

## Erläuterungen zu den Kursen dieser Woche

„Komm´ wir gehen clown“ Sommerakademie durch die Augen des Clowns – selbstgemacht!!!

### Feldenkrais

Mit der FELDENKRAIS®-Methode lernen Sie Ihre gewohnten Bewegungsmuster kennen, mit denen Sie alltäglich unterwegs sind. In spielerischer und ungewöhnlicher Bewegung werden Sie die Verbindungen im Körper bewusster und neu kennenlernen.

### Improvisationstheater

Durch szenische und freie Übungen entdecken wir die in uns schlummernden Facetten und Potentiale. Wir erobern gemeinsam den Raum, spielen uns frei.

### Kung Fu und Tai-Chi Körpertraining

Aus der Schatztruhe des chinesischen Kampfkünste.

**Lektüreseminar „Wir haben keine andre Zeit als diese“ Literarische Hommage zum 50. Todestag von Mascha Kaléko**

*Lektüre kann vor Ort für 13 € erworben werden*

### Liedwerkstatt

Ein Wechsel von musikalischen Demonstrationen, pädagogischer Arbeit und Publikumsdialog

### Märchenwerkstatt (Selbsterfahrung)

Die Märchenwerkstatt lädt ein, sich im Schutz der Märchen selbst zu erfahren, Erkenntnisse zu gewinnen, Momente der Entspannung zu erleben und sich verbunden zu fühlen.

Märchen erspüren macht sichtbar, was in uns ist und was Realität werden möchte. Die HeldInnen lösen stets alle ihre Probleme – symbolisch bewältigen sie alles, wovor wir uns fürchten. Entdecken wir die alte Weisheit in den Lösungen und übertragen diese auf unser reales Leben.

### Malen mit Acrylfarben

Mit Fantasie und der Lust am Experimentieren die individuellen gestalterischen Vorlieben entdecken

### Qi Gong für Beruf und Alltag

Die Übungen fördern die Durchblutung, aktivieren die Atmung und regen die Selbstheilungskräfte an. Sie bewirken eine sanfte Dehnung und Kräftigung der Muskeln und sorgen für mehr Beweglichkeit

### Singen am Morgen

Mit Freude die eigene Stimme entdecken, klangvoll einsetzen und zur Entfaltung bringen. Mit Atemübungen, verbunden mit Achtsamkeit und Singen von Liedern aus aller Welt

### Stummfilm trifft improvisierte Musik

Wer sich für Stummfilme und Improvisation begeistern kann, ist willkommen!  
*Musikalische Vorkenntnisse werden nicht vorausgesetzt.*

**Tanzen am Morgen** Internationale Volkstänze meditativ – traditionell – rockig

### TriloChi®

TriloChi® bietet eine ideale Möglichkeit zur Stressbewältigung und Gesundheitsförderung. Gezielte Bewegungs- und Dehnungsübungen verbessern den Energiefluss, Bewegungsfolgen – verknüpft mit der Atmung- stärken das Herz-Kreislauf-System und fördern Kraft und Beweglichkeit.

### Körper zeichnen

Mit zeichnerischen Übungen zum anatomischen Verständnis erfolgt eine Annäherung an die menschliche Figur.

*Keine Vorkenntnisse erforderlich/Material kann im Kurs erworben werden*

**Zeichnen mit Kohle, Kreiden, Blei- und Farbstiften Aquarelltechniken in Kombination mit Schrift- und Textbildern; Material: 2,50€/ Tag**

# Akademie am Meer

## Klappholttal auf Sylt

Stand: 22.4.2025; PROGRAMMÄNDERUNGEN VORBEHALTEN



©David Schaklewski

## Wochenprogramm

## Klappholttaler Sommerakademie

Sonntag, 13. Juli bis Samstag, 19. Juli 2025

Öffnungszeiten Bibliothek: Montag - Samstag von 13:30 -15:30 Uhr

## Wochenprogramm Klappholttaler Sommerakademie

### Montag, 14. Juli bis Samstag, 19. Juli - tägliches Kursprogramm -

**07:00 – 08:00 Uhr und 08:00 – 09:00 Uhr** (Turnhalle) **Feldenkrais**, Leitung: Martina Hoffmann

**08:00 – 09:00 Uhr** (Ahlborn) **Singen am Morgen**, Leitung: Sylvia Lawaty

**10:00 – 10:45 Uhr** (Ahlborn) **Tanzen am Morgen**, Leitung: Renate Neumann

**10:00 – 11:30 Uhr** (Turnhalle) **Workshop Improvisationstheater**, Leitung: Maïke von Bremen

**11:00 – 12:00 Uhr und 12:15 – 13:15 Uhr** (Ahlborn) **Qi Gong für Beruf und Alltag**, Leitung: Renate Neumann

**11:00 – 12:30 Uhr** (Westhaus) **Lektüreseminar: „Wir haben keine andre Zeit als diese“  
Literarische Hommage zum 50. Todestag von Mascha Kaléko**  
Leitung: Dr. phil. Dorothee Gommen-Hingst  
*Die Lektüre kann für 13 € vor Ort erworben werden.*

**11:00 – 13:00 Uhr** (Meissner) **Zeichnen mit Kohle, Kreiden, Blei- und Farbstiften, Aquarelltechniken in Kombination mit Schrift- und Textbildern**  
Leitung: Ulrike Hennecke

#### MITTAGSPAUSE

**15:00 – 16:30 Uhr** (Turnhalle) **TriloChi® -entspannt in Bewegung und bewegt in Entspannung**  
Leitung: Jeannette Rokahr

**15:00 – 16:30 Uhr** (Osthaus) **Sommerakademie aus den Augen eines Clowns**  
Leitung: Angela Menzel

**15:00 – 17:00 Uhr** (Nordhaus) **Experiment und Fantasie – Malen mit Acrylfarbe**  
*(Materialkosten nach Absprache)* Leitung: Stephan Winkler

**16:30 – 18:00 Uhr** (Osthaus) **Kung Fu und Tai-Chi**, Leitung: Angela Menzel

**16:30 – 18:30 Uhr** (Spielhaus) **Körper zeichnen – eine Annäherung an die menschliche Figur**  
Leitung: Torsten Pfeffer

**16:30 – 18:30 Uhr** (Ahlborn) **Workshop „Stummfilm trifft improvisierte Musik“**  
Leitung: Dr. Frank Liebscher und Tilo Augsten

**17:00 – 18:30 Uhr** (Westhaus) **Märchenwerkstatt** Leitung: Pamela Petersen

#### Liedwerkstatt - jeweils 15:00- 16:00 Uhr

**Dienstag, 15.7.** (Ahlborn) **Liedwerkstatt -Vokale Kammermusik-**  
Leitung: M. Kehring-Popova

**Donnerstag, 17.7.** (Ahlborn) **Liedwerkstatt -Liedkompositionen-** Leitung: Burkhard Kehring

## Abendprogramm

**Sonntag, 13. Juli**  
**20:00 Uhr** (Ahlborn)

**Konzertabend: Kammermusik** mit dem Alma Quartett  
(Fabian Kircher, Violine; Andreas Greuer, Violine;  
Martin Börner, Viola; Markus Beul, Violoncello)

**Montag, 14. Juli**  
**20:00 Uhr** (Ahlborn)

**Klappholttaler Liederwoche**  
**Konzertabend: Lied und vokale Kammermusik**  
Musikalische Leitung: Mariana Kehring-Popova und  
Prof. Burkhard Kehring

**Dienstag, 15. Juli**  
**20:00 Uhr** (Ahlborn)

**Tanzabend** Leitung: Renate Neumann

**20:00 Uhr** (Turnhalle)

**Vortrag: „Die Avantgarde im Norden –  
Spuren progressiver Kunst in Schleswig-Holstein“**  
Referentin: PD Dr. Karen Michels

**Mittwoch, 16. Juli**  
**20:00 Uhr** (Ahlborn)

**Konzertabend: Kammermusik** mit dem Alma Quartett  
(Fabian Kircher, Violine; Andreas Greuer, Violine;  
Martin Börner, Viola; Markus Beul, Violoncello)

**Donnerstag, 17. Juli**  
**20:00 Uhr** (Ahlborn)

**Klappholttaler Liederwoche**  
**Konzertabend: Lied und vokale Kammermusik**  
Musikalische Leitung: Mariana Kehring-Popova und  
Prof. Burkhard Kehring

**Freitag, 18. Juli**  
**20:00 Uhr** (Ahlborn)

**Vortrag: „Das Ende des Kapitalismus. Warum Wachstum und  
Klimaschutz nicht vereinbar sind – und wie wir in Zukunft  
leben werden“** Referentin: Ulrike Herrmann

**Samstag, 19. Juli**  
**20:00 Uhr** (Ahlborn)

**Die Improvisations-Workshops zeigen ihre Ergebnisse**

**Im Anschluß** (Glashaus)

**Spelunkenabend mit Musik**  
*(Bitte eigene Getränke mitbringen)*

**Weitere Informationen zu den Konzerten entnehmen Sie bitte den Flyern, die am  
jeweiligen Abend am Eingang des Ahlborn Saals ausliegen.**