

Tanzclub Seniorstars  
***The Loss of Nature***

Informationen für Teilnehmende

Projektstart  
05. Oktober 2022



Photo: Nathalie Jufer

## 1. ALLGEMEINE INFORMATIONEN ZUM PROJEKT

---

### INHALTE UND ZIELE

Seniorstars, der Tanzclub für Senior\*innen, ist immer angelehnt an eine Produktion von Bern Ballett, an welcher die Tänzer\*innen parallel zu unseren Proben arbeiten. Dabei werden im Kurs eigene Ziele verfolgt, es wird eigenständig geprobt jede Woche und trotzdem wird die Arbeit der Compagnie im Blick behalten. Dies geschieht mit Hilfe von Probebesuchen, Tanzworkshops mit beteiligten Tänzer\*innen und natürlich Vorstellungsbesuchen. Diese Angebote sind im beigelegten Probeplan grau markiert. Der Seniorstars-Kurs von Oktober – Dezember 2022 beschäftigt sich inhaltlich mit der Produktion *The Loss of Nature*, ein zweiteiliger Tanzabend mit Tanzstücken von Iratxe Ansa & Igor Bacovich sowie von Caroline Finn.

Natur (lat. *nasci* «entstehen, geboren werden») bezeichnet das, was nicht vom Menschen geschaffen wurde. Der Begriff wird jedoch unterschiedlich und bisweilen in sich widersprechenden Bedeutungen verwendet. Zwangsläufig stellt sich die Frage, was denn nun zur Natur gehört und was nicht. Ist es das Sein als solches? Der gesamte Kosmos? Oder ist es ein Teil der Wirklichkeit, der seinen Kontrast im Künstlichen, Technischen oder sogar in etwas Übernatürlichem findet?

In der Tanzproduktion *The Loss of Nature* befragen das baskisch-italienische Choreograf\*innen-Duo Iratxe Ansa und Igor Bacovich sowie die Choreografin Caroline Finn in zwei Teilen das Spannungsverhältnis zwischen Mensch und Natur. Aus zwei unterschiedlichen Blickwinkeln loten die Choreograf\*innen in ihren Neukreationen sowohl die Konsequenzen eines Naturverlusts als auch die Entstehung möglicher Utopien aus.

*The Loss of Nature* wird vom Berner Sinfonieorchester begleitet, das die Emotionalität dieses Themas u. a. mit Henryk Góreckis mitreissender *Symphony of Sorrowful Songs* intensivieren wird.

Produktionsteam:

Choreografie Caroline Finn, Iratxe Ansa / Igor Bacovich

Bühne Till Kuhnert

Kostüme Catherine Voeffray

Dramaturgie Isabelle Bischof, Bettina Fischer

Im Zentrum des Tanzprojekts stehen folgende drei Ziele:

- ❖ Die Gesundheit durch gezielte Trainingseinheiten zu steigern.
- ❖ Die kognitiven Fähigkeiten zu steigern und zu trainieren.
- ❖ Vielfältige Zugänge zur tänzerischen Arbeit von Bern Ballett zu ermöglichen.



## TERMINE

Date	Ort	Was	Startzeit
5. Oktober	Stadttheater/Ballettsaal	Seniorstars Probe	10.15 & 13h
12. Oktober	Unibe	Seniorstars Probe	10.15 & 13h
19. Oktober	Vidmar	Seniorstars Probe	10.15 & 13h
26. Oktober	Vidmar	Seniorstars Probe	10.15 & 13h
2. November	Stadttheater	<b>Probenbesuch</b>	11.00–12.00
9. November	Stadttheater/Ballettsaal	Seniorstars Probe	10.15 & 13h
13. November	Stadttheater	<b>Vorstellung</b>	18.00h
16. November	Stadttheater/Ballettsaal	Seniorstars Probe	10.15 & 13h
23. November	Stadttheater/Ballettsaal	Seniorstars Probe	10.15 & 13h
30. November	Unibe	Seniorstars Probe	10.15 & 13h
7. Dezember	Stadttheater/Ballettsaal	Seniorstars Probe	10.15 & 13h
14. Dezember	Stadttheater/Ballettsaal	Seniorstars Probe	10.15 & 13h
14. Dezember	Stadttheater/Ballettsaal	Seniorstars Einblick	15.30–16.30h
14. Dezember	Foyer	Seniorstars Apero	16.30–17.30h

### Vorstellungsbesuch und Tickets

Für die Tickets der Tanzvorstellung erhalten Sie folgenden PROMOCODE:  
**SENIORSTARS-13.**

Dieser berechtigt zum Bezug von einem Ticket pro Person mit 20% Rabatt für die Vorstellung *The Loss of Nature* am 13. November 2022.

Die Promotion kann an der Billettkasse im Stadttheater (Mo-Fr 10.00–16.00, Sa 10.00–14.00), an der Abendkasse eine Stunde vor Beginn der Vorstellung oder online in unserem Webshop eingelöst werden:

[The Loss of Nature | Bühnen Bern \(buehnenbern.ch\)](#)

### Werkeinführung

30 Minuten vor Beginn der Vorstellung findet eine Werkeinführung statt. Die Teilnahme daran wird empfohlen!

## PROJEKT- UND KURSLEITUNG

**Clare Guss-West** ist ehemalige professionelle Tänzerin, Choreographin, Operndirektorin, Autorin und ganzheitliche Gesundheitstrainerin. Clare fokussiert mit ihrer Arbeit auf die Verbindung zwischen Gesundheit und Tanz. Ihre innovative Herangehensweise führt sie als Trainerin und Lehrerin immer wieder an renommierte Theater wie *The Royal Ballet* und viele andere, an denen sie Tänzer\*innen wie auch Lehrer\*innen unterrichtet. Clare erarbeitet und entwickelt Tanzpraktiken für Senior\*innen und stellt Trainingseinheiten für Tanzlehrende zusammen. Ausserdem ist sie leitende Pädagogin des Universitätsdiploms 'Danse, Santé, Vieillessement' Université Côte d'Azur und unterrichtet den Block für Tanz mit älteren Menschen beim MAS in Dance Science Programm des Instituts für Sportwissenschaft der Universität Bern. Sie ist Mitbegründerin der *European Dance & Creative Wellness Foundation*.

Kontakt: [clare@danceandcreativewellness.com](mailto:clare@danceandcreativewellness.com)

## KURSLEITUNG

**Carla Winkelmann** ist ehemalige zeitgenössische Tänzerin und unterrichtet seit vielen Jahren Tanz für verschiedene Altersgruppen. Ihre Ausbildungen im Bereich Tanzpädagogik und Artistik absolvierte Carla an der *International Dance Teachers Association* in London sowie im Rahmen eines *Bachelors in Dance Studies (Honours)* an der Universität in Malta. Sie studierte im Rahmen des *MAS Dance Science* am Institut für Sportwissenschaft der Universität Bern und interessiert sich für den Effekt von Tanz auf kognitive und psychologische Faktoren bei älteren Menschen.

Kontakt: [schembricarla@gmail.com](mailto:schembricarla@gmail.com)

## PROJEKTLEITUNG

**Andrea Schärli** ist Dozentin und Fachleiterin Tanz am Institut für Sportwissenschaft der Universität Bern. Neben dem Unterricht, widmet sie sich auch der Forschung im Bereich Tanz, z.B. dem Einfluss von Tanz auf die Gesundheit verschiedener Bevölkerungsgruppen. Sie leitet das Weiterbildungsprogramm MAS in Dance Science.

Kontakt: [andrea.schaerli@unibe.ch](mailto:andrea.schaerli@unibe.ch)

**Nikola Ziegler** übernimmt die Koordination von Seiten Bühnen Bern.

Bühnen Bern plus verfügt über ein grosses Angebot an Workshops für Schulen und theater-, tanz- und musikpädagogische Projekte für Kinder, Jugendliche und andere Altersgruppen.

Kontakt Seniorstars: [plus@buehnenbern.ch](mailto:plus@buehnenbern.ch)

Spezifische Fragen zur Tanzvermittlung: [karin.hermes@buehnenbern.ch](mailto:karin.hermes@buehnenbern.ch)

## 2. PRAKTISCHE INFORMATIONEN

---

### LEKTIONEN

Die wöchentlichen Lektionen à 90 Minuten sind wie folgt zusammengestellt:

50-55 Minuten: Tanzunterricht

5 Minuten: Pause

20-25 Minuten: kognitives Training durch Tanz

5 Minuten: Verabschiedung und Möglichkeit zur Interaktion und Austausch mit Kursleitung und Teilnehmenden

### KLEIDUNG

- ❖ Tragen Sie bewegungsfreundliche Kleidung.
- ❖ Bitte tragen Sie keinen Schmuck, keine Krawatten oder Gürtel.
- ❖ Tragen Sie leichte Aussenschuhe, die Ihnen einigen Halt geben.
- ❖ Bei Bedarf legen Sie einen Pullover oder eine Strickjacke bereit.
- ❖ Sie brauchen keine extra Sportschuhe oder Trainingskleider.

### EVENTS

- ❖ Besuch einer Kompanie-Probe
- ❖ Workshops mit Tänzer\*innen der Kompanie
- ❖ Möglichkeit eines vergünstigten Vorstellungsbesuchs

### ANMELDUNG UND KOSTEN

Anmeldung über folgenden Link: <https://forms.gle/cvn4Czrsik1DbnkR6>  
oder via Mail an [dancescience.ispw@unibe.ch](mailto:dancescience.ispw@unibe.ch)

Die Kosten betragen pro Projekt **CHF 165 (inkl. MwSt.)** Sie erhalten per Post einen Einzahlungsschein für den Kursbetrag und wir bitten Sie, den Betrag von **CHF 165** selbständig zu überweisen.

## FORSCHUNG

Bei diesem Projekt wird eine Bachelor- oder Masterstudentin oder Andrea Schärli selbst, Teilnehmende suchen, welche bei einer Befragung / Interviews zum Thema «Tanz und Gesundheit» mitmachen möchten. Falls dies schon jetzt Ihr Interesse weckt, können Sie sich gerne bei Andrea Schärli ([andrea.schaerli@unibe.ch](mailto:andrea.schaerli@unibe.ch)) melden. Es wird noch nähere Informationen dazu geben.

## GESUNDHEIT & FOTOEINVERSTÄNDNISERKLÄRUNG

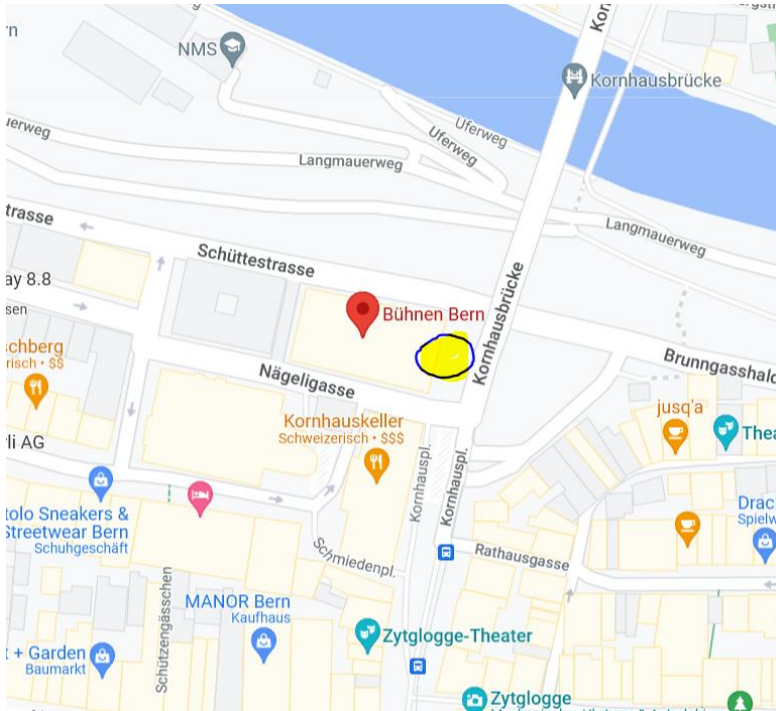
Ihre Gesundheit ist für uns sehr wichtig. Deshalb fragen wir Sie bei der definitiven Anmeldung anzugeben, ob Sie in guter gesundheitlicher Verfassung sind. Bitte klären Sie allfällige Bedenken im Voraus mit Ihrer Ärztin bzw. Ihrem Arzt ab.

Während des Projekts kann es sein, dass einige Sequenzen fotografiert bzw. gefilmt werden. Dies erfolgt zum Zwecke zukünftiger Werbung für ähnliche Projekte und der Projektdokumentation. Das Material kann für die Internetseite von Bühnen Bern plus oder der Website des Instituts für Sportwissenschaft der Universität Bern verwendet werden. Deshalb bitten wir Sie bei der Anmeldung anzugeben, ob Sie damit einverstanden sind.

**CORONA:** Je nach aktueller Lage gelten die Vorgaben von Bühnen Bern und/oder der Universität Bern zur Teilnahme an den Präsenzkursen.

**UNTERRICHTSORT**

Die meisten Trainings (siehe Termine unten) finden im Stadttheater Bern (Kornhausplatz 20, 3011 Bern) im Ballettsaal statt. Eingang bei der Billettkasse. Bus 10 bis Zytglogge oder Tram 6,7,8,9 bis Zytglogge. Die Kursleiterinnen werden beim ersten Termin bei der Billettkasse warten.



Drei Trainings finden im Ballettstudio Vidmar (Waldeggstr. 42a, 3097 Liebefeld) statt. Bus 17 bis Hardegg Vidmar oder Bus 29 bis Liebefeld, Sportweg.



Das Training am 12. Oktober und am 30. November findet im Dojo, Zentrum für Sport und Sportwissenschaften der Universität Bern, Bremgartenstrasse 145, 3012 Bern, statt. Bus 11 bis Neufeld (P+R).

