In diesem Zitat kommen bereits viele Aspekte von Zeit, wie sie auch den Tanz bestimmen, zum Ausdruck: Augenblick, (Un-)Endlichkeit, Struktur, Rhythmus, Geschwindigkeit, Polaritäten und Veränderung.

Zeit verkörpern, Rhythmus gestalten, Veränderung erleben

Über Rhythmus wird Zeit erfahrbar und gestaltbar; Rhythmus strukturiert und schafft damit eine entscheidende Voraussetzung für die zeitliche Orientierung des sich bewegenden, des tanzenden Menschen.



Beim Antriebsfaktor Zeit, wie Laban ihn beschreibt, geht es nicht um die objektiv messbare Zeit, sondern um die innere Einstellung eines Menschen zur Zeit. Ist jemand bereit, sich dem Zeitfluss in der Bewegung hinzugeben? Können Beschleunigung und Verlangsamung als gestalterische Elemente erlebt werden?

Kann bewusst mit dem Innehalten experimentiert werden? Wie wird das subjektive Erleben von Zeit in die bewusste tänzerische Gestaltung eingebracht?

In diesem Workshop nähern wir uns dem **persönlichen und gemeinsamen Zeiterleben** durch spielerische Bewegungsimprovisationen und choreografische Gestaltungsaufgaben. Wir experimentieren mit Tempo, Rhythmus, Dynamik und Pausen, erforschen unterschiedliche zeitliche Qualitäten und entdecken, wie sich subjektives Zeitempfinden in tänzerischen Ausdruck verwandeln lässt. Im Austausch über individuelle und kollektive Erfahrungen öffnen wir einen Raum für neue Wahrnehmungen, kreative Gestaltung und die Vielfalt unserer persönlichen Zeitrhythmen.