

**NTB**  
NIEDERSÄCHSISCHER TURNER-BUND

**AUSSCHREIBUNG**

10. bis 12. Juni 2022  
in Osnabrück

**NTB  
KONGRESS  
OSNABRÜCK  
2022**

[www.NTB-Kongress.de](http://www.NTB-Kongress.de)

AOK | GUVH | LUKN | SPORT-THEME | NIEDERSÄCHSISCHE KINDERTURN STIFTUNG | LOTTO-SPORT-STIFTUNG | Stiftung der Sparkasse Osnabrück | OSNABRÜCK | FREIHEITSTADT

### Wie kommt der Ausdruck in die Show?

Die Choreografie ist anspruchsvoll, aber so recht will die Begeisterung nicht aufkommen? Der berühmte "Ausdruck" fehlt. Wodurch wirkt der /die Tänzer/in, Turner/in, Akrobat/in überzeugend? Wodurch wird die Choreografie lebendig und fesselt die Zuschauer? Und: Was sind die typischen "Ausdrucks-Bremsen"? Wir suchen, finden und probieren es praktisch aus.

Stichpunkte zum Workshop:

Der Begriff "Ausdruck" ist nicht sehr genau. Ich verwende ihn, weil er sich im Sprachgebrauch bewährt hat und jeder ungefähr weiß, was gemeint ist. Die hier gegebenen Erklärungen des Begriffs sind keine wissenschaftlichen Definitionen, sondern orientieren sich an der praktischen Brauchbarkeit.

Was ist Ausdruck?

- unter dem Aspekt der Körpersprache ist Ausdruck Kommunikation
- unter dem Aspekt der konkreten Person ist Ausdruck Authentizität (d.h. der Partner/Zuschauer glaubt ihr)
- als Bühnenqualität ist Ausdruck die Fähigkeit des Spielers innerlich beteiligt zu sein und diese Beteiligung auch zu zeigen
- unter dem Aspekt des Tänzer-Darstellers ist Ausdruck die Fähigkeit, mit dem gesamten Körper zu kommunizieren

Auf muskulärer Ebene stellt sich Ausdruck dann her, wenn nicht nur die Bewegungsmuskeln arbeiten, sondern auch die (entwicklungsgeschichtlich alten, mit den Emotionen verbundenen) Haltemuskeln "mitspielen" (Rückenstrecker, Rumpfmuskeln, Beckenboden ect.)

Sie fungieren oft als kontrapunktische Basis für die Bewegungsmuskeln.

Sie fördern die Emotionen (die innere Haltung) zu Tage.

Sie binden die Mimik mit an.

Sie ist eng mit Atem und Stimmgebung verbunden.

Was bremst den Ausdruck?

- fehlende Motivation: die Tänzer sind innerlich unbeteiligt, sie haben sich die Tanzschritte nicht wirklich zu eigen gemacht, sie führen nur Anweisungen aus
- fehlendes Selbstvertrauen, Unsicherheit, u.U. durch Überforderung oder Perfektionsdruck, Angst vor dem Publikum

Was fördert den Ausdruck?

- Die Choreografie sitzt hundertprozentig
- die Tänzer haben die Bewegungen selbst (mit)entwickelt
- sie sind an Improvisationen gewöhnt
- die Bewegungen haben für die Tänzer einen Sinn
- es gibt keinen Perfektionsdruck, Fehler auf der Bühne sind keine Katastrophe
- der Tanz ist ein Spiel, die Zuschauer sind Mitspieler
- wenn möglich werden Atem und Stimme in den Tanz einbezogen

Anke Gerber, im Mai 2022