

# semester circus-shows

filacro  
circus

Montag  
11. Juli 2022  
theater  
18:00 h

Donnerstag  
14. Juli 2022  
jonglieren  
9:00 h

Donnerstag  
14. Juli 2022  
circus  
16:30 h

Freitag  
15. Juli 2022  
saltöli  
14:30 h

Mittwoch  
13. Juli 2022  
salto  
13:30 h

Dienstag  
12. Juli 2022  
cirk  
18:15 h

Freitag  
15. Juli 2022  
Massangebot  
17:30 h

## Programm

# Überlegungen zu Bewegung: ein Thema, zwei Aspekte und den circus-shows dieses Programms

## Raum

Ein Raum – eine Fläche, Platz, Flecken, Wiese, Himmel, Viereck, Kreis – eine Wohnung, ein Versteck, es gibt viele Begriffe für einen Raum. Kann klein, gross, hoch, gar durch unendliche Linien begrenzt sein. Wer sich bewegt, bewegt sich immer in einem Raum. Und so wie der Raum gestaltet ist, so wird die Bewegung darin anders aussehen. Bei den Abläufen sind wir von der Wahl eines Raumes ausgegangen. Wie sieht die «Fläche» aus, wie ist sie begrenzt, wie fühlt es sich an sich darin zu bewegen? Ist es dort warm oder kalt, angenehm, wer befindet sich in diesem Raum, gibt es Eingänge, Ausgänge, Wände, Decken, ist er wandelbar oder immer gleich? Dieser Raum gehört deiner eigenen Vorstellung. Und dann geht's los. Vertraue deiner Bewegungsphantasie. Das Publikum braucht nicht zu wissen was sich die Kinder als Raum vorgestellt haben. Die Bewegung in diesen Räumen werden Hinweise darauf geben. Wir entziehen uns der Eindeutigkeit. Es gibt Räume in denen Menschen sich ungefähr ähnlich bewegen, in anderen jeder Mensch anders. Aber wer sagt, dass die Artist\*innen sich als «Menschen» bewegen? Ihre Phantasie sei grenzenlos. Das führt uns zum zweiten Aspekt, der «Bewegung».

## Bewegung versus stehenbleiben

Bewegung ist Übergang von einer Figur zu einer anderen. Das ist die physikalische Definition von Bewegung. Sie passiere zwischen A und B. Allerdings wird dabei Bewegung «nur» als Übergang gesehen. Bewegung ist Veränderung. Das Hirn kann sich Bilder und Posen leichter merken. Bewegungen sind schwer erinnerbar. In unserem Programm setzen wir uns mit Flüchtigkeit und Bewegung auseinander. Wir halten nicht an; rollen, drehen, springen, hängen, gehen, laufen, bücken, drücken, stossen, fallen, greifen, fassen, packen – legen vergängliche Spuren.

Für's Publikum wünschen wir, dass es auf die ständige Veränderung achtet. Bewegung verändert sich pausenlos. Sie ist kein Übergang, ist Fließen. Zudem folgt sie einer körpereigenen Logik, die sich von der „Logik“ eines Bildes oder der Sprache unterscheidet.<sup>1</sup> Die Phantasie der Artist\*innen ist grenzenlos. Deshalb laden wir sie, liebes Publikum ein, bewegt zu werden, in dem sie sich vor Allem auf diesen dynamischen Aspekt einlassen. Wir wünschen viel Vergnügen.

Martin Henzi Juli 2022

1 Vgl. „Das vier-beinige Tier“ Monica Elsner,, 2000

«Der Körper schwebt, fließt ohne Widerstände, sich forwährend verformend durch den Raum, löst sich zuweilen in der Dunkelheit auf. Er nimmt den ihn umgebenden Raum in sich auf, die Haut scheint als Grenze durchlässig geworden.»

„Körper denken in Bewegung“ Christiane Berger, 2006

«Wir haben instinktiv Angst vor den Schwierigkeiten, die die Vision der Bewegung unserem Denken verursacht, und wir werden ihrer Herr, so bald wir die Bewegung mit Unbeweglichem zu fixieren suchen.»

Henry Bergson. Die Wahrnehmung der Veränderung, 1993

# improvisation

Try again  
Fail again  
Fail better

montag, 11. Juli 2022 18:00 h

**improvisation** maxi&youth Kurs für: Kinder ab 7 Jahren .

Die Kinder & Jugendlichen lernen ihren Körper gezielt einzusetzen und ihre Gefühle und Spontanität auszudrücken.

Ohne zu improvisieren könnten wir nicht leben. Wenn wir alles bedenken würden, wäre gar das Gehen eine Qual. Improvisieren ist eine grundlegend im Leben. „Wir schwimmen im urteillosen Strom oder lassen uns mit der Stimmung treiben. Ohne Anstrengung heisst jedoch nicht, dass wir nichts dafür tun müssen. Wir müssen achtsam und sehr präsent bleiben, um im Moment und offen zu bleiben.“ (R.Giroud-Perrot, Bewegungsimprovisation 2012)

Dabei gewinnen wir:

- Ruhe, dass immer etwas ist und immer etwas entsteht.
- Erkenntnis, dass in uns allen ein reiches Potential schlummert
- Eigenständigkeit und Freiheit im Kontext des Ganzen
- Sicherheit, um mit der Unsicherheit umzugehen
- Den Zauber, dass die Welt immer wieder neu zu entdecken ist. <sup>1</sup>

<sup>1</sup> Vgl. Ruth Giroud-Perrot, Bewegungsimprovisation 2012

Wir präsentieren zwei unterschiedliche Improvisations-Stile.

**Theatersport** nach Keith Johnstone und **Bewegungsimprovisation**

**Spielerinnen: Alia Abt//Emilia Stella//Fabio Huber-Stella//Lia Beyer  
Mina Huber//Sofie Stella**

**Trainer: Alexander Hörburger & Martin Henzi**

## Programm

Warm-up///1 Begrüssung///2 Free Stag///3 Bewegung Musik  
0 Überraschung///4 Autorenlesung///5 Bewegung Raum  
6 Occasionshandel///7 Bewegung Objekte///8 Geschenk

«Einfach Freude deinen Körper zu bewegen und mit jemand auf «spontane» und ungeplante Weise zu agieren, wo du frei bist etwas Neues auszuprobieren. Eine sehr angenehme soziale Umgangsweise». (Steve Paxton)

# cirk

dienstag, 12. juli 2022 18:15 h

**cirk** lubo youth Für: Kinder ab 12 Jahren

Die Kinder & Jugendlichen vertiefen sich in 2 Hauptdisziplinen des Circus: Luft- und Bodenakrobatik.

## Die vier Temperamente

Die vier Temperamente wurden schon verschiedentlich künstlerisch umgesetzt. Im Theater ist v.a. Frieder Nögges Interpretation bekannt, im Ballett diejenige des russischen Choreographen George Balanchine mit der extra komponierten Musik von Paul Hindemith.

Die Idee basiert auf der Einteilung der menschlichen Natur in vier Temperamente. Wir haben versucht sie mit den Mitteln des Circus umzusetzen und überlegt welches Gerät zu welchem Temperament passt.

**sanguinisch:** lebhaft, beweglich, optimistisch, leichtblütig

**phlegmatisch:** schwerfällig, behäbig, bequem, gemütlich, langsam

**cholisch:** leidenschaftlich, aufbrausend, jähzornig, unbeherrscht

**melancholisch:** schwermütig, trübsinnig, pessimistisch, gleichgültig

### Artistinnen

Annika Breitenstein// Enya d'Agostino//Maira Scheiwiller

Marcel Söhrich//Mia Carle//Nyah-Maria Hess

Choreographie: Martin Henzi

## Die vier Temperamente

1 Melancholiker* in	Tuch	Spiegel im Spiegel. Arvo Pärt
2 Sanguiniker* in	Ball&Boden	Nèga. Gilberto Gil
3 Phlegmatiker* in	Schlappseil	4 Temp. Paul Hindemith
4 Cholischer* in	Trampolin	Rapto. Divan Gattamorta

# salto

mittwoch, 13. Juli 2022 13:30 h

**salto** Für: Kinder von 7–12 Jahren (maxi)

Die Kinder lernen die 5 Hauptdisziplinen im Circus kennen: Übers Seil oder auf anderen Geräten zu balancieren. Auf dem Trampolin zu springen und Kunststücke am Boden zu machen sowie Menschenpyramiden zu bauen. Am Tuch, am Ring oder am Trapez zu turnen. Kreativ im Umgang mit dem eigenen Körper zu sein. Mit Bälle, Keulen, Ringen oder Diabolos zu jonglieren.

Artist\*innen: David Kertesz//Giulian Eggenberger//Julian Nowakovsky

Lisa Brande//Luciano Tobler//Luisa Bosche//Nora Harink

Till Burkhardt

Trainer: Martin Henzi

## Programm

1 Gruppe	Boden	Piano Sonate Nr. 7/Op10 L. van Beethoven
2 Lisa&David	Mini-Tramp	Watermelon Man
3 Luciano	Diabolo/Ring	Let' Em Roll. J.P. Patton
4 Nora	Fass	Requiem for a Dream
5 David	Fass	Harlem River Drive
6 Luisa	Fass	Take Five. M. Camilio
7 Till	Stab	Happy. Ph. Williams
8 Julian	Trapez	Alles neu. P. Fox
9 Giulian	Tuch/Seil	He's a Pirate .K. Badelt
10. Lisa, David, & Luisa	Tuch	63rd Street Theme
11. Alle	Trampolin	Help I'm Alive Metric
12. Noch mehr alle		

# jonglieren

donnerstag, 14. Juli 2022 9:00 h

**Jonglieren** Kurs für: Erwachsene

Gegenstände manipulieren braucht sehr viel Gespür in den Händen. Da der Mensch als Ganzes mehr als nur die Summe seiner Teile ist, fördert Jonglieren noch viel mehr als „nur“ die Geschicklichkeit der Hände; Rhythmus, Gleichgewicht, Ausdauer u.v.a. Zudem macht es Spass und ist unendlich in seinen Kombinationen und Variationen.

Der Ball ist die Grundlage, aber weitere Gegenstände wie Keulen, Ringe, Diabolos, Teller u.a. gesellen sich manchmal unterschwellig, manchmal gezielt dazu.

**Jongleur\*innen**

Gilles Dufour//Jürg Hut//Marianne Lüthy//Ueli Weiss

Walter Krähenbühl

Trainer: Martin Henzi

## Programm

Die Reihenfolge wird nicht festgelegt. Wir lassen uns überraschen.

Gruppe	2 Ball	Piano Sonate Nr. 7/Op10 Menuett L. van Beethoven
Walter Krähenbühl	Ball/Fass	Natural River Sounds
Marianne Lüthy	1 Ball	Maria And The Violins's String
Jürg Hut	1 Ball	A Salty Dog, Procol Harum
Gilles Dufour	Diabolo	Fight Club. Charly Chaplin
Ueli Weiss	Ring, Ball, Keule	Yumeji's Theme . S. Umehayhi
Gruppe	Improvisation	...
Gruppe	1 Ball	Vagantenlied. Hanns Dieter Hüsch

# circus

donnerstag, 14. Juli 2022 16:30 h

**circus** Circus-Kurs mini&maxi

**salto:** boden balance jonglage luft spiel

Für: Kinder von 7–12 Jahren (maxi)

Die Kinder lernen die 5 Hauptdisziplinen im Circus kennen:

Übers Seil oder auf anderen Geräten zu balancieren. Auf dem Trampolin zu springen und Kunststücke am Boden zu machen sowie Menschenpyramiden zu bauen. Am Tuch, am Ring oder am Trapez zu turnen. Kreativ im Umgang mit dem eigenen Körper zu sein. Mit Bälle, Keulen, Ringen oder Diabolos zu jonglieren.

**Artist\*innen**

Elin Maritz//Elin Cafilisch///Giulien Kessler//Kaija Kemmler

Levin Arn//Till Hess//Zoey Muehlberg

Trainer: Martin Henzi

## Programm

1 Gruppe	Boden	Piano Sonate Nr. 7/Op10 Menuett L. van Beethoven
2 Elin&Zoey	Drahtseil	Ballo Cavalina. Garcia/ Antonini
4 Kaija	Trampolin	Comptine d'un Autro. Ete J.B. Attias
5 Levin	Trapez	Head & Heart. J.C.MNEK
6 Elin M	rapez/Fass	Gils on Fire. A. Keys
7 Giulien	Seil/Trapez/Fass	Rocksteady. The Bloody Beetroots
8 Till	Tuch	River Rescue. Carl Davis
9 Gruppe		

# saltöli

freitag, 22. Juli 2022 14:30 h

**saltöli** Basis-Circus-Kurs für Kinder ab 4–7 Jahren (mini)

Die Kinder erkunden spielerisch die 5 Hauptdisziplinen im Circus. Wir balancieren über Fässer auf Stühlen, über Stangen und auf oder um Seile. Wir springen hoch und fallen weich am Boden, vom Barren auf Trampolin, von Kiste zu Kiste. Wir klettern am Tuch, an Seilen, hängen und verdrehen uns im Ring oder am Trapez. Bewegen uns als Tiere, als Menschen, als Artist\*innen, als Tänzer\*innen, als Clown und erfinden Neues, ahmen Luft, Wind, Wasser und alles was krecht und fleucht nach und haben einfach Spass am eigenen Körper, weil wir uns lebendig fühlen.

Artist\*innen

Ella Muehlberg//Lou Vollenweider//Tiago Cusseddu//Dalyan Bohli//  
Aline Fontana//Louis Fontana//Mia Lotta van Nuffel

Trainer

Martin Henzi

## Programm

Zur Zeit der Drucklegung ist das Programm noch unbekannt. Wir haben Ahnungen und Wünsche aber darüber wird nicht öffentlich geredet. Lassen Sie sich überraschen.

# massangeböt

freitag, 15. juli 2022 17:30 h

**Das Massangeböt** von filacro ist ein auf die individuellen Bedürfnisse zugeschnittenes Programm für alle Altersstufen, häufig mit professioneller Ausrichtung. Das kann von einer einzelnen Privatlektion bis zu einem mehrjährigen, geplanten aufbauenden Trainingskurs z.B. als Vorbereitung für eine Zirkusschule oder als Weiterbildung im artistischen Genre, gehen.

Artist\*innen  
Elin Maritz  
Norina Stürm  
Trainer  
Martin Henzi

## Programm

1 Norina	Tuch	Way down We Go .KALEO
Elin	Trapez	Trip. Lena

Zusatzprogramm bleibt zur Zeit offen.

# COOL & CLEAN

coolandclean.ch

Das Präventionsprogramm «cool and clean» von Swiss Olympic steht für erfolgreichen, fairen und sauberen Sport. Es unterstützt leitende Personen darin, die Lebenskompetenzen der Jugendlichen zu fördern, gefährliche Entwicklungen frühzeitig zu erkennen und richtig zu reagieren.

## filacro ist Botschafterin von cool & clean

Hier ein paar Antworten der filacro Kursteilnehmer\*innen auf die Frage was ein gutes Training aus ihrer Sicht sein sollte.

dass...

- ... die Kolleginnen auch kommen dürfen
- ... wir Spass haben
- ... ich meiner Klasse den Handstand zeigen
- ... die ganze Schulklasse zum Schauen kommen kann
- ... auch Mami und Pappi mal dörfet mitmachen und  
dä Brüeder oder d'Schwöschter
- ... me emal au dörf sälber säge was me macht
- ... me dörf chlätere wo me möchti
- ... cooli Spiili widerhole cha
- ... mr ä Uffüherig mached, wo Gotte, Götti und gueti Fründe dörfed cho
- ...me bim Theater au emal dörf Trampolin gumpen

weitere Stichworte

**Respekt//Ausgeglichenheit//Spass//Neues erfahren//Koordination-  
Lernen und Ziele erreichen//spielerisches Lernen  
flexibel sein//Rücksicht auf einander nehmen//sich gegenseitig  
helfen//Trainer\*in unterstützt die Schüler\*innen**

# filacro.ch

auf Wiedersehen...

