



PALUCCA - ALUMNI
OKTOBER | NOVEMBER

VORWORT

Liebe Alumna,
lieber Alumnus,



mit einer neuen Ausgabe des Alumni-Newsletters grüße ich Dich herzlich aus der Palucca Hochschule für Tanz Dresden. Im Kontext des aktuellen Geschehens an unserer Hochschule, berichten wir Dir über die aktuelle Netzwerkarbeit der Hochschule, über neue Abschlussjahrgänge unserer Master Studiengänge sowie über die Planung von kommenden Vorstellungsterminen.

Die aktuelle Corona-Pandemie stellt derzeit nicht nur eine organisatorische Herausforderung für uns als Hochschulverwaltung dar, sondern in vielen Facetten auch für unsere Studierenden. Der Palucca e.V. teilt in dieser Ausgabe einen Erfahrungsbericht von Ioanna Skokou, Studierende des Master Studiengangs Tanzpädagogik.

Darüber hinaus dürfen wir mit dieser Ausgabe unsere Alumna Katja Erfurth beglückwünschen, die vor wenigen Wochen mit dem Kunstpreis der Landeshauptstadt Dresden ausgezeichnet wurde. Näheres hierzu erfährst Du auf Seite 5 dieser Newsletter-Ausgabe.

An dieser Stelle gilt unser Dank auch unserer Alumna Marita Matzk, die einen neuen Beitrag zur Gesunderhaltung für Dich bereithält.

In diesem Sinne wünsche Ich Dir viel Freude bei der Lektüre sowie weiterhin viel Kraft und Gesundheit für Dein künstlerisches Tun!

Herzliche Grüße



Shalene Schmidt

Studierendenmarketing & Alumni-Koordination

AUS DER HOCHSCHULE

Aktuelle Neuigkeiten

Netzwerk Tanztalente

Mit Beginn des neuen Schuljahres im September 2020, startet die Palucca Hochschule für Tanz Dresden ein neues Netzwerk mit Partnerschulen. Ziel dieses Netzwerkes ist die Kooperation mit Ausbildungsinstitutionen im Bereich Tanz, um die bundesweite Nachwuchsgewinnung junger Tanztalente langfristig zu fördern.



„Es ist ein wichtiges Ziel die Kunstform Tanz zu fördern“, so Professorin Juliana Sabino Wilhelm der Palucca Hochschule für Tanz Dresden zur Eröffnung des Projektes *Partnerschule im Netzwerk Tanztalente*. „Mit dem neuen Netzwerk wollen wir jungen Tanztalenten neue Türen für ihre künstlerische Aus- und Weiterbildung eröffnen und uns enger mit Ausbildungsstätten vernetzen“, betont Wilhelm, die das Projekt gemeinsam mit Maud Butter (Mitarbeiterin für Nachwuchsgewinnung) koordiniert.

Aktuell beteiligen sich fünf vertraute Partnerschulen in den Städten Coburg, Rosenheim, Osnabrück, Kiel und Dresden an diesem Vorhaben. Das Netzwerk befindet sich derzeit in der Pilotphase. Die langfristige Vision des Projekts ist die Gewinnung weiterer Vertragspartner sowohl in Deutschland als auch im Ausland. Interessierte Alumni der Palucca Hochschule für Tanz Dresden wenden sich gerne an nachwuchsgewinnung@palucca.eu.



Palucca Tanz Studio 2020

Mit Beginn des neuen Schuljahres teilt die Palucca Hochschule für Tanz Dresden mit, dass das Palucca Tanz Studio (PTS) nicht wie geplant im November 2020 stattfinden kann. Aufgrund der Corona bedingten Auflagen des Freistaates Sachsen, können zum aktuellen Zeitpunkt noch keine Alternativtermine oder alternative Veranstaltungsorte bekanntgegeben werden. Neue Entwicklungen werden rechtzeitig unter www.palucca.eu/aktuelles bekanntgegeben.

Dreharbeiten für den Kinderkanal (KiKA)

Im Rahmen der Dokumentationsreihe *Schau in meine Welt*, fanden im September Dreharbeiten für den Kinderkanal am Hochschulstandort statt. Protagonist der Dokumentation ist Johann Albrecht Voigtmann, Schüler der N1 (Nachwuchsförderklasse). Die Dokumentation verspricht einen vielseitigen Einblick in den Schulalltag an der Palucca Hochschule für Tanz. Die Dokumentation wird am **8. November 2020** um 20:25 Uhr auf dem Kinderkanal ausgestrahlt.

Erster Abschlussjahrgang Master Dance Teacher

Die ersten Studierenden des berufsbegleitenden Master Studiengangs Tanzpädagogik (MA Dance Teacher) haben im September 2020 erfolgreich ihr Studium abgeschlossen!

„Ich bin stolz, dass wir an der Palucca Hochschule für Tanz diesen einmaligen Studiengang anbieten, der den Tänzerinnen und Tänzern eine erheblich größere Chance auf einen erfolgreichen Anschluss in ein neues Berufsfeld bietet. Die durchweg positive Resonanz der Studierenden bestätigt unser Studienkonzept und -angebot und wir können uns weiterhin über eine rege Bewerbernachfrage freuen“, so Prof. Fernando Coelho, Studiengangsleiter Tanzpädagogik.



Foto: Matthias Rietschel

Wir gratulieren unseren neuen Absolventinnen und Absolventen herzlich zum Abschluss im Master Studiengang Dance Teacher!

Aktueller Abschlussjahrgang Master Choreografie

Erneut sind zwei Jahre vergangen und die nächsten Tanzschaffenden des Master Studiengangs Choreografie der Palucca Hochschule für Tanz Dresden zeigen ihre aktuellen und finalen Arbeiten an vielen spannenden Orten, wie Hellerau - Europäisches Zentrum der Künste, Theater Pforzheim, Zentralwerk e.V., Japanisches Palais der staatlichen Kunstsammlungen der Stadt Dresden im Rahmen des TANZPAKT Recherche-Residenzen und im Labortheater der Hochschule für Bildende Künste Dresden, unserem langjährigen Kooperationspartner.



Foto: Frédéric Coupet

Unter dem ironischen Übertitel „Touch me Again“, schließen wir uns an die vorhergehende Generation von Studierenden an, welche mit „Touch me, I Love It“ einen Weg bereitet haben der weitergeführt wird.

Beide Titel erleben nun eine neue Resonanz in dieser unsicheren Zeit der Covid-19 Pandemie. Während wir über neue Strukturen reflektieren und alltägliche Lösungen suchen, soll es eine Hoffnung für zukünftige

Perspektiven sein, die eine lebendige Kultur unterstützt, welche wächst und den Fluss der Kreativität zulässt.

Wir bedanken uns bei unseren Partnern, Unterstützern und den Förderungen, die es den Choreografinnen möglich machte, die Vielfalt ihrer Kreationen umzusetzen und dies unter strikten hygienischen Konzepten in herausfordernden Zeiten.

Prof. Katharina Christl, Studiengangsleiterin Choreografie

Vorstellungen in 2020 zu *Hänsel und Gretel*

In Absprache zwischen der Semperoper Dresden, dem Oberschulrektor Herrn Hähnel sowie dem Rektorat der Palucca Hochschule, finden die Vorstellungen zu *Hänsel und Gretel* wie folgt statt:

Sonntag, 6. Dezember 2020 | 18:00 Uhr

Samstag, 19. Dezember 2020 | 19:00 Uhr

Montag, 21. Dezember 2020 | 19:00 Uhr

Samstag, 26. Dezember 2020 | 16:00 Uhr

Aufgrund der Corona-Pandemie kann es zu Änderungen der genannten Vorstellungstermine kommen. Aktuelle Änderungen werden unter www.palucca.eu/de/aktuelles bekannt gegeben.

In den ungewöhnlichen Zeiten der Corona-Pandemie hat der Palucca e.V. vermehrt Studierende der Hochschule finanziell unterstützt, die vor ungeplante, finanzielle Herausforderungen gestellt wurden.

Hierzu gehört auch Ioanna Skokou (Studentin im Master Studiengang Tanzpädagogik), die uns nachfolgend beschreibt, wie hart für sie persönlich und für viele andere Studierende an der Palucca Hochschule für Tanz Dresden die letzten Monate waren.



Foto: Ioanna Skokou

Den Frühling 2020 hatte ich ganz anders geplant. Zuerst hatten wir, der Studiengang MATP2, eine Studienreise nach Dänemark (Royal Danish School of Ballet in Copenhagen) im März geplant, welche direkt gestrichen wurde. Weiterhin hatte ich vor, im April und Mai ein 2-monatiges Praktikum im Rahmen des Erasmus-Austauschs auf Island zu machen. Die Tanzschule Dansgarðurinn sowie die FWD Youth Company in Reykjavik hatten zugestimmt und auf mich gewartet. Das Praktikum

musste wegen der Corona-Pandemie aber auch gestrichen werden. Letztlich meine Masterprüfung: Sie wurde auf November 2020 geschoben, was bedeutete, dass ich mich weiter als Studentin einschreiben musste.

Während März bis Juni 2020 hatte ich keine Möglichkeit, mir eine Anstellung als Tanzpädagogin für das Schuljahr 2020/21 zu sichern. Ich stand also vor der großen Herausforderung, eine Anschlussfinanzierung für das neue Semester finden zu müssen.

Im Juni 2020 konnte ich als studentische Hilfskraft im Studentenbüro und im Kostümfundus der Palucca Hochschule arbeiten, welche auch zu diesem Zeitpunkt wieder geöffnet war. Als ich mich im Studentenbüro nach Unterstützungsangeboten erkundigt habe, empfahl mir Frau Preißler (Leiterin Referat), einen Antrag auf finanzielle Unterstützung für meine Masterarbeit beim Palucca e.V. zu stellen.

Ich bin sehr erleichtert und vor allem auch sehr dankbar, dass mein Antrag durch den Palucca e.V. genehmigt wurde!

Der Palucca e.V. arbeitet sehr intensiv daran, Studierenden der Palucca Hochschule für Tanz unterstützend zur Seite zu stehen. Das beweist er zum Beispiel bei jeder Osterwerkstatt, wofür er Preise für das Engagement und die Kreativität der Schülerinnen und Schüler vergibt sowie durch die Unterstützung von Masterarbeiten.

Es ist wünschenswert, die Studienzeit für alle Studierenden der Palucca Hochschule für Tanz Dresden so zu gestalten, dass diese sich auf das Studium konzentrieren können und dabei die Möglichkeit haben, ohne finanzielle Unsicherheit wachsen zu können. Um die Studierenden weiter unterstützen zu können, freut sich der Palucca e.V. über neue Mitglieder, die diesen Gedanken mittragen.



Seit 1995 unterstützt der Förderverein „Palucca e.V.“ Schülerinnen und Schüler sowie Studierende der Palucca Hochschule für Tanz Dresden bei ihrer Ausbildung – sei es durch eine individuelle finanzielle Förderung oder durch die gezielte Unterstützung studentischer Tanzprojekte. Wir freuen uns über alle Interessierten, die Teil unseres Unterstützungskreises im Palucca e.V. sein möchten.

Haben wir Dein Interesse geweckt? Dann vernetze Dich mit uns via verein@palucca.eu. Wir freuen uns auf Dich!



Fotos: Ida Zenna, Shalene Schmidt

ALUMNI-KURZNACHRICHTEN

mit Katja Erfurth

Herzlichen Glückwunsch an Alumna Katja Erfurth, die in diesem Jahr den Kunstpreis der Landeshauptstadt Dresden verliehen bekommen hat! „Ich bin tief bewegt über diese außerordentliche Würdigung meiner künstlerischen Arbeit und meines Engagements für die Villa Wigman. Ich empfinde dies, vor allem in dieser krisenhaften Zeit, als ein Mut und Kraft gebendes Signal, diesen Weg mit aller Leidenschaft weiterzugehen und nicht nachzulassen im Suchen und Fragen nach den Themen des Lebens und der Kunst“, so Erfurth.



Foto: Volker Metzler

Der Kunstpreis wird seit 1993 durch die Landeshauptstadt jährlich verliehen und würdigt das herausragende und überregional bedeutsame künstlerische Schaffen sowie kulturelle Engagement der Preisträgerinnen und Preisträger. Der Kunstpreis ist mit 7.000 Euro dotiert. Weitere Informationen zur Preisverleihung sind unter www.dresden.de/kunstpreis nachzulesen.

WWW.KATJA-ERFURTH.DE
KATJA_ERFURTH@HOTMAIL.COM
WWW.VILLA-WIGMAN.DE



GESUNDHEIT & MEHR

mit Marita Matzk

Die Schiefe Ebene – Yoga-Variationen zum Fit-Halten mit wenig Zeitaufwand

Wenn man als TänzerIn oder ehemalige/r professionelle/r TänzerIn nicht (mehr) in tänzerische Ausbildungen oder Engagements involviert ist, die ein tägliches Training beinhalten, kann es schwer sein, den Bezug zum eigenen Körper zu erhalten. Nur selten ist es dann möglich, Raum für ein 90-minütiges Training einzuplanen.

Wenn wir uns nicht bewusst die Zeit für Trainingseinheiten nehmen, realisieren wir oft erschrocken: „So viele (Wochen, Monate, Jahre) habe ich schon nicht trainiert – echt jetzt?“ und im nächsten Moment fragen wir uns: „Aber wann soll ich das denn noch machen?“

Meinen Yoga-TeilnehmerInnen empfehle ich dagegen die „Methode der kleinen Schritte“: Kleine, in den Alltag eingeschobene Mini-Einheiten, die nur wenige Minuten in Anspruch nehmen. Wenn es dabei um Krafterhalt und Aktivierung für den ganzen Körper geht, ist eine Haltung ein ungeschlagener Alleskönner: Die Schiefe Ebene.

Die folgende Übung aktiviert unzählige Muskelgruppen, bringt Deinen Kreislauf in Schwung und kann einen kleinen, aber wichtigen Beitrag zum Fit-Halten im neugefundenen Alltag leisten.

Die Schiefe Ebene



Die Schiefe Ebene erinnert an die Ausgangshaltung für Liegestütze: Die Hände sind genau unter den Schultern platziert, die Finger sind leicht gespreizt und zeigen nach vorn, zwischen Schultern und Ohren ist so viel Platz wie möglich. Das Becken senkt sich idealerweise auf eine Linie zwischen Schultern und Fersen.

Wenn Du gerade nicht so gut im Training stehst und es etwas leichter angehen lassen möchtest, kannst Du als leichtere Zwischenstufe die Knie zum Boden bringen, oder das Becken etwas höher heben, so dass ein angedeuteter Winkel entsteht.

Für die Platzierung der Fußballen gibt es zwei Möglichkeiten:

1. hüftbreit geöffnet für eine natürliche Aktivierung und als Ausgangshaltung für Bewegungssequenzen
2. geschlossen für eine noch stärkere Aktivierung von Beckenboden und Mitte

Der Bauchnabel wird sanft in Richtung Wirbelsäule gezogen und der Beckenboden nach innen aktiviert. Wie immer im Yoga, lass Deine Atemzüge so lang wie möglich werden. Für eine größere Nutzbarkeit im tänzerischen und sonstigen Alltag, probiere folgende dynamische Varianten der Schiefen Ebene aus:

Seitliches Schaukeln

Erlaube dem unteren Bauch, im Wechsel nach rechts und nach links zu schauen. Der Rest des Körpers darf dem folgen: mal löst sich die rechte, mal die linke Hand ein paar Zentimeter vom Boden, der Schultergürtel schaut wechselnd nach rechts und links.

Dynamisches Schieben



Ausgangshaltung ist die Schiefe Ebene.

Mit einer langen Ausatmung ziehen die Sitzbeinknochen in Richtung der Fersen, als wolltest Du Dich hinhocken.

Dann schiebe einatmend mit den Füßen in den Boden und lass den Körper wieder kraftvoll lang werden, in der Ausgangshaltung.

Wiederhole das 10 Mal in Deinem Atemtempo. Spüre die Kraft Deiner Beine und Deiner Mitte.

3 Mini-Flow mit dem Herauf-/Herabschauenden Hund



Fotos: Marita Matzk

Beginne in der Schiefen Ebene. Atme tief aus.

Einatmend senke die Knie zum Boden und öffne das Brustbein für Deinen Heraufschauenden Hund. Ausatmend ziehen die Sitzbeinknochen nach hinten und oben in den Herabschauenden Hund.

Einatmend hebt sich das Becken über oben nach vorn in die Schiefe Ebene. Wiederhole diesen Flow 10 Mal in Deinem Atemtempo.

Ergänzend zu diesem Themenbeitrag findest Du im Folgenden einen Link zu einer 15-minütigen Video-Yogafolge, welche den ganzen Körper aktiviert und die beschriebenen Übungen enthält: www.youtube.com/watch?v=XiNRe8ICvsY&feature=youtu.be.

Viel Spaß beim Üben!
Deine Marita



WWW.TANZKOERPERTRAINING.DE
MAIL@MARITA-MATZK.DE

Studierendenmarketing & Alumni-Koordination

Shalene Schmidt

Palucca Hochschule für Tanz Dresden
Basteiplatz 4 | 01069 Dresden
Tel.: +49 (0)351 25906-45
Fax: +49 (0)351 25906-11
www.palucca.eu/de/alumni

**Du möchtest Dein
Projekt kostenfrei im
Alumni-Newsletter be-
werben? Dann schrei-
be uns unter [alumni@
palucca.eu](mailto:alumni@palucca.eu).**

Der nächste Alumni-
Newsletter erscheint
Ende November 2020.

Palucca Hochschule für Tanz Dresden
Rektor: Prof. Jason Beechey

Redaktion & Layout: Shalene Schmidt
Fotos (sofern nicht gekennzeichnet): Palucca Hochschule
für Tanz Dresden, Ian Whalen (Stunde des Tanzes 2014),
Shalene Schmidt, www.unsplash.com

Ausgabe: Oktober/November 2020

