

Gymnastik und Tanz durch die Jahrtausende (10)

von Christine und Cornelius Grämiger, dipl. Bewegungspädagogen BGB

Gymnastik und Tanz durch die Jahrtausende ist zu einer losen Folge mutiert. Im GymNess 01/10 betrachteten wir einen ersten Stammbaum der Gymnastikpioniere des 20. Jh. Ausgehend von Delsarte (um 1850) entwickelte sich das Stebbinssystem sowie die Lohelandschule (ab 1919 bis heute). Die Lohelandschule wurde von zwei Schülerinnen von Hede Kallmeyer gegründet. Eine weitere Kallmeyerschülerin, Elsa Gindler, entwickelte ein eigenes Arbeitskonzept. Frau Dr. Edith von Arps-Auber hat in einer ausführlichen GymNess-Reihe das Arbeitskonzept von Gindler vorgestellt und dieses im BGB in einem Weiterbildungstag praktisch vorgestellt. Diese Systeme lassen sich einordnen unter hygienischer oder pflegerischer Gymnastik. Beide Begriffe sind heute eher überholt. Der Begriff pflegerische Gymnastik wird nur noch in Fachkreisen benützt. Im Zusammenhang mit dem aktuellen Anerkennungsverfahren der Bewegungsberufe und den neuen Berufstiteln sprechen wir heute von Bewegungs- und Gesundheitsförderung, was genau besehen das gleiche aussagt. Es geht und es ging auch den Gymnastikpionierinnen darum, über die Bewegung den Menschen ganzheitlich zu pflegen und dadurch seine Gesundheit zu stabilisieren und die Lebensqualität zu steigern. Das Fundament, um dies zu erreichen, bildeten damals und heute noch die Körper- und Bewegungsformung sowie die Haltungs- und Atmungsschulung. Früher sprachen wir von Körperbildung und Bewusstseinschulung, heute sprechen wir von Kraft, Beweglichkeit und Körperwahrnehmung; die Begriffe ändern, die Inhalte bleiben. Deshalb macht es Sinn, sich immer wieder mit den Ursprüngen der Gymnastik auseinanderzusetzen. Wir spielen heute zwar alle mit einer Vielzahl von elektronischen Geräten vom I-pod bis zum I-pad, vom Multimediasystem bis zum Internet, unser Körper jedoch ist in seinen anatomisch-physiologischen Gegebenheiten derselbe geblieben und bedarf nach wie vor derselben Pflege, damit er funktionsfähig bleibt.



Der Mensendieck-Stammbaum

Bess Mensendieck (1864–1957) studierte Medizin in der Schweiz. Zur Erforschung der Atemkunde ging sie nach Paris.

Sie lernte das Stebbins-System kennen und studierte dieses in New York. Zudem liess sie sich von der schwedischen Gymnastik nach Pehr Henrik Ling inspirieren. Ihr besonderes Anliegen war, die Körperhaltung und -struktur der Frauen zu verbessern. Sie baute ihr Bewegungssystem streng nach physiologischen und anatomischen Gesetzen auf und verbreitete dieses vor allem in Europa. Bess Mensendieck wollte den schädlichen Einflüssen der Mode und des Anstandsdrills entgegenarbeiten und die Struktur des Frauenkörpers in ökonomischer und gesundheitlicher Richtung ausbilden. So besehen war die Mensendieck-Gymnastik eine reine Frauengymnastik, aufgebaut auf den Prinzipien: Kraftersparnis – Beherrschen des Bewegungsumfanges – Atemführung – Energisieren – Relaxieren.

Die Hagemann-Schule

Hedwig Hagemann war Schülerin von Bess Mensendieck und gründete die Hagemann-Schule. Sie schrieb das Buch «Über Körper und Seele der Frau», welches im Mai 1927 in Stuttgart erschien und mit rund 80 Schwarz-Weiss-Fotos illustriert ist. Text und Bild lassen erahnen, wie viel Herzblut in den Gymnastikpionierinnen steckte. Auch die Hagemann war eine dieser Frauen, welche sich leidenschaftlich für den Bewegungsberuf einsetzte. Auch sie ging im Bestreben, den Körper zu befreien, weg von Normen und Zwängen der Gesellschaft und fand durch ihren Enthusiasmus eine Vielzahl von Anhängerinnen.



Runde Rumpfbeuge und Kniebeuge im Schritt

Dorothee Günther und Carl Orff

Dorothee Günther (1896–1975) schloss im Jahr 1919 die Hagemannschule ab. Bis 1923 lehrte sie in Gastkursen an den Mensendieck-Ausbildungsstätten Berlin, Breslau, Hamburg und München. 1924 bildete sich aus einem Grossteil des Mensendieckbundes ein «Bund für angewandte und freie Bewegung»;

dieser gründete eine eigene Ausbildungsstätte. Die Leitung übernahm Dorothee Günther. In dieser Zeit betonten die gymnastischen und tänzerischen Schulen jeweils noch stark ein System. So wurden die Schüler/-innen mehr aus Zufall denn aus Eignung zu Vertretern einer bestimmten Methode. Die Günther-Schule war bestrebt, jeder Veranlagung das ihr gemässe Studium zu ermöglichen. Drei Ausbildungsrichtungen sollten dies gewährleisten: Gymnastik, musikalisch-rhythmische Körperbildung und moderner, künstlerischer Tanz.



Ausdrucksstudie

Carl Orff (1895–1982) wurde Mitarbeiter der Günther-Schule München und übernahm den Aufbau der musikalisch-rhythmischen Ausbildung. Dafür stellte er ein neues Schlagwerkinstrumentarium zusammen, welches heute unter dem Namen Orff-Instrumentarium bekannt ist. Dazu gehören als Beispiel Handtrommeln, Rasseln, Gurken, Schlaghölzer u. v. m. Zusammen mit Flöten und einfachen Saiteninstrumenten diente dieses Instrumentarium der 1930 gegründeten «Tanzgruppe Günther München» dazu, die Idee der Einheit von Musik und Bewegung in die Welt hinauszutragen. Die Musik wurde vom eigenen Tanzorchester ausgeführt, die Funktion von Musikern und Tänzern wechselte oft während eines Aufführungsteils.

1936 führte Dorothee Günther choreographische Regie im Festspiel der Berliner Olympiade mit 3500 Kindern und 2500 jungen Mädchen. Weitere Massenaufführungen folgten. 1944 wurde die Schule geschlossen und beschlagnahmt, ein Jahr später durch Kriegseinwirkung vernichtet. Bis dahin hatten etwa 650 staatlich geprüfte Lehrkräfte die Güntherschule verlassen.



Hochsprung

Mit Ausbruch des zweiten Weltkriegs kam das Ende der Günther-Schule. Heute existieren aus diesem Stammbaum noch das Orff-Institut Salzburg, www.moz.ac.at, sowie das Orff-Zentrum München, www.orff-zentrum.de. In Salzburg wird ein Bachelorstudium in Musik und Tanzpädagogik angeboten, das Orff-Zentrum in München widmet sich der wissenschaftlichen Erforschung des Werkes von Carl Orff.

Literaturnachweis:

C. + Ch. Grämiger, *Gymnastik und Tanz durch die Jahrtausende*, Teil 2, Gymnos-Verlag Zürich 2008

Hedwig Hagemann, *Über Körper und Seele der Frau*, Leipzig 1927 (Foto 1)

Dora Menzler, *Die Schönheit deines Körpers*, Stuttgart 1920 (Foto 2)

Alice Block, *Harmonische Schulung des Frauenkörpers*, Stuttgart 1926 (Foto 3)