FORTBILDUNG
FÜR MULTIPLIKATOREN

Zielgruppe:
- Lehrer (insbesondere Musik- und Sportlehrer)
- Tanzpädagogen und -therapeuten
- Sozialpädagogen/Sozialarbeiter
- Ergo-, Physio- und Psychotherapeuten/Psychologen
- Ärzte, Erzieher(innen), Übungsleiter
- Leiter von Jugendgruppen

Inhalt:
- Ethnische, geschichtliche und fachliche Hintergründe
- Das Bio-psycho-soziale Modell
- Vertrauenstraining
- Gewaltprävention, Aggressionstraining
- Rhythmikschulung durch erlernen von Schlagmustern mit Stöcken, Bodypercussion, Rhythmusspiele

Ziele:
- Die Herkunft der Rituale und ihren Sinn vermitteln können
- Bio-psycho-soziale Ziele in der Stock-Kampf-Kunst anwenden können
- Übungen zur Vertauensbildung einsetzen können
- Methoden zur Konfliktkultur anwenden können
- Grundformen der Stock-Kampf-Kunst sowie Body-percussion und Rhythmusspiele erlernen und vermitteln
- Spaß und Freude an Bewegung und Rhythmik vermitteln
- Motivation und Bindung von Teilnehmern erreichen
- Ganzheitliche Körperarbeit und Entspannungstechniken einsetzen können

Methoden:
- Heranführen an neue Materialien/Bewegungsmuster
- Körperwahrnehmung, Aufmerksamkeitslenkung
- Protokollieren der Praxiseinheiten, Referate zu Theoriethemen, Reflexions- bzw. Feedbackrunden

KONTAKT

Peter Bartelt

staatl. gepr. Gymnastik- und Tanzpädagoge
mit dem Schwerpunkt Bewegungstherapie,
Seniorentanzleiter, Lehrer für Stock-Kampf-Kunst

Johannes-Calvin-Straße 29 b
26725 Emden
Tel.: 0 49 21–23 06 4
Fax: 0 49 21–23 047
Mobil: 0151–54 81 21 31
E-Mail: info@escrilando.de

INTERESSE GEWECKT?
KONTAKTIEREN SIE MICH
GERN UNVERBINDLICH!

STOCK KAMPF KUNST
Tanz I Kampf I Rhythmus I Spiel

EscriLando

bewegt er leben

STOCK-KAMPF-KUNST & RHYTHMUS
- KURSE
- SCHULPROJEKTE
- FORTBILDUNG

GEMEINSAME INHALTE
ALLER ANGEBOTE

Gruppenstärke:
- maximal 16 Teilnehmer

Inhalt:
- Mobilisierung der Gelenke durch Jonglage mit Stöcken
- Grundformen der Stock-Kampf-Kunst, angelehnt an die philippinischen Kampfsport-Techniken Escrima/Arnis/Kali
- Rhythmikschulung mit Stöcken, Bodypercussion
- Koordinations- und Konzentrationsübungen
- Kinesiologische u. ä. Bewegungsformen
- Meditative Formen der Stock-Kampf-Kunst (Kata)
- Verbindung von Stockkampf und Tanz (Tanzimprovisation/Contact Improvisation)
- Ganzheitliche Körperarbeit angelehnt an Eutonie Gerda Alexander, Feldenkrais, Bartenieff Fundamentals, Massage

Ziele:
- Spaß und Freude an Bewegung und Rhythmik erfahren
- Konzentrationsfähigkeit und Koordination fördern
- Beweglichkeit und Ausdauer trainieren
- Körperbewusstsein fördern
- Soziales Miteinander erfahren
- Grenzen kennenlernen, bewussterer Umgang mit Grenzen

Methoden:
- Langsames, schrittweises Heranführen an neue Materialien/Bewegungsmuster sowie Steigerung der Intensität und Komplexität
- Großgruppen-, Partner- und Einzelarbeit
- Körperwahrnehmung, Aufmerksamkeitslenkung
- Bewusstseinstraining durch Nachspüren, Reflexion

KURSE
IN STOCK-KAMPF-KUNST & RHYTHMUS

Zielgruppe:
- Teilnehmer ab 16 Jahren, männlich/weiblich

Weitere Inhalte:

Arbeit mit Kurzstöcken (ca. 70 cm lang)
- Choreographien
  - › z. B. Samba-Choreographie
- Staff (Stock) – Spinning
- Karanza (wirbelnde Stöcke)
  - › Übergang zu Capoeira und Maculelê
- Maculelê
  - › Kombination aus Stock-Kampf-Kunst und Capoeira
- Stock-Kampf-Kunst und Tanz
  - › JumpStyle
- Rhythmusformen
  - › In der Früherziehung zur Rhythmus- und Koordinationsschulung

Arbeit mit Langstöcken (ca. 140 cm lang)
- Reaktions- und Koordinationsübungen und -spiele
- Jonglagen und Geschicklichkeitsübungen
- Longstaff (Langstock) – Spinning
- Contact- und Tanz-Improvisation
  - › Der Stock als Contact-Medium und verbindendes Element
  - › Der Stock als Tanzpartner
- Choreographien
  - › Mit den Spinning-Materialien

SCHULPROJEKTE
KINDER STARK MACHEN

Zielgruppe:
- Schüler (m/w) mit oder ohne Verhaltensauffälligkeiten, Schüler mit ADHS oder mit ADS, mit (mehrfach) Behinderung, genderspezifische Gruppen (z. B. Jungen stark machen – Identitätsfindung/-entwicklung)
- Regel- und Förderschulen, Inklusionsklassen
- Theater AG, Darstellendes Spiel

Inhalt:
- Rituale und Regeln
- Gewaltprävention, Aggressionstraining
- Vertrauenstraining
- Jonglage mit Stöcken

Ziele:
- Impulskontrolle, Konfliktkultur erwerben
- Grenzen kennenlernen und bewusst machen
- Vertrauen erfahren und aufbauen
- Mobilisierung und Training der Gelenke
- Spaß und Freude an Bewegung und Rhythmik erfahren
- Konzentrationsfähigkeit und Koordination fördern
- Körperbewusstsein fördern, Selbstbewusstsein stärken
- Soziales Miteinander erfahren, soziale Kompetenzen stärken
- Entspannung erfahren und erlernen

Methoden:
- Reflexions- bzw. Feedbackrunden