

Workshopleitende

Tobias Baesch

Tobias Baesch ist freiberuflicher Artist, Circuspädagoge BAG und Circus-Rigger. Seit der Beendigung seines Bachelors an der „Academy of Circus and Performance Art“, 2016, gestaltet er die CircArtive School als Technischer Leiter und Hauptlehrer mit. Neben seiner Expertise in den Bereichen Balance und Akrobatik, hat sich Tobias in den letzten 10 Jahren umfangreiches Wissen im Bereich „Circus-Rigging“ erarbeitet. Er erarbeitete seit 2020 im Rahmen des Arbeitskreises „Sicherheit & Prävention in der Circuspraxis“ einen Leitfaden zu sicherheitstechnischen Grundlagen im Circus.

Christian Grüner

Christian Grüner ist Dipl.-Volkswirt und war zunächst Sozialversicherungsfachangestellter bei der DAK, bevor er in den 1990iger Jahren als Straßen- und Bühnenkünstler (Akrobatik, Jonglage, Einrad) auftrat und parallel Volkswirtschaft studierte. Nach einem Trainee-Programm bei einem „Öko-Versicherungsmakler“ ist er seit 2001 als freier Versicherungsmakler im Rahmen der Fairsicherungsläden Genossenschaft tätig. Mit dem Ansatz der Künstler-Fairsicherung ist er spezialisiert auf die Vermittlung von Versicherungen im künstlerisch kreativen Kontext: Haftpflicht, Berufsunfähigkeit, Requisiten, Altersvorsorge. Er ist Geschäftsführer der Fairsicherungsläden Hagen GmbH.

Birte Hoff aka Jul

la cisne loca reiste in viele verschiedene Zirkusprojekte weltweit und erforschte im Rahmen ihres Studiums ein soziales Zirkusfestival im Hinblick auf die Darstellung und Inszenierung von Geschlecht. Dazu wird im Frühjahr ihr Buch im Tectum Verlag erscheinen. Geschlecht spielt im Zirkus aufgrund der Körperlichkeit eine große Rolle, wird jedoch in vielen Projekten nicht thematisiert. Deshalb beschloss sie dies zu ändern und entwickelte den Workshop zur gendersensiblen Zirkuspädagogik. Sie lebt in Mainz und arbeitet als freiberufliche Zirkuspädagogin sowie Coach. Dabei bietet sie Life-Coaching und Teambuilding mit Pferden oder Zirkus an.

Laura Winkler Katrin Penno

Katrin Penno und Laura Winkler sind die neuen Förderreferentinnen der BAG. Sie beraten derzeit zu Anträgen rund um das Programm „Aufholen nach Corona“ mit Ukrainebezug. Katrin lebt in Hamburg und ist seit 13 Jahren in der Zirkusarbeit mit Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen tätig. Außerdem gibt sie Tanzunterricht. Laura kommt aus Köln und ist eigentlich Ethnologin, aber seit Jahren in ihrer Freizeit in der Zirkuswelt aktiv.

Nele Jäger

Nele Jäger ist Clownin und Pantomimin. Neben ihrer Arbeit auf der Bühne macht es ihr Spaß ihre Erfahrungen auch an andere Menschen weiterzugeben. Seit 2016 beschäftigt sie sich mit den sogenannten Bühnenbasics und entwickelte ein Workshop Konzept, um Menschen zu unterstützen die vor Publikum stehen, sei es als Student*in bei einem Referat oder als Künstler*in bei einem Auftritt.

Friedi Braun

Friedi Braun ist freischaffende Artistin aus Darmstadt. Ihre Schwerpunkte liegen auf Partnerakrobatik und chinesischem Mast, welche sie aber auch gerne mit anderen Disziplinen kombiniert. Ihren Bachelor of Circus Arts hat sie 2017 an der Rotterdamer Kunsthochschule Codarts gemacht. Seither stand sie Solo als auch mit verschiedenen Compagnien, wie Scapino Ballett, Captain Sugar & the monkey puppets, Just for Fun Express auf nationalen und internationalen Bühnen.

Stefan Bauer

Stefan Bauer ist freiberuflicher Artist, Circuspädagoge BAG und staatlich anerkannter Sozialpädagoge. Seinen Artistik Bachelor schloss er 2016 bei der Hochschule Codarts Circus Arts in den Spezialisierungen Diabolo und Jonglage ab. In seiner Bachelorarbeit an der Internationalen Hochschule beschäftigte er sich mit dem Thema Jonglage im Alter und Zirkuspädagogik als Chance für Soziale Arbeit. Zudem arbeitet er seit 2016 an der CircArtive School als Artistischer Leiter und Hauptlehrer.

Katrin Penno

Ich heiße Katrin Penno. Im Jahr 2006 habe ich meine Ausbildung zur Musicaldarstellerin an der Stage School Hamburg abgeschlossen. Zwei Jahre später schloss ich die Ausbildung zur Tanzpädagogin an der Lola Rogge Schule ab. Bereits zu Ausbildungszeiten trat ich als Tänzerin auf. 2008 begann ich Tanz- und Zirkusunterricht für Kinder, Jugendliche und Erwachsene zu geben. Hierbei begegneten mir immer wieder Schüler die bei bestimmten Bewegungen Schmerzen hatten. Oft konnte ich ihnen intuitiv helfen, wollte aber gerne verstehen, was dahinter steckt. So begann ich 2015 eine Ausbildung zur Heilpraktikerin um Osteopathie studieren zu dürfen. Das Studium der Osteopathie werde ich voraussichtlich 2023 abschließen, arbeite aber seit Mitte diesen Jahres in diesem interessanten Beruf.

Workshopleitende

Ronja Siewert

Ronja Siewert ist studierte Zirkusartistin und Riggerin.

Angefangen hat ihre Leidenschaft zum Zirkus in frühen Jahren im Kinder- und Jugendzirkus.

Nachdem sie alle zu der Zeit verfügbaren zirkuspädagogischen Fortbildungen absolviert hatte, arbeitete sie jahrelang als Dozentin bevor sie an die Zirkusschule Codarts in Rotterdam ging und sich als Artistin auf die Disziplinen Strapatzen und Keulen-Passing spezialisierte.

Inzwischen bewegt sie sich fließend zwischen der auftretenden und der vermittelnden Seite des Zirkus und freut sich stets über alle Interessierten, denen Sie begegnet.

Sophia-Marie Luftensteiner

Mag. Sophia-Marie Luftensteiner ist Kulturmanagerin, Zirkuspädagogin (BAG) und Clownin. Seit 5 Jahren ist sie bei der BAG Zirkuspädagogik e.V. angestellt und leitet das Projektbüro Zirkus gestaltet Vielfalt in Hannover. In ihrem Workshop wird sie das Förderkonzept von Zirkus gestaltet Vielfalt vorstellen. Hierbei wird sie insbesondere auf die Veränderungen im Rahmen der neuen Förderperiode von Kultur macht stark (2023-2027) eingehen. Zum Ende des Workshops wird es Raum für individuelle Fragen und Antragsberatung geben.

Workshop-Block I

09:30 - 11:00

Kaminzimmer

Tobias Baesch

**Leitfaden
„Sicherheitstechnische
Grundlagen im Circus“**

In diesem Workshop erarbeiten wir in Anlehnung an den „Leitfaden Sicherheitstechnische Grundlagen im Circus“ mit welchen Annahmen sichere Geräte hergestellt werden und für welche Lasten Anschlagpunkte insbesondere für die Luftartistik ausgelegt werden sollten. Gleichzeitig werden wir die Einbettung dieser Annahmen und Erkenntnisse in den Normenkontext und daraus resultierende hilfreiche Argumentationsstrategien insbesondere in der Kommunikation mit fachfremden Akteuren bearbeiten.

Glockenstube

Christian Grüner

**Versicherung - Was passiert,
wenn Du nicht mehr kannst!?**

Der Workshop zeigt Dir auf, welche Möglichkeiten Du hast, Dich gegen Deinen Arbeitskraftverlust abzusichern bzw. welche Absicherung vielleicht schon bestehen. Gerade wenn Du jung bist und Du glaubst, Dir kann nichts passieren ... solltest Du Dich mit dem Thema auseinandersetzen. Als junger Mensch kannst Du zumeist einfach und günstig so einen Vertrag abschließen, weil Du noch keine Diagnosen (Vorerkrankungen) hast. Eine Krankheit oder ein Unfall kann Dich schnell aus der Bahn werfen oder Dich finanziell abhängig von anderen machen (Partner, Eltern, Staat, etc.).

Kindertreff

Birte Hoff aka Jul

**Gendersensible
Zirkuspädagogik**

Warum jonglieren Jungen lieber? Warum laufen Mädchen lieber Seil? Und vor allem – ist es wirklich so? Diesen Fragen wird in dem Workshop zu gendersensiblen Umgang im Zirkusalltag nachgegangen. Wir setzen uns vor allem mit dem Alltagswissen in Bezug auf Zweigeschlechtlichkeit und Geschlechterstereotype auseinander. Dazu definieren wir kurz den Unterschied zwischen sex und gender, sowie die Kernthese dreier Geschlechtertheorien. Um uns dann zu fragen: Warum ist es wichtig, dass wir uns mit Genderdiversität und einem sensiblen Umgang mit Geschlecht auseinandersetzen und wie können wir das in unseren Zirkusalltag integrieren?

Tenne

Tanja Hübner

**Müheleose Aufrichtung und
Präsenz mit der Alexander-
Technik (Anfänger)**

Im Zentrum dieses Workshops steht das Loslassen von unnötigen Spannungen, die den freien Fluss von Bewegungen behindern und das kreative Potenzial einengen. Erfahre, wie Du Dich durch mentale Ausrichtung präsenter im eigenen Körper und auf der Bühne erlebst. Mit der Alexander-Technik kannst Du die Sensibilität für Deinen Körper erhöhen und schärfst Deine Wahrnehmung für die eigenen Bewegungsmuster. Du verfeinerst die Koordination und die Modulation Deines Körpers und beugst damit Verletzungen und Überbeanspruchungen vor.

Rappenstube

Katrin Penno
Laura Winkler

**Info über Fördermöglichkeiten
für Projekte mit Ukrainebezug**

Es gibt eine spannende neue Fördermöglichkeit. Für 2022 ist es noch möglich, bis zu 30.000 Euro Fördergelder für Projekte mit ukrainischen Kindern und Jugendlichen zu beantragen. Solche Projekte können Wochenendworkshops, feste Kurse, Ferienprojekte, Mitmachzirkus und vieles mehr sein. Die Antragstellung ist einfach und die Abrechnung unkompliziert. Wir geben euch alle Informationen an die Hand, die ihr braucht, um diesen Antrag noch in diesem Jahr zu stellen! Es wird auch Raum für individuelle Fragen und Beratung geben.

Zirkushalle 1

Friedi Braun

**Chinese Pole nachhaltig
trainieren (Anfänger)**

Im Anfängerkurs legt Friedi einen Fokus auf die Grundlagen am chinesischem Mast um nachhaltig arbeiten zu können. Ziel ist es eine gute Grundlage aufzubauen, mit welcher man sein technisches Level individuell weiter entwickeln kann. Dieser erste Mast Workshop ist ideal für Anfänger geeignet.

Zirkushalle 2

Zirkushalle 3

Zirkushaus 1

Zirkushaus 2

Zirkuszelt

Zirkuszelt rot gelb

Stefan Bauer

**Körperliche Vorbereitung für
Dynamische Akrobatik,
Trampolin & Airtrack**

Im Workshop geht es um körperliche und mentale Vorbereitung im Bezug auf verschiedene akrobatische Disziplinen. Dabei wird der Fokus darauf gelegt, welche Körperteile besonders beansprucht werden und wie diese präventiv geschützt werden können. Im Workshop sollen dabei praktische Übungen untersucht werden, welche kleinschrittig angepasst akrobatische Bewegungsabläufe unterstützen um diese anatomisch korrekt auszuführen.

Joell Kimpel

**Jonglage Workshop für
Fortgeschrittene**

Wir probieren uns in verschiedensten Wurfformen der Jonglage aus und entwickeln damit eigene Kunststücke und Sequenzen.

Workshop-Block II

11:15 - 12:45

Kaminzimmer

Glockenstube

Christian Grüner

Versicherung - Was passiert, wenn Du Dritten einen Schaden zufügst?

Laut BGB bist Du zum Schadenersatz verpflichtet, wenn Du Dritten einen Schaden zufügst. Genau hier hilft Dir eine Haftpflicht-Versicherung. Mehr Infos zum Versicherungsschutz, aktuelle anschauliche Schadenbeispiele, Kosten aber auch die Grenzen der Haftpflicht-Versicherung, das alles zeige ich Euch im Workshop. Du hast aufwändige Technik, teure Requisiten, vielleicht ein Zirkuszelt. Wenn auch nur Teile davon weg sind, hast Du in den meisten Fällen ein Problem. Genau hier hilft die Requisiten-Versicherung. Auch hier zeige ich Schadenbeispiele auf, erkläre grundsätzlich den Versicherungsschutz und gebe Hinweise zur Prämie.

Kindertreff

Jolande Sommer
Marek Petersen

Initiative feministischer Zirkus

Tenne

Katrin Penno

Schmerzen im Beruf: Normal? Dehnung, Verletzungen und Verletzungsprävention

Sind Schmerzen für Artisten „normal“? Bis zu welchem Grad muss ich Schmerzen aushalten? Gibt es gute und schlechte Schmerzen? Dehne ich sinnvoll? Wo liegt die Schmerzgrenze, die ich nicht überschreiten sollte? Ab wann sind Schmerzen chronisch? Wie kann ich mich vor Verletzungen schützen? Wie sollte ich mit Verletzungen umgehen? All diese Fragen wollen wir uns in diesem Workshop widmen.

Rappenstube

Zirkushalle 1

Friedi Braun

Chinesische Pole nachhaltig trainieren (Fortgeschrittene)

Im Fortgeschrittenenkurs legt Friedi den Fokus auf Kunststücke über das Klettern hinaus und wie mit diesen sauber und sicher am Mast gearbeitet werden kann. Ziel ist weitergehende Grundlagen aufzubauen, mit welcher man sein technisches Level individuell weiter entwickeln kann. Dieser zweite Mast Workshop ist ideal für Fortgeschrittene geeignet

Zirkushalle 2

Tobias Baesch

Luftaufhängung - Grundlagen TEIL 1 (Praktischer Workshop)

In dem Workshop werden wir praktische Grundlagen zur aktuellen Best-Practice im Bereich Luftaufhängungen erarbeiten. Angefangen von Materialkunde, bis hin zur Knotenkunde lernen wir verschiedene Wissensfelder kennen und suchen gemeinsam nach den besten Methoden, um mögliche Fehlerquellen möglichst sicher und zuverlässig in der täglichen Praxis zu vermeiden. Eine theoretische Einbettung der Inhalte dieses Workshops bietet der Workshop: „Leitfaden Sicherheitstechnische Grundlagen im Circus“

Zirkushalle 3

Ronja Siewert

Verletzungsprävention und Falltraining in der Luftartistik

In diesem Workshop möchte ich mit den Teilnehmenden sowohl theoretisch als auch praktisch am Bewusstsein für Verletzungsminimierung im Bereich Luftakrobatik arbeiten. Zusammen werden wir Grundvoraussetzungen erarbeiten sowie in die Praxis einsteigen, was z.B. ein sicheres Landen auf einer Weichbodenmatte angeht. Bei der Verletzungsprävention geht es sowohl um körperliche Vorbereitung als auch um zielgerichtetes Aufwärmen. Je nach Vorerfahrung werden wir gezielte mitgebrachten Fragen zum sicheren Vermitteln von Tricks an einzelnen Geräten der Workshopteilnehmenden berücksichtigen können.

Zirkushaus 1

Zirkushaus 2

Stefan Bauer

Wie kann Zirkuspädagogik für Menschen im Alter aussehen?

Die deutsche Gesellschaft altert. Dabei gibt es bisher relativ wenig zirkuspädagogische Bewegungskonzepte für Menschen im Alter. Deshalb widmet sich dieser Workshop den Chancen dieser Zielgruppe. Dabei soll auf Herausforderungen der dritten Lebensphase eingegangen werden. Einen Fokus legt der Workshop dabei auf einen inklusiv ressourcenorientierten Ansatz der Zirkusdisziplinen.

Zirkuszelt

Zirkuszelt rot gelb

Lena Schnyder aka Ika

Handstand Workshop für Anfangende

Ihr werdet mit spezifischen Aufwärm- und Vorübungen an den Handstand/Kopfstand herangeführt. Gemeinsam reflektieren wir unseren Umgang mit Erfolgen und Misserfolgen oder versuchen zu ergründen warum wir bestimmte Zustände als solche werten. Zu guter Letzt wollen wir Strategien austauschen, wie wir noch so kleine Fortschritte wertzuschätzen lernen.

Workshop-Block III

15:00 - 16:30

Kaminzimmer

Glockenstube

Christian Grüner
Vorsorge - Wenn Du nicht mehr willst

Bezüglich der Altersvorsorge gibt es bei Solo-Selbständigen und Hybrid-Beschäftigten in den darstellenden Künsten viele Unklarheiten. Gerade in prekären Einkommenssituationen wird das Thema oft hinten angestellt. Das Seminar zeigt auf, welche Vorsorgemöglichkeiten es zusätzlich zur gesetzlichen Renten- und Pflegeversicherung und der Künstlersozialkasse (KSK) gibt. Die Möglichkeiten werden produkt- und anbieterunabhängig vorgestellt und die Fragen der Teilnehmenden diskutiert.

Kindertreff

Birte Hoff aka Jul
Gendersensible Zirkuspädagogik

Warum jonglieren Jungen lieber? Warum laufen Mädchen lieber Seil? Und vor allem – ist es wirklich so? Diesen Fragen wird in dem Workshop zu gendersensiblen Umgang im Zirkusalltag nachgegangen. Wir setzen uns vor allem mit dem Alltagswissen in Bezug auf Zweigeschlechtlichkeit und Geschlechterstereotype auseinander. Dazu definieren wir kurz den Unterschied zwischen sex und gender, sowie die Kernthese dreier Geschlechtertheorien. Um uns dann zu fragen: Warum ist es wichtig, dass wir uns mit Genderdiversität und einem sensiblen Umgang mit Geschlecht auseinandersetzen und wie können wir das in unseren Zirkusalltag integrieren?

Tenne

Lara Hummel aka Lix
Cyrwheel für Anfängende

In diesem Workshop für alle, die sich für das Cyrwheel interessieren, geht es um die Bewegung in und mit dem Cyr. Als Gruppe und allein werden wir uns mit dem Circusgerät Cyrwheel befassen und es verstehen und lenken lernen. Wir wollen ein Gefühl für das Gerät entwickeln und die Grundlagen für weitere Arbeit damit legen.

Rappenstube

Nele Jäger
Lampenfieber ade – mentale Vorbereitung für Auftritte TEIL 1

Lampenfieber ist an sich nichts Schlechtes. Es hält uns wach und in der Aufmerksamkeit. Doch wenn es überhand gewinnt, bereitet es uns Stress und blockiert uns. In diesem Workshop wollen wir gemeinsam sammeln was wir, jenseits des Trainings, vor einem Auftritt tun können, damit wir uns sicher fühlen. Außerdem befassen wir uns mit Übungen, die uns bei Nervosität helfen, uns zentrieren und uns auch mental auf unsere Darbietung vorbereiten.

Zirkushalle 1

Zirkushalle 2

Tobias Baesch
Luftaufhängung - Grundlagen TEIL 2 (Praktischer Workshop)

In dem Workshop werden wir praktische Grundlagen zur aktuellen Best-Practice im Bereich Luftaufhängungen erarbeiten. Angefangen von Materialkunde, bis hin zur Knotenkunde lernen wir verschiedene Wissensfelder kennen und suchen gemeinsam nach den besten Methoden, um mögliche Fehlerquellen möglichst sicher und zuverlässig in der täglichen Praxis zu vermeiden. Eine theoretische Einbettung der Inhalte dieses Workshops bietet der Workshop: „Leitfaden Sicherheitstechnische Grundlagen im Circus“

Zirkushalle 3

Ronja Siewert
Verletzungsprävention und Falltraining in der Luftartistik

In diesem Workshop möchte ich mit den Teilnehmenden sowohl theoretisch als auch praktisch am Bewusstsein für Verletzungsminimierung im Bereich Luftakrobatik arbeiten. Zusammen werden wir Grundvoraussetzungen erarbeiten sowie in die Praxis einsteigen, was z.B. ein sicheres Landen auf einer Weichbodenmatte angeht. Bei der Verletzungsprävention geht es sowohl um körperliche Vorbereitung als auch um zielgerichtetes Aufwärmen. Je nach Vorerfahrung werden wir gezielte mitgebrachten Fragen zum sicheren Vermitteln von Tricks an einzelnen Geräten der Workshopteilnehmenden berücksichtigen können.

Zirkushaus 1

Zirkushaus 2

Stefan Bauer
Körperliche Vorbereitung für Dynamische Akrobatik, Trampolin & Airtrack

Im Workshop geht es um körperliche und mentale Vorbereitung im Bezug auf verschiedene akrobatische Disziplinen. Dabei wird der Fokus darauf gelegt, welche Körperteile besonders beansprucht werden und wie diese präventiv geschützt werden können. Im Workshop sollen dabei praktische Übungen untersucht werden, welche kleinschrittig angepasst akrobatische Bewegungsabläufe unterstützen um diese anatomisch korrekt auszuführen.

Zirkuszelt

Friedi Braun
Nachhaltige Partnerakrobatik für Anfängende

Im Anfängerkurs legt Friedi einen Fokus auf die Grundlagen der Partnerakrobatik um nachhaltig arbeiten zu können. Ziel ist es eine gute Grundlage aufzubauen, mit welcher man sein technisches Level individuell weiter entwickeln kann. Dieser erste Partnerakrobatikworkshop ist ideal für Anfängende der Partnerakrobatik geeignet.

Zirkuszelt rot gelb

Workshop-Block IV

16:45 - 18:15

Kaminzimmer

Sophia-Marie Luftensteiner
Förderkonzept von Zirkus gestaltet Vielfalt

In ihrem Workshop wird sie das Förderkonzept von Zirkus gestaltet Vielfalt vorstellen. Hierbei wird sie insbesondere auf die Veränderungen im Rahmen der neuen Förderperiode von Kultur macht stark (2023-2027) eingehen. Zum Ende des Workshops wird es Raum für individuelle Fragen und Antragsberatung geben.

Glockenstube

Christian Grüner
Versicherung - Was passiert, wenn Du nicht mehr kannst!?

Der Workshop zeigt Dir auf, welche Möglichkeiten Du hast, Dich gegen Deinen Arbeitskraftverlust abzusichern bzw. welche Absicherung vielleicht schon bestehen. Gerade wenn Du jung bist und Du glaubst, Dir kann nichts passieren ... solltest Du Dich mit dem Thema auseinandersetzen. Als junger Mensch kannst Du zumeist einfach und günstig so einen Vertrag abschließen, weil Du noch keine Diagnosen (Vorerkrankungen) hast. Eine Krankheit oder ein Unfall kann Dich schnell aus der Bahn werfen oder Dich finanziell abhängig von anderen machen (Partner, Eltern, Staat, etc.).

Kindertreff

Jolande Sommer
Marek Petersen
Initiative feministischer Zirkus

Tenne

Tanja Hübner
Alexander-Technik für Arme und Schultergürtel (Vertiefung)

In diesem Workshop schauen wir uns die Arme und den Schultergürtel mit der Unterstützung von erfahrener Anatomie und in Partnerarbeit genauer an. Du entdeckst, wie Du ungünstige Gewohnheiten in Deinem Körper leichter erkennen und wie Du unnötige Spannungen loslassen kannst. Ich begleite Dich bei diesen Entdeckungen mit einer leichten und achtsamen Berührung. Und am Ende des Unterrichts erprobst Du Deine neuen Erfahrungen in Deiner Zirkusdisziplin. Die Teilnahme am Workshop ist auch möglich, wenn Du den Einführungskurs am Vormittag nicht besucht hast.

Rappenstube

Nele Jäger
Lampenfieber ade – mentale Vorbereitung für Auftritte TEIL 2

Lampenfieber ist an sich nichts Schlechtes. Es hält uns wach und in der Aufmerksamkeit. Doch wenn es überhand gewinnt, bereitet es uns Stress und blockiert uns. In diesem Workshop wollen wir gemeinsam sammeln was wir, jenseits des Trainings, vor einem Auftritt tun können, damit wir uns sicher fühlen. Außerdem befassen wir uns mit Übungen, die uns bei Nervosität helfen, uns zentrieren und uns auch mental auf unsere Darbietung vorbereiten.

Zirkushalle 1

Zirkushalle 2

Tobias Baesch
Flugtrapez

Der Workshop Flugtrapez bietet einen ersten kleinen Einblick in die Welt des Flugtrapezes. Gemeinsam werden wir für - uns selbst und die anderen Teilnehmenden - sichere Abläufe für das Gelingen der ersten Schwünge am Fliegenden Trapez erarbeiten, um diese dann direkt gemeinsam als Gruppe umzusetzen. Zusätzlich üben wir eine erste Schwungtechnik, mit der wir zusätzliche Höhe aufbauen können.

Zirkushalle 3

Zirkushaus 1

Zirkushaus 2

Stefan Bauer
Wie kann Zirkuspädagogik für Menschen im Alter aussehen?

Die deutsche Gesellschaft altert. Dabei gibt es bisher relativ wenig zirkuspädagogische Bewegungskonzepte für Menschen im Alter. Deshalb widmet sich dieser Workshop den Chancen dieser Zielgruppe. Dabei soll auf Herausforderungen der dritten Lebensphase eingegangen werden. Einen Fokus legt der Workshop dabei auf einen inklusiv ressourcenorientierten Ansatz der Zirkusdisziplinen.

Zirkuszelt

Friedi Braun
Nachhaltige Partnerakrobatik für Fortgeschrittene

Im Fortgeschrittenenkurs legt Friedi den Fokus auf das klassische „Hand-auf-Hand“ geben und wie man darin sauber und sicher arbeitet. Ziel ist es eine gute Grundlage aufzubauen, mit welcher man sein technisches Level weiter entwickeln kann. Dieser zweite Partnerakrobatikworkshop ist ideal für Fortgeschrittene der Partnerakrobatik geeignet.

Zirkuszelt rot gelb