

---

# Protokoll - Orientierungswochenende

08.10. - 10.10.21, Janet

---

## 08.10.2021

### Ankommen: Kiki & Micha

- Name, Ball, Positionswechsel
- Interview: zu zweit → Vorstellung des Partners/der Partnerin, eine Lüge einbauen

### Clownerie: Canip

- Bing-Bang-Name: eine Person in der Mitte und zeigt bei den Worten auf drei (verschiedene) Menschen
- Clown-Yoga: eigene Übung ausdenken und benennen; vormachen und andere machen nach
- Gegenstände: mit Gegenstand beschäftigen; im Kreis eine lustige Sache mit Gegenstand vormachen
- Popcorn-Prinzip: aufploppen, wenn der Impuls kommt (nicht der Reihe nach)
- Problemlösung: mit viel Gestik; unkonventionelle Lösungen

## 09.10.2021

### Bewegung: Britta

- Warm-Up:
    - jedeR bewegt sich für sich selbst im Raum (strecken, Boden etc)
    - im Kreis schütteln: 8, 6, 4, 2, 1 → r Arm, l Arm, r Bein, l Bein
    - im Kreis klopfen ohne zählen: r Arm, l Arm, r Po, l Po, r Wade, l Wade, r Spann, l Spann
  - Tanzkreis: Bewegung vormachen, Rest macht nach (tänzerisch, erzählerisch, sportlich etc.); durch Blick an den Nachbarn/die Nachbarin abgeben
  - Tanzschlange: Schlange bilden, Schlangenkopf mach vor und der Rest nach; durch wegrennen ist die nächste Person dran
  - Tanzschwarm: 4er Gruppe; zu einer Einheit werden → Interaktion mit anderen Schwärmen
  - Abschlusskreis: stiller Gruß
-

## Gesang & Stimme: Ramona

- Warm-Up:
  - Schüttel und Geräusche kommen lassen
  - Pfeilspitze mit Anfangsimpuls (Arm hoch: in Bauch einatmen; Arm sausen: Ton)
- durch Geräusche des Partners/der Partnerin führen lassen (tief, hoch, impulse, leise, laut etc.)
- Epo i tei tei je:
  - erst Wörter beibringen
  - Gesang dazu
  - verschiedene Rollen, Gefühle etc. beim singen
  - Bewegung dazu
- Takt/Rhythmus Sprechen:
  - erst alle zusammen im Kreis jeden Satz einzeln
  - dann in Gruppen aufteilen, jede Gruppe hat einen Satz
  - steigern, Sätze dazu, Sätze weg, ausklingen lassen
  - in Gruppen zusammen neue Sätze ausdenken und präsentieren

## Improvisation: Thomas

- Raumlaf:
  - Tempo 1-5
  - Tischlampe, Stehlampe, Deckenlampe
  - Zehenspitzen, Hacken, Innenseiten, Außenseiten
  - Körperwelle: auf Stop daraus eine Haltung einnehmen; in Haltung bewegen
- Zwei Reihen gegenüber; in verschiedenen Ebenen aufeinander zu gehen; mit Impuls (z.B. verlieben)
- Gegenstände: draußen Gegenstände suchen; 4er oder 2er Gruppen; mit Gegenständen kleines Theater draußen improvisieren
- Werbespots zu verschiedenen Themen

## Bewegung und Tanz: Almuth

- Warm-Up: Zappeliger Ball
  - erst in Hand, dann Ellenbogen, Schulter, Nacken, Kopf, andere Schulter, Ellenbogen, Hand
  - aus Hand werfen in den Fuß, weiter mit Knie, Hüfte, Po, andere Hüfte, Knie, Fuß → aus Fuß weg treten

- Vergrößerungskreis: einer beginnt mit kleiner Bewegung; nächste Person vergrößert Bewegung ein bisschen; bei jeder Person wird Bewegung größer bis nichts mehr geht → neue Bewegung starten
  - Erweiterung: Drei Bewegungen gehen durch den Kreis; Kreis verlassen und überall im Raum Bewegungen aufnehmen
- Drei Ebenen: tief, zentrum, hoch
  - jeder für sich im Raum tanzen (mit tiefer Ebene beginnen)
  - Begegnungen & Interaktionen zulassen
  - Aufteilung in zwei Gruppen: 1. Gruppe auf der Bühne von Musik leiten lassen, entwickeln lassen (bei Bedarf Thema reingeben) → KEINE PANTOMIME
- Thema tanzen:
  - ein Thema auswählen und drei Bilder dazu überlegen
  - Bilder tänzerisch darstellen

## Umgang mit Texten: Kiki

- Warm-Up:
  - Vampir und Opfer-Fangen
  - Gesicht ausmassieren
  - Kaugummi kauen
- Zungenbrechen:
  - erst jedeR für sich auf verschiedene Arten ausprobieren (stark artikuliert, flüsternd, rufend etc.)
  - in zwei Reihen gegenüber stellen und aufeinander zu gehen  
nah voreinander: leise jedeR einmal vortragen  
mittlerer Abstand: Lautstärke anpassen  
großer Abstand: Lautstärke anpassen
- Emotionen:
  - Texte in verschiedenen Emotionen vortragen
  - z.B. eine Anleitung; jedeR bekommt einen Ausschnitt und liest ihn in einer vorgegeben Emotion vor

## 10.10.21

### Warm-Up: Micha

- Rausgehen:
  - zwei Gruppen; Wortreihenfolge bekommen (z.B. schrecklich, scheußlich entsetzlich, verheerend, grauenhaft / herrlich, wunderbar, großartig, köstlich, entzückend, himmlisch)

- eine Gruppe entfernt sich, fängt im Off mit Begriffen an (mit Gesten zu Begriffen); abwechselnd mit anderer Gruppe; näher kommen
- Begriffe tauschen und Bewegung beim Sagen entwickeln lassen (als Gruppe)
- An Hand führen zurück gehen, zwischendurch tauschen
- Blinzelmörder: der Mörder tötet durch Blinzeln; der Angeblinzelte stirbt 3 Sek. später eines theatralen Todes; Vermutung? ANKLAGE rufen → falsch = sterben
- Blinder Mörder: alle Augen zu; Mörder tötet durch zwei mal auf Rücken klopfen; alle müssen in Bewegung bleiben, nur Mörder darf auch stehen bleiben; Spielende wenn alle tot sind

## Schauspiel: Grit

- Raumlaf:
  - Stop & umschauen
  - Klatschen & Richtungswechsel
  - rückwärts & vorwärts
  - schleichen, kriechen durch ekligen Tunnel → Licht = Freiheit
- Klatsch & Hey: Richtungswechsel; durch den Raum; Positionswechsel; aussetzen
- Gegeneinander drücken: zu zweit; Schulter an Schulter; wie Magnet; auch bewegen und andere Körperteile nutzen
  - beide arbeiten; es geht nicht um wer ist der stärkste; Rücksicht aufeinander nehmen; aufeinander eingehen
- 1, 2, 3: zu zweit, Zahlen abwechseln sagen → Zahlen nach und nach ersetzen (z.B. 1, klatschen, Hallo); auch rückwärts
- Ei: ganz klein in einem Ei hinlegen; Musik; aus Ei schlüpfen; selbst ertastetn/kennenlernen; evtl Begegnungen und Interaktionen; Schlussbild entstehen lassen