

**11.Symposium\_\_Kongress für Tanzmedizin >>> Am Drehpunkt der Bewegung**  
**Freitag 14. Mai 2010, HfMDK Frankfurt am Main**

20100514\_DH

**Lecture Performance – Über Dreh- und andere Momente**

Final Version

von Prof. Dieter Heitkamp mit Studierenden ZuKT\_BAtanz

Konzept, Text, Struktur, Objekte: Dieter Heitkamp

Tanz: Yun Ke, Lilly Löwen, Maki Nakao, Robin Rohrmann,  
Romain Thibault-Rose, Sarah Schmidt

Technik: Ingo Weismantel

**ORT\_\_Begrüßung**

00:00\_01:00

Einen anregenden, guten Tag meine sehr verehrten Damen und Herren, liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer, Dozentinnen, Dozenten, Referentinnen, Referenten, bewegungsforsche Tanzschaffende, geschätztes Organisationsteam dieses 11. Kongresses für Tanzmedizin,

im Namen der Hochschulleitung begrüße ich sie sehr herzlich „**am & im** Drehpunkt der Bewegung“. Die Hochschule für Musik und Darstellende Kunst Frankfurt am Main ist sehr froh und stolz nach dem 3. tamed Symposium 2000 auch das 11. als Partner unterstützen zu dürfen und als Veranstaltungs**ORT** zu einem „Drehpunkt der Bewegung“ zu werden. *Die Tänzer kommen von rechts auf die Bühne. Sie tragen die 3 Buchstaben O\_ SS+RR, R\_ MN+RT, T\_ YK+LL mit der braunen Seite zum Publikum herein. Ihre Gesichter sind nicht zu sehen. Beide Buchstabenträger steigen jeweils gleichzeitig mit rechts die beiden Podeststufen hoch, gehen vor die auf den Kopf gestellte Bühnenleinwand, die hinten rechts steht.*

Auf jeden Fall....

*Dieter kippt seitlich nach links um, bleibt in Seitenlage liegen, fährt fort*

wünsche Ich allen Beteiligten inspirierende **VORT**räge, anregende Diskussionen, aufregende Körpererfahrungen, *Tänzer stellen die Buchstaben aufrecht vor sich* überraschende Erkenntnisse, erlebnisreiche Tage vor **ORT** und viel Spaß bei diesem Gruß**ORT**.

*LL+YK tragen das T im Halbkreis über die tiefer liegende Podeststufe und halten dabei das T so, dass es auf der gleichen Höhe bleibt an die linke Seite, RR+SS drehen das O um S, RT+MN das R um M, so dass die roten Seiten sichtbar werden. Sie stellen die 3 Buchstaben –**TOR**– gegen die Projektionsfläche angelehnt ab.*

**ROT\_\_Rotstift + Rotatio**

01:00\_02:50

*DH im Sitzen*

Was sehen sie?

*Tänzer gehen in einer Linie nach links, stellen sich in gleichen Abständen von ca. 1 Meter mit unterschiedlichen Fronten auf (wie die spiegelbildlich angeordneten Buchstaben des Wortes NEREITOR) YK, LL, SS, RR, RT. MN steht unter dem linken T -Querstrich. RT daneben am linken Rand der weißen Projektionsfläche. DH geht nach rechts zum Klebemark*

Sie sehen **ROT**?

Auch die Mitglieder der Hessischen Landesregierung sahen angesichts der desaströsen Haushaltslage **ROT**,

*5 Tänzer ziehen jeweils einen Ärmel, Hosenbein oder ihr Shirt hoch, zeigen nackte Haut. MN holt einen Lippenstift raus,*

haben den **ROT** stift gezückt *malt jedem einen dicken roten Strich auf die Haut.*  
und ihn als erstes bei der Bildung angesetzt. 3,5 % Kürzung für Universitäten und  
Hochschulen. Da kann man direkt ins *rotieren* geraten,  
*Alle Tänzer fangen an mit einzelnen Körperteilen Rotation zu erforschen.*  
dabei rot anlaufen und zum Tier werden.

Wider den tierischen Ernst der Lage suchen wir nicht nach **Ratio** sondern schlagen  
den Begriff **Rotatio** nach, das ist lateinisch und bezeichnet allgemein: *Drehung.*  
Wir stoßen in diesem Zusammenhang auf das **Rotationsprinzip**, den *Wechsel eines*  
*Amtes innerhalb eines Gremiums.* Der Kommentar einer Kursteilnehmerin dazu war  
\_ *Having been an political activist in the green party, thinking of „Rotationsprinzip“*  
*creates a physical experience.* **02:00**

*Tänzer rotieren in 2 Teillinien um 90° 1.) MN, YK um LL und 2.) SS, RR um RT. Agieren dabei in der*  
*Wandebene und gehen zwischendurch an verschiedenen Stellen in einen Freeze.*  
*LL+RT bleiben auf der obersten Stufe, YK+RR gehen auf die untere, MN+SS auf die Bühnenebene.*

*DH blickt zu den Tänzern.*

Die Tänzer untersuchen gerade Drehbewegungen von Körperteilen um verschiedene  
**Rotationsachsen**, um Vertikale, Horizontale und Sagittale oder Kombinationen  
dieser Achsen.

Die **Drehachsen** können auch unterschiedlich flache oder steile Diagonalen oder  
Diametralen sein. *DH geht zu Boden,*

Sie können durch das Körperzentrum gehen, *rotiert auf dem Gesäß, dreht sich auf die Seite,*  
*nimmt Schulter als Drehpunkt und läuft einen Halbkreis,*  
dezentral bzw. peripher gelagert sein, wie gerade durch meine Schulter,  
oder außerhalb des Körpers liegen. *macht Spiral Roll from the legs.* **02:50**

*Die Tänzer haben die 90° Drehung beendet, beide Linien kommen zum Stehen, blicken sich an.*

*DH im Liegen*

„Am Drehpunkt der Bewegung“– der Titel des Kongresses löst Bilder aus,  
*die Tänzer der linken Linie LL, YK, SS gehen in die Zwischenräume der rechten Linie*  
reizt zu Assoziationen, gibt Denkanstöße.

*Alle drehen sich um 180° stehen in einer Linie. DH steht auf*

Er bietet eine flüssig schlüssige Überleitung zu den Schwerpunktthemen *Gelenke*  
und *Beweglichkeit*

*SS+RR fassen MN an den Händen, gehen mit einem Schritt diagonal zurück in eine Counterbalance.*

*YK+LL ziehen RT auf der obersten Stufe nach rechts und gehen ebenfalls in eine Counterbalance.*

und viele Ansatzpunkte für *die pädagogische Vermittlung und Umsetzung von*  
*tanzmedizinischen Erkenntnissen in der Tanzpraxis.*

*Lösen Handhaltung: LL+YK und MN gehen zu Boden, LL auf der oberen Stufe +YK auf der unteren*  
*liegen parallel nebeneinander, MN liegt diagonal neben DH; Blick DH zu MN, SS, RR, RT schnellen in*  
*den Raum, rotieren mit verschiedenen Fronten, springen; RT auf der oberen Stufe neben der*  
*Projektionsfläche, RR links daneben auf der unteren, SS vorn am linken Bühnenrand.*

## Publikumsübung\_\_JA/NEIN

**03:15**

„Praxis“ ist Ihr Stichwort für eine praktische Übung zum Thema *Rotation.*

*LL+YK machen langsame „sardine rolls“ die Stufen runter von hinten nach vorn, MN „solo rolls“ nur*  
*mit Becken oder mit Schultergürtel und Füßen am Boden, von vorn nach hinten und die Stufen hoch.*

Damit sie den richtigen Dreh rausbekommen, üben wir JA und NEIN sagen.

Auch wenn das vielleicht etwas abgedreht klingen mag.  
Visualisieren sie ihren Schädel, seine Rundungen, sein Volumen.

*SS, RR, RT stecken ihre Finger in die Ohren*

Wenn sie ihre Zeigefinger in die Ohren stecken  
und eine Verbindungslinie quer durch den Schädel ziehen,  
*fangen mit Vor-, Rückbewegungen des Schädels an.*

finden sie die horizontale Achse auf der ihr Schädel auf dem Atlas ruht.

Rotieren Sie Ihren Schädel auf dem Atlas vor und rück.

**Textpause** JA! Sagen Sie JA! Nicken Sie JA!

**Textpause** Lassen Sie die Bewegung nun kleiner werden.

Finden Sie einen Ruhepunkt.

Halten sich Gesicht und Hinterkopf die Waage?

JA oder NEIN?

**04:10**

*SS, RR, RT gehen auf JA schnell zu Boden. RR+RT sitzen nebeneinander auf der oberen Stufe, SS am Boden. Bei Nein stehen YK+LL auf, gehen in Ausgangsposition für Alexanderübung: Aktive Armbewegung + passive Kopfmanipulation, LL manipuliert YKs Kopf. MN macht Solo vor TOR.*

Stellen Sie sich vor sie würden JA nicken.

Aber führen sie diese Bewegung nicht aktiv aus.

*längere Textpause*

Stellen Sie sich jetzt die gleiche Bewegung vor und denken dabei Nein.

*längere Textpause*

Mit Blick auf den Rotstift *SS,RR,RT schauen zu den Buchstaben*

bringen wir handeln und denken wieder in Einklang.

*Sie stehen auf, gehen zu den 3 Buchstaben und tragen sie auf neue Plätze. T=SS linke Seite auf der unteren Stufe mittig, O=RR Mitte vorn, R=RT bleibt rechts hinten. MN tanzt weiter, bewegt sich dabei nach links auf die nächste Position vom T.*

Sagen und denken Sie NEIN!

**04:40**

Setzen Sie dieses Mal die Zeigefinger am oberen Ohransatz an

*YK+LL integrieren Fingerzeig*

und wandern seitlich am Schädel hoch. Sie gelangen so zum Scheitelpunkt,  
durch den ihre vertikale Körperlängsachse führt.

Rotieren sie ihren Kopf auf der Axis nach links und rechts.

*RT rotiert links/rechts mit dem R.*

Spüren sie wie Gesicht und Hinterkopf sich dabei gleichzeitig in zwei  
unterschiedliche Richtungen bewegen.

**05:10**

*DH demonstriert mit Händen.*

*Textpause YK geht zum T, MN zum O, LL zum R.*

Während des Kongresses werden sich mit Sicherheit noch viele unterschiedliche  
Blickwinkel auftun und neue Perspektiven eröffnen.

*Sie rotieren in Zeitlupe in Bezug zu den Buchstaben, den Partnern und zueinander.*

Stellen sie sich vor, dass sie einen langen Pinsel auf dem Kopf haben mit dem Sie  
einen Kreis an der Decke dieses „cranio-sakralen“ Raumes malen.

Visualisieren sie diesen Kreis.

*Textpause*

Alternativ können Sie Ihren Focus auf den Kegel legen, den dieser Pinsel beschreibt.

*Textpause*

Sie können aber auch in die Spitze dieses Kegels hineinspüren.  
Wo lokalisieren sie diese Spitze \_ auf dem Atlas, dem obersten Brustwirbel,  
in Höhe der Brustbeinspitze?

*Textpause*

Können sie alle drei Aspekte gleichzeitig wahrnehmen?

06:00

*YK übernimmt das T, MN das O, LL das R* *Textpause*

Spüren Sie den ÜberDREH-MOMENT? *SS, RR, RT stehen auf.*

Wenn sie jetzt aufstehen und sich um ihre Körperlängsachse, die Vertikale, drehen  
würden, würden sie links oder rechts herum drehen?

*Sie drehen sich und beginnen die Instant Composition Sequence.*

Ich lade Sie herzlich ein, während dieser Lecture Performance (und nicht nur hier)  
nach Lust und Laune mit unterschiedlichen Körperteilen oder auch mehreren  
gleichzeitig zu rotieren.

06:30

**Musik: CD #1 Oval Systemisch startet**

## **TOR\_\_** Zirkuläre Systeme

**Rotation** war eines der Themen mit denen ich mich in den letzten 2 Jahren in  
meinen *RT=T, RR=O, LL=R im Ponche an den Buchstaben.* Contact Improvisations Klassen  
und Workshops intensiv beschäftigt habe.

*Rotation der Buchstaben. RT in hohes T, lässt es nach vorne fallen, YK fängt es. Beide halten es  
seitlich und MN drunter durch, YK stellt das T um 90° gedreht auf die Seite und rotiert es über vor im  
Halbkreis über MN am Boden. RR dreht mit O und SS rotiert darunter, LL nimmt R, übergibt es an RR,  
der es auf den Kopf stellt und hochhält und dann auf dem Kopf am Boden leicht diagonal abstellt.  
YK+MN tragen T führen das lange Ende zwischen den Beinen vom R hindurch, wo LL es annimmt.*

*Dieter blickt auf seine Armbanduhr.*

Beim Blick auf die Armbanduhr gerate ich momentan nicht ins Rotieren.

Das ist aber zu Genüge in den letzten zwei Wochen beim Schreiben dieses

**VORT**rags geschehen. Beim verw**ORT**en und übertragen von Erfahrungen in und  
mit zirkulären und anderen Systemen.

07:00

*DH Textpause*

*Tänzer bauen die TOR Skulptur am linken Bühnenrand vor der unteren Stufe. SS+RR fügen  
das O ein. starten eine Ensembleimprovisation zunächst in alle Richtungen vom TOR*

*Die Armbanduhr, Augenkontakt, der Geliebten  
Bett, die Bettlerei, Betonmühlen, der Blutumlauf,  
die Drehtür, Blick zu RT/YK Elektrizität Blick zu RR/SS, Entspannung, Gekeuch,  
der Glasabfall, geht hinter RT,SS, RR Huhn am Spieß,  
unter dem Revoltat durch Hurenbesuch,  
der Kreisverkehr, eine Mischmaschine, die Mode,  
Spannung, Raumlüftung, Lift RT mit DH Reanimation, Lift LL mit YK Refrains,  
die Rolltreppe Lift RR mit SS, das Roulette, Rundwanderwege,  
Sucht, der Ventilator, die Wanduhr, Zentralheizung,  
ein bestimmter Zirkel, alles, was man verlangt,  
alles, was man bekämpft.*

07:40

**Musik: CD #2 Musik fadet zügig aus.**

Dieser Text stammt aus „**Zirkuläre Systeme**“ von Paul Bogaert und war Bestandteil der RotationsRecherchen.

*RR+SS, RT+YK, LL+MN bilden Paare, rotieren und rollen auf verschiedenen Ebenen und um verschiedene Achsen übereinander (gehobene Räder, vacuuming Helikopter auf Tischebene)  
DH geht langsam am Bühnenrand nach Links an SS/RR vorbei mit Blicken auf die Paare.*

In diesen kreisten wir auch um Begriffe wie **Drehpunkt** oder **Pivot**.

Aus kreisenden Flächen wurden zylindrische **Rotationskörper**.

Wir stolperten über **Cyclisches Wechseln**, wie bei den Jahreszeiten oder die Abwechslung verschiedener Anbaupflanzen auf einem Acker.

Wir stellten fest, dass **Einwärts-** bzw. **Auswärtsrotation** der Beine eine Frage der Perspektive ist, *DH dreht sich um.*

je nachdem ob von Vorn oder Hinten betrachtet.

*LL zieht ihre Jacke aus; bei der Übergabe zu YK wechselt die Jacke von der grünen Außen- auf die rote Innenseite. Die Tänzer gehen in eine Kreisformation, auf der rechten Bühnenseite, die auch die untere Stufe mit einbezieht, im Uhrzeigersinn; erst langsam und allmählich immer schneller, sie kommen ins laufen...*

Wir haben **Präfixe des Drehens** untersucht: zu-, auf-, ver-, ab-, über-....,

*DH geht auf Kreis zu, benennt die Präfixe und tut so, als wenn er die Tänzer mit präfixierten Namen anspricht.*

Sind auf Fragen gestoßen.

Sind Spiralen oder die Doppel Helix DNA Rolle eines Steve Paxton Rotationen?

Wann sehe ich eine Rotation?

Is it a pure Rotation, Bending or Inclination?

Können Schwünge zu Rotationen gezählt werden?

Ist eine Bewegung entlang eines Teilkreises schon eine Rotation?

Dreht sich der Raum um dich oder du dich im Raum?

09:00

*Die Tänzer stoppen plötzlich, erspüren den zirkulierenden Luftstrom.*

## Abschluss

Seit der Gründung vor 13 Jahren erzeugt tamed Bewegung, hat versteifte Strukturen  
*Sie gehen langsam rückwärts entgegen der Kreisrichtung. die am weitesten Rechts stehende Person startet parallel zur unteren Stufe nach Links.*

und Denkweisen mobilisiert und ist mittlerweile nicht nur am Drehpunkt der Bewegung angekommen, sondern elementarer Bestandteil und Motor einer Bewegung, die dazu beiträgt, die Arbeitsbedingungen im Tanz, die Prävention, das Training und die Therapien für Tänzerinnen und Tänzer zu verbessern.

Ich wünsche Ihnen und allen weiteren Teilnehmerinnen und Teilnehmern wohldosierte, richtungweisende Drehmomente.

*DH spiralisiert den Hinterkopf zum Publikum*

In meinem Hinterkopf kreist noch ein Gedanke:

*Tänzer enden in einer Linie, parallel zur unteren Stufe*

Ist der Titel „Am Drehpunkt der Bewegung“ etwa ein versteckter Aufruf zur *und wenden sich dem Publikum zu. Somatischen Wende?*

09:45

*Verbeugung*