



Internationale Tagung für Tanz und Therapie | Tanz.Spur.Leben. Bewegung als Ressource für Ausdruck, Begegnung und Resilienz 2027

Mag. Teresa Fritsch, M.A. (Assistenz: Manfred Mauerhofer, Escrima-Lehrer)

StickFlow – Mit Stöcken fließen

Begegnung, Kreativität und Resilienz in Bewegung

Was geschieht, wenn ein Stock zur Verlängerung des eigenen Körpers wird, zum Spielpartner oder zur Brücke zwischen zwei Menschen?

StickFlow verbindet Tanz, Tanztheater, Improvisation und ausgewählte Elemente der philippinischen Kampfkunst Escrima zu einer spielerischen und zugleich vielschichtigen Bewegungspraxis. Ein oder zwei Rattanstöcke eröffnen neue Möglichkeiten, den eigenen Körper wahrzunehmen, Bewegungen zu erforschen und miteinander in Kontakt zu treten. Aus einfachen Impulsen entstehen Bewegungsdialoge und überraschende choreografische Momente.

In diesem Workshop darf das von uns selbst entwickelte Konzept „StickFlow“ unmittelbar kennengelernt und die Freude am gemeinsamen Bewegen mit Stöcken entdeckt werden. Wir experimentieren mit Raum, Dynamik und Bewegungsfluss, begegnen einander im Wechselspiel von Führen und Folgen und erforschen, wie aus unterschiedlichen Impulsen ein gemeinsamer Tanz entstehen kann.

Die Stöcke werden zu Vermittlern der Begegnung: Sie schaffen Verbindung und ermöglichen zugleich, Nähe und Distanz bewusst zu gestalten. Im nonverbalen Dialog entstehen Resonanz, Abstimmung und neue Perspektiven auf das eigene und gemeinsame Handeln.

Auch die Resilienz zeigt sich in diesem bewegten Miteinander. Was passiert, wenn ein Rhythmus verloren geht, eine Bewegung anders verläuft als geplant oder zwei unterschiedliche Impulse aufeinandertreffen? Wir probieren aus, reagieren, blockieren oder verändern unsere Strategie. So werden Flexibilität, Selbstwirksamkeit und der (kreative) Umgang mit Unvorhergesehenem auf spielerische Weise erfahrbar. Aus einem vermeintlichen Stolpern kann eine neue Idee entstehen, aus einer Unterbrechung ein anderer Bewegungsfluss, aus einer Blockade eine neue Form der Beziehung oder eine gesetzte Grenze.

StickFlow eröffnet damit einen Erfahrungsraum, in dem Beziehung, Kreativität und Resilienz miteinander in Bewegung kommen. Der Workshop verbindet körperliches Erleben mit künstlerischer Freiheit und lädt dazu ein, vertraute Handlungsmuster zu verlassen, neue Möglichkeiten zu entdecken und die eigene Bewegungsfreude zu stärken.

Die Stöcke werden natürlich zur Verfügung gestellt.



Internationale Tagung für Tanz und Therapie | Tanz.Spur.Leben. Bewegung als Ressource für
Ausdruck, Begegnung und Resilienz 2027

