

B&B: Zwei prägende Gesichter für Tanz, Bewegung und mehr



Barbara Eichenberger-Wiezel und Barbara Rust gehören zur ersten Spiraldynamik-Lehrergeneration: Sie haben Spiraldynamik zu ihrem Beruf gemacht und stehen für Ausbildung und seit über zwölf Jahren auch für Forschung und Qualitätssicherung im Einsatz.

In Spiraldynamik-Kreisen kennt sie jeder: Die beiden B's, die Barbaras für Tanz und Bewegung haben nicht nur den Vornamen gemein: Sie kommen aus der selben Fachrichtung – Tanz, Bewegung und Pädagogik. Sie stiessen gleichzeitig auf Spiraldynamik – was dazumal noch ausschliesslich für Leute mit Pioniergeist in Frage kam – und sie erarbeiteten sich als eine der ersten den Dozentenstatus. Sie machten Spiraldynamik zu ihrem Beruf. Das bedeutete in den Pionierjahren ebensoviel Bürde wie Würde: Die junge Wissenschaft brauchte alle professionellen Kräfte für Forschung und Entwicklung. Da gab es keine Fachbibliothek – die musste noch geschrieben werden. Wer Spiraldynamik anbieten wollte, stiess oft auf pure Skepsis: Wer sich selbständig machen wollte, brauchte nicht nur Mut, sondern die absolute Überzeugung – und die konnte mangels Hochglanz-Publikationen nur von innen kommen.

Beide haben es geschafft, indem sie überzeugten. Selbstverständlich fachlich spiraldynamisch, vor allem aber auch mit ihrem Unterrichtsstil, ihrer persönlichen, ansteckenden Begeisterung und der Fähigkeit, Klienten und Kursbesuchenden die neuen, inspirierenden Bewegungsmöglichkeiten und Lebensqualität vermitteln zu können. Aber nicht nur Einzelpersonen wurden begeistert: Es folgte rege Zusammenarbeit mit Berufsverbänden wie BGB und SBTG. So trugen sie wesentlich zur Etablierung der Spiraldynamik im Fachgebiet Tanz und Bewegung bei. Nach Jahren der engen Zusammenarbeit haben sie sich nun spezialisiert – Barbara Eichenberger im Kanton Aargau – mit dem Circle für Tanz und Bewegung, wo sie neben einem breiten Angebot auch Spiraldynamik-Fachkräfte ausbildet. Barbara Rust hat ihre Praxis im zürcherischen Wädenswil

eröffnet. Zusammen bleiben sie, was sie in den letzten Jahren waren: Ausbilderinnen für Spiraldynamikfachkräfte – ein eingespieltes Team mit umfassender Erfahrung und dem unverwechselbaren B&B Lehrstil. Und hier der O-Ton der beiden Bewegungsspezialistinnen zu den Themen Spiraldynamik und Bewegungslernen: Unsere Motivation, unsere Erfahrungen:

"Während unserer Ausbildung haben wir rasch erkannt, welch grosses Potential im Konzept Spiraldynamik steckt; für Unterrichtende und für Tanzende vom Laien bis zum Profi. Das Wissen um die Spiraldynamik hat unserem Unterricht eine neue Dimension gegeben, was wir als signifikante Qualitätsverbesserung und kreative Bereicherung empfinden. Spiraldynamik wollen wir aktiv als Marke im Tanz- und Bewegungsunterricht und in der Tanzszene positionieren und pflegen. Ein spiraldynamisch geschultes Auge erkennt, wie sich der menschliche Körper in Statik und Dynamik organisiert. Das rasche Erfassen von ungünstigen Haltungs- und Bewegungsmustern und präzise Korrekturen vertiefen die Qualität des Unterrichts und des Tanzens.

Dreidimensionalität im Raum als Gestaltungselement ist Tänzerinnen, Tänzern sowie Tanz- und Bewegungsschaffenden vertraut. Die Wahrnehmung für dreidimensionale Bewegungsmöglichkeiten in den Gelenken ist jedoch weniger im Bewusstsein. Muskulatur und Bänder verlieren Elastizität und Dynamik, die Bewegungsvielfalt wird mit der Zeit eingeschränkt. Daraus entstehen Fehl- und Überbelastungen, die zu Verletzungen, frühzeitiger Abnutzung und Schmerzen führen. Mit Spiraldynamik wird der Körper für anatomisch richtige Bewegung sensibilisiert und geschult."

Anatomisch richtige Bewegung in Training und Alltag dient der wichtigen Verletzungsprophylaxe und ist die Voraussetzung für langfristige Leistungsfähigkeit und Belastbarkeit des Körpers. Das Konzept der Spiraldynamik ermöglicht Tänzerinnen, Tänzern und Fachleuten aus der Tanzpädagogik ein erweitertes Bewusstsein für vertraute Bewegungsabläufe.