

Die Volkshochschule Klappholtal

Klappholtal, die Akademie am Meer, liegt zwischen den Nordseebädern Kampen und List am Rand des Nordsylter Naturschutzgebietes, unmittelbar hinter dem Weststrand der Insel und inmitten der einmaligen Dünenlandschaft. Die Volkshochschule Klappholtal ist eine Stätte der Jugend- und Erwachsenenbildung. Sie ist eine der ältesten Volkshochschulen in Schleswig-Holstein (bereits 1919 gegründet). Träger der Institution ist der gemeinnützige Verein „Nordseeheim Klappholtal e.V.“.

Anreise

Etwa vier Kilometer nördlich von Kampen zweigt von der Landstraße der Privatweg nach Klappholtal ab. Die Akademie am Meer ist auch mit Bus (Linie 1) oder Taxi von Westerland aus zu erreichen. Nicht alle Busse fahren direkt dorthin, einige nur bis zur Haltestelle Vogelkoje (Abzweigung Klappholtal). Von dort sind es 800 m zu Fuß nach Klappholtal. Für Personenwagen steht ein Parkplatz zur Verfügung.

Unterkünfte und Mahlzeiten

Die Gäste wohnen in einfachen, aber behaglich eingerichteten Einzel-, Doppel- oder Mehrbetthäusern. Die Häuser liegen verstreut im akademieeigenen Dünengebiet, das 7,5 ha umfaßt. An der Rezeption im Verwaltungsgebäude liegen die Zimmerschlüssel für Sie bereit. Am Abreisetag räumen Sie bitte die Zimmer bis 10.00 Uhr. Soweit nicht im Programm anders vermerkt, steht das Frühstück von 7.30 Uhr bis 10.00 Uhr, das Mittagessen von 12.00 Uhr bis 14.00 Uhr, das Abendessen von 18.00 Uhr bis 19.30 Uhr im Haus Uthland bereit.

Teilnahme

Die Gebühr für die Teilnahme an dem Seminar beträgt 250,- Euro. Hinzukommen Kosten für Unterkunft und Verpflegung von 57,- Euro pro Tag. Der Zuschlag für ein Einzelzimmer beträgt 9,- Euro pro Übernachtung. Hinzukommen 1,50 € Kurtaxe pro Tag.

Die Seminarteilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung der Teilnehmer. Bitte melden Sie sich umgehend an.

Akademie am Meer
Volkshochschule Klappholtal
25992 List/Sylt
Telefon: (04651) 955 0
Telefax: (04651) 955 55
e-mail: info@akademie-am-meer.de

Akademie am Meer **Volkshochschule Klappholtal** **auf Sylt**



Die Heilkraft der Musik **Gongs und Klangschalen**

Vitalität und innere Harmonie aus den
Urschwingungen schöpfen

Leitung: Renate Neumann

29. März bis 5. April 2010

Die Heilkraft der Musik – Klänge für Körper und Seele

Einführungsseminar in das Gong- und Klangschalenspiel

Gongs gehören zu den ältesten und wichtigsten Musikinstrumenten Südostasiens. Sie waren ein unverzichtbarer Bestandteil im Leben der Menschen und sind dies in einigen Ländern auch heute noch. Der Gong ist ein durch Hammerschläge geformtes Metall. Er besteht aus einer besonderen Legierung, dessen Geheimnis in seiner Klangvielfalt liegt. Der angeschlagene Gong füllt den Raum und berührt den Hörer - nicht nur über das Ohr, sondern ganzheitlich. Einen Gong zu hören oder zu spielen ist vor allem auch eine Herausforderung und Anregung für die eigene Spielfreude und Kreativität. Das Einführungsseminar ist eine gute Gelegenheit, diese faszinierenden Instrumente kennen zu lernen, Klängen lauschen, die einfach nur schön sind, unbeschreiblich vielfältig, voller Schwingungen, mit einem unendlichen Spiel und Reichtum von Obertönen, die von Anschlag zu Anschlag verschiedenste Variationen bilden. In dem Musikseminar geht es um ein erfahrungsorientiertes Lernen. Einerseits gilt es, die Gongs und Klangschalen kennen zu lernen, ihre Spielweisen und kompositorischen Möglichkeiten, sowie die Kriterien ihrer Auswahl. Auf der anderen Seite kann man im Hören und Spielen tiefe Erfahrungen mit sich selbst gewinnen und lernen, wie diese integriert werden können. Darum ist das Spiel mit Gongs und Klangschalen verbunden mit Wissen über das Wirkungsgefüge von Klängen und der Übernahme von Verantwortung für das eigene Spiel.

Renate Neumann
Seminarleiterin

Hartmut Schiller M.A.
Akademieleiter

Seminarinhalte:

- Gongs und Klangschalen - Geschichte und Entwicklung.
- Grundwissen über Klangarbeit auf verschiedenen energetischen Ebenen: Auren, Chakren und Meridiane.
- Wirkungsweise von Klang auf Körper und Seele
- Das praktische Gong- und Klangschalenspiel
- Spiel mit 16 Sound Creation Gongs Elemente-Gongs
- Körpergongs (Der chinesische Glockenstuhl) und eine Verwendung
- Klangschalen und ihre Anwendungsmöglichkeiten,
- Klangentspannung mit Gongs und Klangschalen.
- Gongs und Klangschalen in Improvisation und Komposition – Begegnung mit sich selbst und anderen.

Leitung:

Renate Neumann, Gongspezialistin, seit 1989 Gongseminare für Pädagogik, Therapie und Musik. Gongkonzerte. Aufenthalt und Weiterbildung in Indonesien, China und Nepal. Ausbildung in der Klangmassage –Therapie nach Peter Hess und Stimmgabel – Akupunktur.

Seminarbeginn: Montag, den 29. März 2010, 20:00 Uhr

Seminarende: Ostermontag, den 5. April 2010 10:00 Uhr

Programm

Montag, den 29. März 2010

- 15:00 Uhr** Anreise und Zimmervergabe im Verwaltungsgebäude von Klappholttal.
- 18:30 Uhr** Abendessen
- 20:00 Uhr** Begrüßung und Einführung durch die Seminarleiterin Frau Renate Neumann

Dienstag, den 31. März 2010

- 8:15 Uhr** Qigong - Atem- und Bewegungsübungen
- 9:00 Uhr** Frühstück
- 10:30 Uhr** Spielen mit dem Gonginstrumentarium
- 12:30 Uhr** Mittagessen
- 16:30 Uhr** Spielen mit dem Gonginstrumentarium
- 18:30 Uhr** Abendessen
- 20:00 Uhr** Abendveranstaltungen Klangmeditation, Gongkonzert, Tages- Abschlussgespräch usw.)

Mittwoch bis Sonntag:

gleicher Tagesablauf, Mittwochnachmittag

Freitag und Ostersonntagvormittag frei für eigene Wünsche

Ostermontag, den 5. April 2010

8:30 Uhr Frühstück, anschließend Abreise.

Bitte mitbringen: Bequeme und wetterfeste Kleidung, Turnschuhe, Schreibzeug und Wecker. Eigene Klangschalen können gerne mitge-bracht werden. Bücher über Klangschalen und Gongs können erworben werden.