

Steffen Naumann

Yorckstr. 42
28201 Bremen
Tel. 0421/347 89 46

Mail: SteffenNau@aol.com
www.stock-kampf-kunst.de

Bank: TargoBank IBAN: DE68 300209001611622617
BIC: CMCIDEDD

Teilnahmebedingungen

Die Anmeldung ist nur schriftlich möglich und verpflichtet zur Zahlung der gesamten Teilnahmegebühr (Überweisung oder Verrechnungsscheck). Bei Abmeldung bis zum 9.1.18 wird der Teilnahmebeitrag unter Einbehaltung einer Bearbeitungsgebühr in Höhe von 50,-€ rückerstattet. Bei späterer Abmeldung kann der Betrag nur dann erstattet werden, wenn ein/e andere/r TeilnehmerIn nachrückt. Sollte die Fortbildung abgesagt werden, wird die gesamte Gebühr zurückgezahlt. Für selbstverschuldete Unfälle und Garderobe kann keine Haftung übernommen werden.

✂

😊 **Ja**, ich melde mich an zur Fortbildung
Stock-Kampf-Kunst in Rhythmus und Bewegung.
Eine Anzahlung von 50 € habe ich überwiesen.

Vorname Name

Straße

PLZ/Ort

Telefon + Email

Die Teilnahmebedingungen erkenne ich an.

Ort, Datum

Unterschrift

Termine:

1. 09. - 11. 03. 18
2. 04. - 06. 05. 18
3. 15. - 17. 06. 18
4. 31.8. - 02. 09. 18
5. 12. - 14. 10. 18

Zeiten: Fr. 18 h Beginn mit dem Abendessen
So. 13 h Abreise

Umfang 75 Unterrichtsstunden
max. 16 TeilnehmerInnen

Kosten: € 1.140/ 990 (bei einer Anzahlung von 490 € bis zum 9.1.18) incl. Kurs, Vollverpflegung, Unterbringung in 2-3 Bett-Zimmern (Einzelzimmer möglich). Der Restbetrag kann in vereinbarten Raten bezahlt werden.

Unterbringung: Der Kurs findet im Tagungshaus Bredbeck (ca. 30 km von Bremen/ www.bredbeck.de) statt. Wir haben einen wunderschönen Saal für den Kurs: rund, ganz aus Holz, mit viel Glas mit Blick in den Wald und sind in einem eigenen Haus mit Gruppenraum für die Abende untergebracht. Das Essen ist außergewöhnlich gut (vegetarisch möglich). Jeweils samstags gestalte ich Filmabende zum Thema "Rhythmus und Kampf". Wer noch nicht genug geschwitzt hat, kann sich in der hauseigenen Sauna aufweichen lassen.

Möglichkeiten die Arbeit kennenzulernen:

mittwochs, 19-21 h, *Stock-Kampf-Tanz*, wöchentlicher Kurs für Erwachsene in **Bremen-Neustadt**, Kosten 40/35 €, Probestunde kostenlos!

- 22. September '17, 2 Workshops *Stock-Kampf-Kunst als Rhythmusform*, auf dem Kongress für Naturheilkunde, Aneos Klinik **Bremen**

- 20.-22. Oktober '17, *Stock-Kampf-Kunst als Rhythmusform*, Workshop zum Kennenlernen, offen für alle. Mit Unterkunft und Verpflegung in der Bildungsstätte **Bredbeck** bei Bremen. Zeiten: Fr. 17.30 h - So 14 h, Kosten: 130 € (incl.), 110 € ohne Übernachtung, Anmeldung und Info: Bildungsstätte Bredbeck 04791/ 9618-0

- 27. Oktober '17, Workshop *Stock-Kampf-Kunst als Rhythmusform*, auf dem *Campus 2017* der **Musikhochschule Lübeck**

- 17. Februar '18, Tageskurs *Stock-Kampf-Kunst* für Fortgeschrittene, Samstag von 11-16 h in der Halle des Landesbetriebs-sportverbandes, Volkmannstr. 12 **Bremen-Neustadt**, Kosten 70 €/60 € (bei Geldeingang bis zum 17.1.18).

Fortbildung 2018 bei Bremen Stock-Kampf-Kunst in Rhythmus und Bewegung



ab 9. März 2018
über fünf Wochenenden
mit Steffen Naumann
bei Bremen

Stock-Kampf-Kunst zwischen Kampf, Tanz & Rhythmus

Mit ein oder zwei armlangen Stöcken erkunden wir die rhythmischen Aspekte der Stock-Kampf-Kunst. Die Stöcke schlagen auf den Boden, gegeneinander oder unter die Fußsohlen, die Füße stampfen und der Körper wiegt sich in einer Art Tanz. Werden jetzt noch einzelne Schläge mit verschiedenen PartnerInnen koordiniert, entsteht eine dynamische Mischung aus Klang und Rhythmus, aus Bewegung, Kampf und Spiel. Die Stöcke geben Klarheit, Sicherheit und verbinden mit der eigenen Kraft.



Inhalte der Fortbildung

- × **Spiele und Jonglagen** zum Aufwärmen, Gewöhnen an die Stöcke und Förderung der Koordination.
- × **Katas** (choreographierte Formen mit einem Stock) für Klarheit, Erdung und Konzentration.
- × **"Angriffe" und "Blocks"** mit einem Stock zum Erleben von Kraft, Energie und Grenzen.
- × Die **single und double sinawalis** mit zwei Stöcken sind dynamische Partnerformen von fließender Eleganz. Sie sind das Basismaterial, aus dem die Partner- und Gruppenformen entstehen.
- × **Rhythmusformen**
Mit Stöcken, Händen, Füßen und der Stimme werden wir kraftvolle und dynamische Rhythmusformen kreieren. Außerdem lernen wir Formen aus der **Bodypercussion** kennen, in denen der eigene Körper zum "Klanginstrument" wird.
- × Formen mit dem **Langstock** (140 cm).
- × Schließlich werden wir uns auch immer wieder ohne Stöcke bewegen, werden tanzen, raufen und spielen, abgerundet wird das Ganze durch verschiedene Methoden der Körperarbeit.



Zielgruppen

Die Stöcke werden bereits von verschiedensten Berufsgruppen in ihren jeweiligen Arbeitsfeldern eingesetzt:

- **LehrerInnen und PädagogInnen, SozialpädagogInnen, PsychologInnen** (an Schulen),
- **Ärzte, PflegerInnen, TherapeutInnen in Kliniken und Therapieeinrichtungen,**
- **ErzieherInnen im Hort, in Kindergärten,**
- **ErgotherapeutInnen, KrankengymnastInnen,**
- **ÜbungsleiterInnen** (im Sportverein, Pfadfinder etc.)



Themen, die hier behandelt werden:

- Training zur Gewaltprävention
- Selbstbehauptung/ Selbstbewusstsein
- Gefühl für Gruppendynamik
- Schulung von Kontakt und Abgrenzung im Rahmen von ‚Sozialem Lernen‘
- in der Einzelarbeit zur Kontaktaufnahme mit ‚schwierigen‘ SchülerInnen
- Gestaltung von Projekttagen
- zur Gestaltung von Aufführungen
- Mathematik, die Kinesiologie zeigt, dass die Re/Li-koordination die kreative Verbindung der beiden Gehirnhälften fördert
- Koordination und Kondition/ Fitness



Die Ziele

Am Ende der Fortbildung sollen die TeilnehmerInnen ein klareres Gefühl zum eigenen Körper entwickelt haben, mehr Erdung, Klarheit und Präsenz ausstrahlen. Sie werden mit den Grundformen der Stock-Kampf-Kunst so weit vertraut sein, dass sie in der Lage sein werden, die Stöcke in die o. g. Berufsfelder selbständig und kreativ zu integrieren. Die Stöcke verhelfen zu einem (selbst-) bewussteren Umgang mit Grenzen zu anderen Menschen. Das Projekt wird intensiv, lustvoll und sehr bewegt. Durch die "rundum sorglos" Versorgung im Tagungshaus Bredbeck wird es aber auch ein wenig wie Urlaub werden.

Steffen Naumann

Ich bin Diplom-Psychologe, Tanzpädagoge und Lehrer der F.M. Alexander-Technik und arbeite seit 2017 als Bewegungstherapeut an einer psychiatrischen Klinik in Bremen. Ich habe langjährige Erfahrung in den Bereichen Neuer Tanz, Contact Improvisation, Moderner Tanz und außerdem in den Kampfkünsten Capoeira und Stock-Kampf-Kunst. Ich unterrichte Stock-Kampf-Kunst an Schulen in Bremen und Niedersachsen und habe lange Bühnenerfahrung sowohl als Tänzer als auch als Regisseur. Seit vielen Jahren mache ich geschlechtsspezifische Arbeit mit Männern (z.B. Schwitzhütten → www.maensch.de) und Jungen (Gewaltprävention). Seit 2005 biete ich jährlich diese Intensivfortbildung an.



➤ Zahlt sich aus: **Die Bildungsprämie**

▶ www.bildungspraemie.info

Die Fortbildung ist für die Bildungsprämie anerkannt. Bis zu 495 € können gefördert werden. Bei Interesse anrufen.