

# 10. Frankfurter Klavier-Symposium

26. Oktober 2019

10.00–17.00 Uhr

## Körper und Instrument Physiologie des Musizierens

### Zeitplan

10.00 Uhr	Begrüßung
10.15 – 11.30 Uhr	<i>Klavierspiel aus musikphysiologischer Sicht</i> Prof. Dr. Jochen Blum, Vortrag
11.30 – 12.00 Uhr	Kaffeepause
12.00 – 13.00 Uhr	<i>Die Bedeutung der Handbinnenmuskulatur für das Klavierspiel</i> Dr. Alexandra Türk-Espitalier, Vortrag mit praktischen Übungen
13.00 – 14.30 Uhr	Mittagspause – Gelegenheit zum gemeinsamen Imbiss
14.30 – 15.30 Uhr	<i>Körperarbeit für Musikerinnen und Musiker</i> Prof. Dr. Martina Peter-Bolaender / Prof. Dr. Ulf Henrik Göhle, Vortrag
15.30 – 16.00 Uhr	Kaffeepause
16.00 – 17.00 Uhr	Podiumsdiskussion mit den Referent*innen

### Teilnahmegebühren

Erwachsene: 15 Euro  
Schüler / Studenten / Rentner (mit Nachweis): 10 Euro

Für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, Studierende sowie Schülerinnen und Schüler der vier das Projekt ausrichtenden Frankfurter Institute ist die Teilnahme bei vorheriger Anmeldung kostenlos.

Anmeldeschluss ist der 14. Oktober 2019

### Ort

Dr. Hoch's Konservatorium  
Sonnemannstraße 16  
60314 Frankfurt am Main

### KlavierForum Frankfurt

Ein Projekt der Hochschule für Musik und Darstellende Kunst Frankfurt am Main, des Dr. Hoch's Konservatoriums, der Musikschule Frankfurt und der Musikschule Bergen-Enkheim



DR. HOCH'S KONSERVATORIUM  
Musikakademie Frankfurt am Main

musikschule  
frankfurt

JMS  
Jugend  
Musikschule  
Bergen-Enkheim



Hochschule für Musik  
und Darstellende Kunst  
Frankfurt am Main

### Informationen und Anmeldung

HfMDK Frankfurt  
Künstlerisches Betriebsbüro  
Eschersheimer Landstraße 29–39  
60322 Frankfurt am Main  
Infotelefon: 069 / 154 007 202

## Zeitplan

10.00 Uhr	Begrüßung
10.15 – 11.30 Uhr	<i>Klavierspiel aus musikphysiologischer Sicht</i> Prof. Dr. Jochen Blum, Vortrag
11.30 – 12.00 Uhr	Kaffeepause
12.00 – 13.00 Uhr	<i>Die Bedeutung der Handbinnenmuskulatur für das Klavierspiel</i> Dr. Alexandra Türk-Espitalier, Vortrag mit praktischen Übungen
13.00 – 14.30 Uhr	Mittagspause – Gelegenheit zum gemeinsamen Imbiss
14.30 – 15.30 Uhr	<i>Körperarbeit für Musikerinnen und Musiker</i> Prof. Dr. Martina Peter-Bolaender / Prof. Dr. Ulf Henrik Göhle, Vortrag
15.30 – 16.00 Uhr	Kaffeepause
16.00 – 17.00 Uhr	Podiumsdiskussion mit den Referent*innen

## Anmeldung

*formlos per Mail an:*

klavier-symposium@hfmdk-frankfurt.info

Betreff: Klavier-Symposium 2019

*oder per Post mittels Formular an:*

HfMDK Frankfurt

Künstlerisches Betriebsbüro

Eschersheimer Landstraße 29–39

60322 Frankfurt am Main

*Infotelefon:* 069 / 154 007 202

Bitte fügen Sie Ihrer Anmeldung den Beleg über die Einzahlung der Teilnahmegebühr bei (Kopie oder Scan)

*Die Teilnahmegebühr ist zu überweisen an:*

HfMDK Frankfurt am Main

IBAN: DE 55 5005 0000 0001 0064 51

BIC: HELADEF

Verwendungszweck: Klavier-Symposium 2019

## Körperarbeit für Musikerinnen und Musiker

Prof. Dr. phil. Martina Peter-Bolaender /

Prof. Dr. Ulf Henrik Göhle

Unter dem Begriff „Körperarbeit“ haben sich in den letzten ca. 100 Jahren westliche Methoden etabliert, die für Musizierende eine große Ressource darstellen. Gemeinsames Ziel dieser Methoden ist mehr Effizienz, mehr Qualität im Bewegungsverhalten sowie körperliche, geistige und emotionale Balance. Gerade Pianist\*innen haben durch ihre spezifische Spielhaltung einen noch größeren Bedarf an gezielten Übungen und müssen u. a. dynamisches Sitzen mit Mikrovariationen erlernen, um orthopädischen Problemen zu begegnen.

Dieser Vortrag gibt einen Überblick über die etablierten Methoden, stellt deren zentralen Ansatzpunkt heraus und gibt Anregungen, wie diese Methoden für die Zielgruppe eingesetzt werden können.

*Prof. Dr. phil. Martina Peter-Bolaender war von 1990 bis 2017 Professorin für Körperbildung, Bewegungstechnik und Tanz an der Hochschule für Musik und Darstellende Kunst Frankfurt und ist seit 2017 als Lehrbeauftragte tätig. Als Integrative Tanz- und Bewegungspädagogin und -therapeutin verbindet sie unterschiedliche Ansätze der Körperarbeit, Körperbewusstseinsmethoden und Bewegungstechniken aus westlichen und östlichen Bewegungskulturen zur Prävention, ganzheitlichen Gesundheitsbildung und zur Entfaltung der künstlerischen Persönlichkeit.*

Prof. Dr. phil. Ulf Henrik Göhle ist Diplom-Musiklehrer, Motologe (Motologie ist die Lehre vom Zusammenhang zwischen Bewegung und Psyche) und ordentlicher Professor an der IB-Hochschule. Dort unterrichtet er am Studienzentrum Stuttgart in den Studiengängen Gesundheitspädagogik, Angewandte Therapiewissenschaft und Angewandte Psychologie. Neben seiner akademischen Tätigkeit ist er seit 15 Jahren als Gesundheitscoach und -berater im Unternehmensbereich tätig.

## Teilnahmegebühren

Erwachsene: 15 Euro

Schüler / Studenten / Rentner (mit Nachweis): 10 Euro

Für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, Studierende sowie Schülerinnen und Schüler der vier das Projekt ausrichtenden Frankfurter Institute ist die Teilnahme bei vorheriger Anmeldung kostenlos. Alle im Voraus Angemeldeten erhalten Teilnahmezertifikate, die beim Symposium ausgehändigt werden.

Anmeldeschluss ist der 14. Oktober 2019

## Ort

Dr. Hoch's Konservatorium

Sonnemannstraße 16

60314 Frankfurt am Main

## Anreise mit der Bahn

Hauptbahnhof Frankfurt am Main

S-Bahn: mit S1, S2, S3, S4, S5, S6, S8, S9

bis Station „Ostendstraße“

Straßenbahnlinie 11: Richtung Höchst über Römer und Hauptbahnhof sowie Richtung Fechenheim, tagsüber im 7,5-Minuten-Takt bis Station „Ostendstraße“

Straßenbahnlinie 14: Richtung Neu-Isenburg Stadtgrenze über Südbahnhof sowie Richtung Ernst-May-Platz (Zoo), tagsüber im 10-Minuten-Takt bis Station „Ostendstraße“

## Anreise mit dem Auto

A661 bis Anschlussstelle 14, anschließend Hanauer Landstraße Richtung Innenstadt bis Sonnemannstraße. A5 und A 66 bis Westkreuz Frankfurt, dann A 648 Richtung Messe, Friedrich-Ebert-Anlage folgen bis Hbf, Baseler Platz, links halten, am Main entlang Untermainkai folgen bis Oskar von-Miller-Straße, hier halblinks in die Sonnemannstraße.

*oder:*

A66 bis Miquelallee, dann dem Alleenring folgen bis Hentschelstraße, weiter geradeaus durch die Grusonstraße nach rechts in die Sonnemannstraße. Parkhaus: gegenüberliegende Seite Bildungszentrum Ostend.

# 10. Frankfurter Klavier-Symposium

26. Oktober 2019

## Körper und Instrument Physiologie des Musizierens

### KlavierForum Frankfurt

Ein Projekt der Hochschule für Musik und Darstellende Kunst Frankfurt am Main, des Dr. Hoch's Konservatoriums, der Musikschule Frankfurt und der Musikschule Bergen-Enkheim

DR. HOCH'S  
KONSERVATORIUM

musikschule  
frankfurt

musikschule  
bergen-enkheim



Hochschule für Musik  
und Darstellende Kunst  
Frankfurt am Main

Klavierspielen, ob beim täglichen Üben oder im Konzertauftritt, kann eine an die physischen Grenzen gehende Herausforderung sein. Nicht nur wenn es um die Bewältigung anspruchsvoller Aufgaben geht, muss der Körper viel leisten. Im Bewusstsein des Zusammenwirkens von Körper, Geist und Seele sind u.a. auch „sportliche“ Eigenschaften wie Kraft, Schnelligkeit und Ausdauer notwendig, um einen unbeschwert wirkenden Vortrag zu ermöglichen. Somit spielen musikphysiologische Aspekte, die Körperwahrnehmung und die Prävention vor im Laufe der Jahre schädigenden Entwicklungen zweifellos eine eminente Rolle. Die Sensibilisierung für den Umgang mit dem Körper ist daher ein wichtiger Bestandteil der pädagogischen Arbeit.

Das aktuelle, mittlerweile über die Landesgrenzen hinaus bekannte Symposium des *KlavierForum Frankfurt* feiert dieses Jahr sein 10-jähriges Bestehen. Um die Bedeutung der Thematik zu würdigen, werden anlässlich des Jubiläums namhafte Referent\*innen von ihrer Auseinandersetzung mit dem menschlichen Körper am Instrument berichten. Wir wünschen uns allen einen erkenntnisreichen Tag mit anregenden Gesprächen und erfrischenden Impulsen. Hierzu laden wir Sie sehr herzlich ein.

Prof. Stefana Chitta-Stegemann  
*Dr. Hoch's Konservatorium*

*Konzeptionelle Gestaltung:*  
Klemens Althapp, Prof. Sibylle Cada,  
Prof. Stefana Chitta-Stegemann,  
Prof. Axel Gremmelspacher, Julia Thorack,  
Gabriele Stenger-Stein, Prof. Eike Wernhard

## Klavierspiel aus musikphysiologischer Sicht

Prof. Dr. med. Jochen Blum

Stellen sich im künstlerischen Alltag Grenzen oder Irritationen ein, die nicht dem Ideal der Einheit von Körper, Geist und Seele entsprechen, ist es für die Betroffenen oftmals schwierig, die eigentliche Problematik zu erkennen: Ist der Zustand nur momentan oder eine manifeste Überlastung? Wirkt sich ein psychischer Konflikt auf die körperliche Leistungsfähigkeit aus? Sind bestimmte Defizite Symptome einer Krankheit oder die Folge langjähriger Überbeanspruchung? Können trotz Belastungen negative Entwicklungen vermieden oder Risiken gesenkt werden? Die Musikphysiologie hat auf solche Fragen zwar keine einfachen Antworten, kann jedoch im Sinne von Prävention das Bewusstsein von Pianist\*innen und Klavierpädagog\*innen schärfen.

Der Vortrag thematisiert die spezifischen körperlichen Rahmenbedingungen pianistischer Arbeit, individuelle physiologische Gegebenheiten und eventuell damit verbundene Limitationen sowie grundsätzliche ergonomische Aspekte und Übekonzepte.

*Prof. Dr. Jochen Blum* gehört aufgrund seiner vielfältigen Kompetenzen und Funktionen international zu den ausgewiesenen Fachleuten für Musikphysiologie und Musikermedizin. Nach einem Instrumentalstudium (Violine und Viola) absolvierte er eine Ausbildung in Geigenbau. Anschließend studierte er Medizin, wurde Facharzt für Orthopädie mit dem Schwerpunkt Unfall- und Handchirurgie und leitet seit 2005 die entsprechende Abteilung am Klinikum Worms. Er ist Gründer und war langjähriger Präsident der Gesellschaft für Musikphysiologie und Musikermedizin und Initiator einer großen Zahl von Kongressen. 1988 richtete er eine Spezial-Sprechstunde für Musikerkrankheiten ein. Er ist Herausgeber der „Zeitschrift für Musikphysiologie und Musikermedizin“ und Autor vieler wissenschaftlicher Publikationen sowie des Lehrbuchs „Medizinische Probleme bei Musikern“. Seit 1992 lehrt Prof. Blum Musikphysiologie an der Musikhochschule Frankfurt, schult und berät dort Instrumentalist\*innen.

## Die Bedeutung der Handbinnenmuskulatur für das Klavierspiel

Dr. Alexandra Türk-Espitalier

Die Handbinnenmuskulatur umfasst die in der Hand liegende Mittelhandmuskulatur sowie die Daumenballen- und Kleinerfingerballenmuskulatur. Die Funktionen der einzelnen Muskeln sind vielfältig: Beugen und Strecken, Spreizen und Schließen.

Für Pianist\*innen sind vor allem die Funktionen Kraftübertragung auf die Finger und Formgebung der Mittelhand interessant. Hier findet sich ein direkter Bezug zu Klaviertechnik und -literatur. Darüber hinaus ist eine gut ausgeprägte Handbinnenmuskulatur auch unerlässlich für die Prävention von spielbedingten Beschwerden oder Überlastungen.

Im Vortrag werden praktische Übungen zur Kräftigung und Koordination gezeigt. Sowohl für professionelle Pianist\*innen als auch für Klavierschüler\*innen geeignet, kann man sie leicht erlernen, mit und ohne Klavier durchführen und mit geringem Zeitaufwand auch in den Unterricht integrieren.

*Dr. Alexandra Türk-Espitalier*, Flötistin, Physiotherapeutin und Musikwissenschaftlerin, lehrt als Senior Lecturer an der Musik-Universität in Wien. Ihre Schwerpunkte sind die Prävention von spielbedingten Beschwerden, die Bewegungsanalyse am Instrument und die Verbesserung der Spielleistung durch körperliches Training. In der Forschung beschäftigt sie sich mit der Atmung bei Blasinstrumenten. Sie ist Autorin und Co-Autorin zahlreicher Bücher und Artikel zu den Themen Prävention und Übungen für Musiker\*innen. Ihr bekanntestes Buch „Musiker in Bewegung. 100 Übungen mit und ohne Instrument“ (2008) wurde 2016 auf Englisch herausgegeben und wird demnächst auch in China erscheinen. Dr. Türk-Espitalier präsentiert ihre Arbeit auf internationalen Kongressen, bei Orchestern, an Musikschulen und -akademien sowie auf Meisterkursen und arbeitet eng mit renommierten Musiker\*innen und Wissenschaftler\*innen zusammen.

## Anmeldung

Name

Vorname

Anschrift

E-Mail

Für kostenlose Teilnahme bitte ankreuzen:

Mitarbeiter/in oder Studierende/r am:

- Dr. Hoch's Konservatorium
- Hochschule für Musik und Darstellende Kunst
- Musikschule Frankfurt am Main
- Musikschule Bergen-Enkheim

Für ermäßigte Teilnahmegebühr bitte ankreuzen:

Ich bin  Schüler /  Student /  Rentner

Den Zahlungsbeleg für die Teilnahmegebühr lege ich meiner Anmeldung bei.

Anmeldeformular per Post an:

HfMDK Frankfurt  
Künstlerisches Betriebsbüro  
Eschersheimer Landstraße 29–39  
60322 Frankfurt am Main

