



KE E MACAZIN E 4

[k] KAMPNAGEL

Liebe Leser*innen,

Die sozialen Implikationen von Corona werden uns langsam bewusst. Aber was bedeutet Corona für eine Ästhetik? Es gibt Videoaufzeichnungen und Livestreams, Podiumsgespräche via Zoom – digitale Angebote in Hülle und Fülle. Der Digitalisierungsschub, den viele Kulturinstitutionen gerade durchmachen, wirkt sich aber erst langsam auch auf die Ästhetik aus. Während wir darüber diskutieren, wie das Publikum auch wieder für analoge Formate zusammenkommen kann, müssen wir auch den Arbeitsschutz aller Beteiligten auf und hinter der Bühne im Auge behalten – und zwar wortwörtlich. Die Abstandsregeln werden noch eine Weile Proben und Bühnengeschehen im Griff haben. Werden wir Corona also bald als ästhetisches Paradigma begreifen, wenn Reifröcke und Plexiglasscheiben die Ausstattung dominieren? Und vielleicht wird es zu einem Einfall der Realität in die Kunst kommen, wenn Duette nur noch von Ehepaaren getanzt werden und Künstler*innen in Kommunen ziehen, um Abstandsregeln zu umgehen?

Sebastian Matthias schreibt in dieser Ausgabe des K3 Magazins über einen ästhetischen Aspekt von Corona und verortet diese Ästhetik irgendwo zwischen barockem Hof und Judson Church. Er betrachtet Covid-19 als Score einer Choreographie, der es uns vielleicht erlaubt, über zukünftige Scores mitzubestimmen, um das soziale Leben mitzugestalten. Außerdem bietet Kerstin Kussmaul ein Training zur Stärkung von Lungen und Immunsystem an, Antje Pfundtner in Gesellschaft stellt uns Fragen zur Verfügung, die wir zu wenig hören, und Ursina Tossi gibt Einblick in eine Arbeitsmethode von ihr, mit der wir emotionale Erlebnisse machen können.

Euer K3-Team

CHERISH YOUR LUNGS AND IMMUNE SYSTEM

KERSTIN KUSSMAUL

In dieser Session leitet euch Kerstin durch sanfte und einfache Übungen zur Stärkung der Lungen und des Immunsystems. Achtung, Spoiler! Der idyllische Videohintergrund kann Reises Sehnsucht hervorrufen. Vielleicht fühlt ihr euch inspiriert, die Übungen ebenfalls an der frischen Luft zu machen. Alles kann sitzend oder stehend ausgeführt werden.

Kerstin Kussmaul ist freischaffende Bewegungstrainerin, Forscherin und Choreographin. Ausgebildet ist sie in Musik, Tanz, somatischer Körpertherapie, Myoreflex Therapie und Yoga. Derzeit promoviert sie an der University of Auckland und kuratiert das K3 Profitraining.

<https://vimeo.com/414673004>

THE COVID-19 DANCE SCORE

SEBASTIAN MATTHIAS

For the ones interested in choreography the epidemic highlights nicely how the choreographic is actually defining public spaces and human interaction. The 1,5 m measure for social distancing reveals the otherwise overseen impact of the choreographic on our lives. Take urban space: walking around Berlin in an attempt for some physical activity during the lockdown gave me this eerie feeling that something 'feels' different out there. On closer observation I realized that I had this feeling not only in the park, but also on the street and in supermarkets. Observing from a distance the activities on the former landing strip of Tempelhofer Feld over the next days showed that the distribution of people homogenized the space. (The discipline of the early days has, at least in Neukölln, since passed...) There weren't any grill parties, next to people playing soccer, next to people jogging. All were spread apart in a similar way, distant from each other. And it can be felt that way. This spatial spreading is sensed on the street and the supermarket, where different movement practices and urban choreographies usually mark the distinct spaces. Different areas in the city have different feelings due to the arrangements of movements that are practiced and incorporated there. Its somatic experience is based on the

proprioceptive sense with nerve endings on the skin and in muscles. Through the interaction of one's own movements with other pedestrians the collective organization of the space is then felt in the body. This perspective can be linked to organization processes in club dancing that I researched within the phenomenon of groove (Matthias 2018) and that guide this argument. The lack of these different feelings shows how much these urban choreographies normally impact our sense of the city. If I would analyze different grooves of places in the city these days and do a groove space-performance about it, it would have only one scene. In this sense I would like to stipulate that the 1,5 m Covid-distance is a global choreographic score. Jonathan Burrows claims in his *Choreographer's Handbook* that "when a performer reads their score during the performance, it can help mediate between them and the audience [or other performers]. The score then represents, in a way, the piece itself, separate from the personality or desires of the performer. This can allow the performer to disappear at times, giving the audience space for a more direct and personal relation to the dance they're seeing. (Burrows 2010:143)" What's the dance like – the piece itself – that is created by this score? I can see this mediation of

the score in my daily interactions. My movement is preloaded with thought. It's preemptive like reading a score not intuitive, how I would normally improvise my movement through the city. I slow down, try to find alternative routes in order to pass by within a circular redirection. Once the choice is made, I rush by to determine my path. In that sense the pulse of this dance is – in musical words – pushed forward. My movement doesn't sit in time but is always a bit ahead. The redirections draw half circles around each other painting spatial

ornaments onto the street. At the same time the movements feel clunky, not smooth sailing. As Burrows claims, the score eliminates the desires of the performers, where they want to go and why, and this gives a more personal relation to the movement. I would add that it does so also for the urban performer. To navigate the space and not being able to fall back on intuitive movements, I also have to be more aware of my own body as a space. I can't take my spatial positioning for granted. Gia Kourias from the New York Times (Kourias 2020) writes that the Pandemic brings us back to our bodies as we navigate the 1,5 m from each other. I agree and at the same time disagree, the mediation of the Covid-19 score gives a more personal relation to the urban choreography. I get hyperaware of where my own body is in space and also start

control my intuitive movements, like in a performance. Where is my face? Where my front? Keep your hands down, don't touch your eyes! The more self-aware one gets in the dance, the more depersonalized the other bodies become. The Covid-19 dance is an abstract dance. The masks make it difficult to read feelings, emotions, communications, rather the maneuvering in the spatial paths and the clunky, pushed forward timings are highlighted. I would position the dance between

a Baroque court dance and a Judson Church aesthetic. I disagree with Gia Kourias in that sense that the Covid-19 dance might change bodily awareness in public permanently. It's the mediation of the score that created this feeling. The moment the social distancing becomes intuitive, the body will disappear again. So what I would like to take with me into a time past Corona, is that public interaction can actually change through a score. The choreographies are constructed and are easily changed like any other choreography. People just want and need to do it. The choreography of interaction determines how we live and deal with strangers and what kind of experience it is to be in public. When the Covid-19 score has been suspended, maybe we can decide and design how we want to dance with each other?

References:

Burrows, Jonathan (2010): *A Choreographer's Handbook*. Routledge: London/New York

Matthias, Sebastian (2018): *Gefühlter Groove. Kollektivität zwischen Dancefloor und Bühne*. Bielefeld: transcript.

Kourias, Gia (2020): "How We Use Our Bodies To Navigate a Pandemic." New York Times.

<https://www.nytimes.com/2020/03/31/arts/dance/choreographing-the-street-coronavirus.html?referringSource=articleShare>

FÜR MICH & DICH AM TELEFON

ANTJE PFUNDTNER IN GESELLSCHAFT

Antje Pfundtner in Gesellschaft entwickelten ihr Stück *Für Mich* für junges Publikum auf Grundlage zahlreicher Gespräche, die sie mit Kindern und Jugendlichen geführt haben.

Wir haben gedacht, in der aktuellen Situation ist es durch das „physical distancing“ irgendwie noch wichtiger, bedeutsame Fragen zu stellen - bestenfalls die, die wir zu wenig gefragt werden. In ihrer Recherche sammelten Antje und ihr Team solche Fragen. Dazu nutzen sie u.a. die tolle Bücherreihe *Kinderfragebuch* von Mikael Krogerus. Da wir wohl alle momentan mehr telefonieren oder per Videokonferenz kommunizieren, wollen wir euch an diesen Fragen teilhaben lassen und sind gespannt auf eure Erlebnisse. Lasst uns gern einen Kommentar bei Facebook da oder mailt uns, was ihr zu wenig gefragt werdet!

Ohne Altersbeschränkung, auch für Erwachsene durchaus spannend.

WAS WIRST DU ZU WENIG GEFRAGT?

Schnapp Dir die folgenden Fragen und nimm sie mit nach in Dein nächstes Telefonat oder Gespräch. Suche Dir Gesprächspartner*innen, die vielleicht nicht unbedingt in Deinem Alter sind. Egal ob Eltern, Großeltern, Tante oder kleiner Bruder - finde heraus, über welche Fragen ihr euch (trotz des Altersunterschiedes) am Längsten unterhalten könnt:

- Für welches Thema fehlen Dir die Gesprächspartner*innen?
- Macht es Dir Spaß Deinen Körper zu bewegen?
- In welchen Momenten würdest Du lieber (nicht) tanzen?
- Was fragt man Dich zu wenig?

- Hast Du ein Problem mit dem Älterwerden?
- Wofür bist Du inzwischen zu alt?
- Wofür zu jung?
- Was hast Du mit 7 Jahren am Liebsten gemacht?
- Gibt es etwas, das Du mich gerne fragen würdest?
- Was kannst Du so gut, dass man Dich dafür bezahlen würde?
- Welche Schimpfwörter benutzt Du am liebsten?
- Könntest Du Dir vorstellen, in einem anderen Land zu leben? In welchem?
- Wenn Du Dich entschließen würdest, von zu Hause fortzulaufen: Wohin würdest Du gehen?
- Was ist der Sinn des Lebens für Dich?
- Sammelst Du etwas?
- Stell Dir vor, es gäbe kein Geld mehr auf der Welt und man könnte nur noch Dinge tauschen: Welche von Deinen Sachen würdest Du tauschen, um z.B. etwas zu essen zu bekommen?
- Was hältst Du von Clowns?
- Sprichst Du mit Eichhörnchen?
- Wie bescheuert sind wir?
- Welche Fächer in der Schule hältst Du für sinnlos? Und warum?
- Was ist Rassismus?
- Was wirst Du immer mögen?
- Was ist Deine beste Verkleidung? Zeig mal!
- Wer sollte niemals ins Theater gehen? Mit wem würdest Du gerne ins Theater gehen?
- Gehörst Du einer bestimmten Gruppe an? Welcher?
- Was langweilt Dich?
- Bist du cool?

Denk Dir gern auch eigene Fragen aus, die Du Deinem Gegenüber schon immer mal stellen wolltest!

Antje Pfundtner in Gesellschaft (APiG) hat ihren Sitz in Hamburg, produziert Bühnenstücke und initiiert kollaborative Räume.

EMOTIONAL BODIES

EMOTIONAL TRAINING IN TIMES OF PHYSICAL DISTANCING AND SOCIAL ISOLATION

URSINA TOSSI

Ursina verwendet in ihrer Arbeit verbale Anleitungen, die dazu führen, dass ein bestimmter emotionaler Ausdruck hergestellt werden kann. Die Methode umfasst sechs emotionale Körper, wovon zwei hier zur Verfügung gestellt werden, um einen Einblick in Ursinas Arbeitsweise zu erhalten und gleichzeitig auch in sozialer Isolation emotionale Erlebnisse zu ermöglichen. Jeder emotionale Körper wird mit einer Körperhaltung, Gesichtsausdruck und Atemmuster beschrieben.

Wenn Du die Anleitung hörst, folge ihr so, dass Du alles was beschrieben wird, dazu nimmst und nicht wieder aufgibst, so dass sich alles, was gesagt wurde, zu einem Ganzen akkumulieren kann. Es geht nicht darum, die Emotion zu fühlen oder darzustellen (kann es natürlich auch, wenn Du willst). Es geht einfach darum, der Anleitung zu folgen und eine Erfahrung zu machen. Es kann passieren, dass sich ein emotionaler Zustand bei dir einstellt, oder eben nicht. Die emotionalen Körper dauern nicht lange an. Folge ihnen nur ca. 3-4 Minuten.

Zusätzlich zu den Emotionen gibt es noch einen „neutralen“ Körper. Den neutralen Körper erreichst Du so:

Mach einen Schritt nach vorne. Nimm die Arme hoch über den Kopf, mach Dich lang und atme dabei tief ein. Mit der Ausatmung streife mit Händen vom Kopf über Deinen ganzen Körper von oben nach unten bis zu den Füßen. Wiederhole das dreimal.

Wenn Du die Anleitung benutzt, dann „neutralisiere“ Dich nach jeder Einheit mindestens einmal mittels dieser kurzen Atemübung.

Warm up:

Geh in den Vierfüßlerstand und bewege deine Wirbelkette in kreisenden Bewegungen. Nimm den Kopf mit in die Bewegung hinein. Achte darauf, dass all deine Gelenke beweglich bleiben, so dass Dein ganzer Körper durchlässig wird. Achte auf Deine Atmung ohne sie zu verändern. Beobachte, während Du Dich geschmeidig wie eine Katze bewegst, wo und wie Deine Atmung fließt. Nach einer Weile komm ins Stehen und kreise Deine Handgelenke, Deine Fußgelenke, die Schultern, dann Deine Hüften und am Schluss schüttle Dich aus. Mach dabei einen Ton auf den Du gut ausatmen kannst. Forme den Ton indem Du Dich bewegst, schüttelst, vibrierst, windest, hüpfst ... Schließe für einen Moment die Augen und spüre Deinen Körper und beobachte die Atmung.

Erotischer Körper:

<https://soundcloud.com/user-111997415/ursina-tossi-erotischer-korper>

in English: <https://soundcloud.com/user-111997415/ursina-tossi-erotic-body>

Wut Körper:

<https://soundcloud.com/user-111997415/ursina-tossi-wut-korper>

in English: <https://soundcloud.com/user-111997415/ursina-tossi-rageous-body>

Ursina Tossi verbindet aktuelle politische Themen mit intensiver Körperlichkeit. Grenzen und Konzepte in Bezug auf Geschlecht, Tierhaftigkeit und Technologie werden ins Fließen gebracht. Sie studierte Tanz und Philosophie und absolvierte den MA of Choreography am ArtEZ in Arnhem. 2011/12 war sie Residenzchoreographin bei K3.

DIE VIELEN



Nie wieder Auschwitz. Nie wieder Krieg. Nie wieder – so lautet die Losung am 8. Mai, dem Tag der Befreiung. Und der Hashtag, den das Bündnis DIE VIELEN nutzt, um auf seine *Glänzenden Aktionstage* hinzuweisen. DIE VIELEN sind Kulturschaffende und -institutionen, die sich gemeinsam gegen Hass und für eine offene Gesellschaft positionieren und sich mit rechtspopulistisch und -extremistisch attackierten Kolleg*innen solidarisieren. Am 8. Mai 2020 ist die Befreiung Deutschlands vom Nationalsozialismus und das Ende des Zweiten Weltkriegs 75 Jahre her, rechtsextremer Terror und Mordanschläge sind dennoch bis heute Realität in Deutschland. Auch den 9. Mai, den Europatag, wollen DIE VIELEN als Gedenktag im kollektiven Bewusstsein verankern. Dafür wird zwei Tage lang offline und online ein digitales *Glänzendes Rauschen* erzeugt. Die Hamburger Gruppe wird am 8. Mai beim neuen Social TV Sender One Hamburg zu Gast sein. In einem einstündigen Format geben Corinne Eichner und Cornelius Giesing ein Interview zum Befreiungstag und erzählen über DIE VIELEN. Außerdem wird eine szenische Lesung mit literarischen Texten, unter anderem von Semra Ertan, Thomas Köck und Esther Bejarano gesendet. Als Mitunterzeichnerin der Erklärung der Hamburger VIELEN bezieht auch K3 Stellung gegen Rassismus und rechte Attacken auf die Kunst und steht als international vernetzte Institution, die mit Tanzschaffenden aus aller Welt kooperiert, für eine vielfältige, solidarische, grenzenlose Gesellschaft. Die aktuellen Grenzsicherungen und Kontaktbeschränkungen stellen unsere Arbeit wie die vieler andere vor große Herausforderungen, doch wir machen weiter und bleiben VIELE – jede*r einzelne von uns!

TIPP

Unboxing Stages – digitale Praxis im Theater

Diskursprogramm über Potenziale vom Theater im Netz

[Mehr Infos](#)

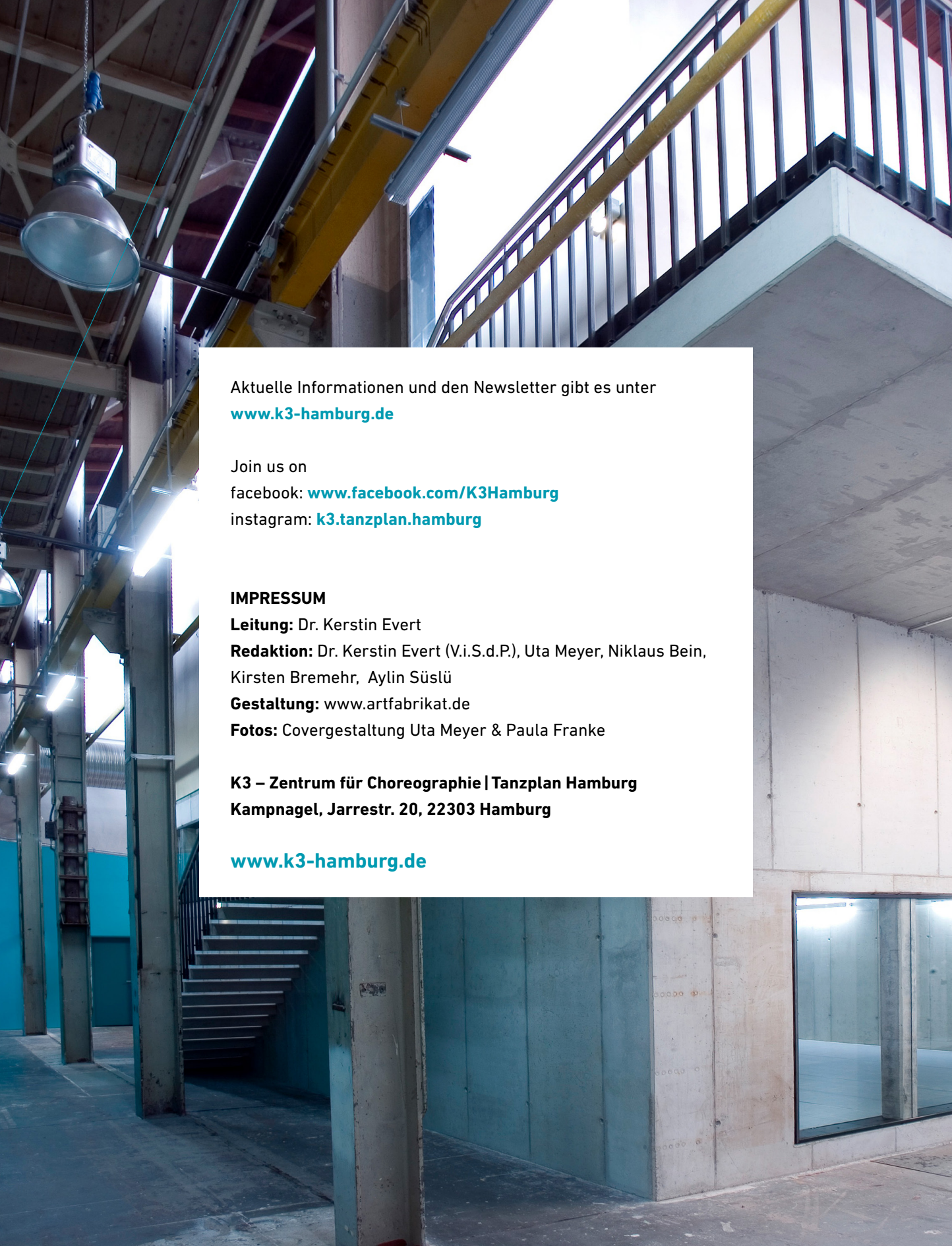
AUSSCHREIBUNG

Open Call VRHAM! VIRTUAL 360° | international Virtual Reality & Arts Festival

gesucht werden künstlerische Reaktionen auf COVID-19

Deadline: : 08. Mai 2020

[Mehr Infos](#)



Aktuelle Informationen und den Newsletter gibt es unter
www.k3-hamburg.de

Join us on
facebook: www.facebook.com/K3Hamburg
instagram: [k3.tanzplan.hamburg](https://www.instagram.com/k3.tanzplan.hamburg)

IMPRESSUM

Leitung: Dr. Kerstin Evert

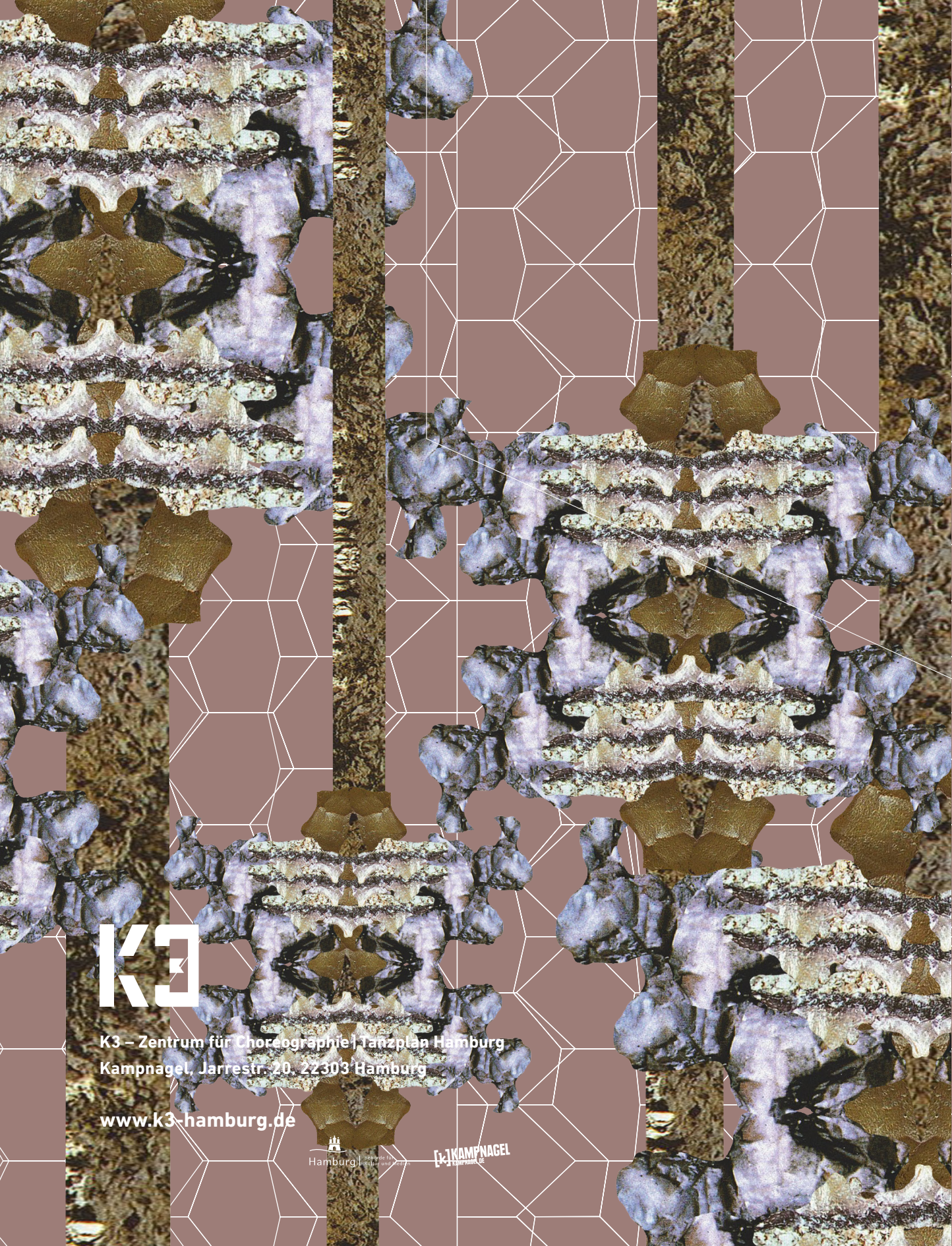
Redaktion: Dr. Kerstin Evert (V.i.S.d.P.), Uta Meyer, Niklaus Bein,
Kirsten Bremehr, Aylin Süslü

Gestaltung: www.artfabrikat.de

Fotos: Covergestaltung Uta Meyer & Paula Franke

K3 – Zentrum für Choreographie | Tanzplan Hamburg
Kampnagel, Jarrestr. 20, 22303 Hamburg

www.k3-hamburg.de



K3

K3 – Zentrum für Choreographie | Tanzplan Hamburg
Kampnagel, Jarrestr. 20, 22303 Hamburg

www.k3-hamburg.de


Hamburg | Partner für
Kultur und Kreativität

 KAMPNAGEL
hamburg.de