ESTA Info

STRING EUROPEAN TEACHERS ASSOCIATION E S T A
SCHWEIZ
SUISSE
SVIZZERA
SVIZZRA

Ausgabe 1/2020

FORUM DER EUROPÄISCHEN VEREINIGUNG DER STREICHERLEHRERINNEN UND - LEHRER

ÜBEN?!

efr. Ohne üben, wiederholen, automatisieren ist kein Lernen möglich, auch nicht mit dem Instrument. Nur: „Viel üben reicht offenbar nicht!“. Im ESTA Info 3/2019 haben wir über neue Forschungsergebnisse von US-Psychologen berichtet. Welche Umstände und Methoden führen zum Erfolg ohne stures Üben nach der Uhr zur Selbstbestätigung? Eine sehr fortgeschrittene Geigenschülerin mit dem Berufswunsch Violinlehrerin hat aufgrund eigener Erfahrung dieses Thema für ihre Maturarbeit gewählt, nach wissenschaftlichen Methoden bearbeitet und steht damit in der Finalausscheidung von „Schweizer Jugend forscht“ 2020. ESTA Info hat Aline Brunner um einen exklusiven Einblick in ihre Arbeit und eine aktuelle Literaturliste gebeten.

Seit elfeinhalb Jahren spiele ich mit Begeisterung Geige und habe mich immer wieder mit dem Thema Üben beschäftigt. Eine für mich prägende Erfahrung war der Unterricht bei einem Vertretungslehrer vor eineinhalb Jahren. Dieser schickte mich mit konkreten Übeanleitungen nach Hause. Mir wurde bewusst, dass mir die bisherigen Geigenlehrerinnen oft nur aufgetragen hatten, was ich bis zur folgenden Woche üben musste, nicht aber, wie dies am sinnvollsten zu bewerkstelligen wäre. So kam ich auf die Idee, im Rahmen meiner Maturaarbeit das Üben genauer zu untersuchen.

Führen individuelle Übemethoden zu mehr Motivation und Leistung?

Während sieben Wochen begleitete ich vier Geigenschülerinnen zwischen zwölf und vierzehn Jahren beim Üben. Ich entwickelte für sie ein individuelles Übekonzept mit dem Ziel, ihre Übezeit effizienter und motivierender zu gestalten.

Übeprotokoll

Datum: 9.5 — zeitlicher Aufwand: 20min.

Daran habe ich gearbeitet:	Schwierigkeit:
Fingerfit	A-Saite 2 Finger
Mohrentanz	Rutmus
(Thirsty Wort) nicht gereicht	

Datum: 10.5 — zeitlicher Aufwand: 15 min

Daran habe ich gearbeitet:	Schwierigkeit:
Kanon	
Mille regretz	Es war unrein gespielt
Song from the Show	A-Saite 2 Finger

Dabei flossen Theorien aus der Fachliteratur sowie eigene Erfahrungen mit ein. Zwischen den Frühlings- und Sommerferien 2019 besuchte ich die Jugendlichen wöchentlich zu Hause, besprach die vergangene Woche und erklärte ihnen die Übemethoden, die sie ausprobieren sollten. Ich stand ihnen als Übecoach zur Seite.

Die meisten der in der Fachliteratur beschriebenen Übemethoden sind mir bekannt, und ich habe sie bewusst oder unbewusst in meinen Übealltag integriert. Die für das Übecoaching ausgesuchten Methoden passte ich dem musikalischen Können der Schülerinnen an, indem ich sie vereinfachte oder mit meinen eigenen Ideen ergänzte: Wochenplan und Übeprotokoll; schwierige Stellen erkennen und Automatismen bilden; Üben durch Zuhören; Üben ohne Geige; Merkzettel; Übevariationen; Übe-Karte. Einige setzte ich bei allen Schülerinnen ein, andere nur bei Einzelnen. Drei davon werde ich hier genauer beschreiben:

Wochenplan und Übeprotokoll

In der ersten Übestunde richtete ich den Fokus bei allen Schülerinnen auf den organisatorischen Aspekt des Übens. Die Jugendlichen erstellten einen von mir gestalteten Wochenplan, worauf genau zu sehen war, wann sie an welchem Stück oder an welcher Übung arbeiten sollten. Fiel ihnen eine Übung leicht, wurde diese in den Hintergrund gestellt und nicht oft geübt, schwierige Stücke bauten wir im Wochenplan öfter ein. Pro Tag wurde höchstens an drei Stücken oder Übungen gearbeitet. Das Übeprotokoll hielt ausserdem fest, wie zufrieden die Schülerinnen mit ihren Übeleistungen waren. Auftretende Schwierigkeiten oder Stellen, die sie noch verbessern konnten, hielten sie ebenfalls im Protokoll fest, sowie die Dauer der Übeeinheit. Der Wochenplan bzw. das Übeprotokoll bot ihnen so einen guten Überblick. Nach zwei Wochen füllten sie den Plan selbstständig aus. Schnell entwickelten sie ein Gespür dafür, welche Aufgaben einer grösseren Gewichtung bedurften und welche nur kurz geübt werden mussten.

Fortsetzung Seite 5

Aufgeschoben ist nicht aufgehoben!

Der Corona-Virus durchkreuzte die Planung, und es musste schnell entschieden werden: Die Absage aller Flüge von Europa nach Amerika brachte die Entscheidung; und diese war richtig gewesen, wie sich bald herausstellte: Jegliche Arbeit, die nicht medizinisch nötig ist, wo sich Menschen nahe kommen, ist untersagt. Wir zählen zum Zeitpunkt des Redaktionsschlusses den 21. März 2020, das Datum des Workshops zur Alexandertechnik und der geplanten GV. Wir müssen zur

Fortsetzung Seite 6

The Performers' Choice
New Formula!
PIRASTRO
TONICA®
Violin
REG
Saiten
Handmade in Germany
PIRASTRO
TONICA
ROSIN
SEIT 1798
PIRASTRO®
MUSIKSAITEN
Strings Handmade in Germany
www.pirastro.com
1798 222 Years 2020

ESTA Jahresbericht 2019 / 24.2.19 – 20.3.20

Der Vorstand hat sich einmal zur Sitzung getroffen, am 16. November 2019 im Bahnhofbuffet Olten. Auch wenn Informationen und Arbeitskontakte im Wesentlichen elektronisch und telefonisch erfolgen, auch um Spesen zu sparen, ist das persönliche Gespräch mindestens einmal im Jahr unabdingbar. Die Generalversammlung ist am 23. Februar 2019 in den ESTA Impulsanlass in Zug integriert worden.

ESTA/EPTA - «Piano & cordes – gekonntes Zusammenspiel auf allen Stufen / Le jeu d'ensemble à tous les niveaux» (vergleiche ESTA Info 2/19). Zu diesem Thema trafen sich ESTA- und EPTA-Mitglieder am 30. März 2019 im Kirchgemeindehaus St. Peter in Zürich. Die ReferentInnen kamen aus Genève, Lausanne und Basel. Seminarsprachen waren Deutsch und Französisch, weil man sich bewusst auch an die KollegInnen aus der Romandie wenden wollte. Die beiden Verbände haben sowohl die Organisation wie auch die Kosten je zur Hälfte übernommen und sehr gut zusammengearbeitet.

Am 21. September 2019 hat ein sehr vielfältiger Fortbildungstag im Conservatoire Neuchâtel stattgefunden, in guter Kooperation mit der dortigen Musikschulleitung (vergleiche ESTA Info 3/19). Neben einer interessanten Vorstellung von Etüdenliteratur auf allen Niveaus waren Jazz Violine im Unterricht, Blattlesen und mittelalterliche Instrumente die Themen. Vizepräsident Davide Montagne hat wesentlich zur Gestaltung des Anlasses beigetragen und souverän durch den Tag geführt. Alle Anwesenden waren begeistert, aber die Anzahl der Teilnehmenden war zu klein.

Der für den 21. März 2020 in Zusammenarbeit mit der Musikschule Konservatorium Bern geplante Workshop mit Robyn Avalon, Santa Fe, NM, USA zum Thema „Playing with Ease – Mühelos spielen" musste aus übergeordneten gesundheitspolitischen Gründen abgesagt werden. Robyn Avalon hat die bekannte Alexander-Technik weiterentwickelt und ist weltweit sehr erfolgreich tätig als Kursleiterin bei Musikern und Spitzensportlern. Der Vorstand bemüht sich um eine Durchführung zu einem späteren Zeitpunkt.

Das ESTA Info, Fachzeitschrift und Publikationsorgan der ESTA Schweiz, erfreut sich grosser Beachtung. Positive Rückmeldungen und auch Anregungen bestätigen dies. Spontane Berichte von Mitgliedern über ihre eigenen Aktivitäten wären sicher von zusätzlichem Interesse bei den Mitgliedern. Die Inserateeinnahmen konnten auf weiterhin erfreulich hohem Niveau gehalten werden. - Die Überführung der ESTA Nachrichten (Mitteilungsblatt von ESTA Deutschland, Oesterreich und Schweiz) in die digitale Version ist per Januar 2019 realisiert worden. Die diesbezügliche Zusammenarbeit mit ESTA Deutschland erfolgt problemlos.

Die ESTA Schweiz Edition ist weiterhin gefragt und erfreut sich einer reibungslosen Zusammenarbeit mit dem Verlag Müller&Schade, Bern, vertreten durch Beat Lüthi. Dies ist nicht ganz selbstverständlich, weil der Verlag per 1. Juli 2019 an die Notenpunkt AG Winterthur verkauft worden ist. Verantwortlich ist neu Katharina Nicca, Geschäftsführerin Notenpunkt AG. Der Vertrag zwischen ESTA Schweiz und M&S konnte ohne Änderungen überführt werden.

Die 47. Internationale ESTA Konferenz fand vom 26.4.2019 bis 1.5.2019 in Cremona, Italien, statt (vergleiche ESTA Info 2/19). Die ESTA Schweiz war mit einer stattlichen Anzahl TeilnehmerInnen dabei und an allen Verbandssitzungen durch Präsidentin und Vizepräsident vertreten. Die für den 16. bis 20.4.2020 angesetzte 48. Internationale ESTA Konferenz in Porto, Portugal, musste aus gesundheitspolitischen Gründen ebenfalls verschoben werden und ist neu für den 10. bis 14.9.20 vorgesehen.

Die Jahresrechnung 2019 schliesst mit einem leichten Verlust ab, der jedoch geringer ausfällt als budgetiert. Die finanzielle Lage von ESTA Schweiz kann weiterhin als solide bezeichnet werden. Der Vorstand arbeitet ehrenamtlich und hält die Spesen sehr gering, wie Rechnung und Budget zu entnehmen ist.

Die Mitgliederzahl ist seit ein paar Jahren immer leicht rückläufig, so auch 2019. Die Abgänge wurden meist finanziell, mit dem Erreichen des Pensionsalters oder mit beruflicher Neuorientierung begründet. Es bleibt eine zentrale Aufgabe des Vorstands, junge Streicherlehrkräfte für die ESTA zu gewinnen und den Mitgliederbestand gesamtschweizerisch wieder zu erhöhen.

Als Präsidentin danke ich Esther Büeler für ihr Mitdenken sowie ihre effiziente und kompetente Führung des Sekretariats. Auch die Mitglieder schätzen ihre freundliche, verständnisvolle Art. Dem Vizepräsidenten Davide Montage und den VorstandskollegInnen danke ich für die positive Zusammenarbeit und das Einbringen eigener Kreativität. Zusammen werden wir uns einsetzen für ein inspirierendes, erfolgreiches ESTA-Jahr 2020.

Elisabeth Frei-Kuster, Präsidentin

Davide Montagne, Vizepräsident

MÜLLER & SCHADE
MUSIKALIEN SEIT 1850

Musizieren macht Freude!

Unsere Läden sind zwar geschlossen, wir sind aber telefonisch, per E-Mail und über noten.ch erreichbar. Bestellungen werden bearbeitet und per Post versandt, fehlende Artikel werden nachbestellt.

Musikalien seit 1850
Feiern Sie mit am 12. September

Müller & Schade AG
Moserstrasse 16
3014 Bern

031 320 26 26
musik@mueller-schade.com
www.noten.ch

Rapport d'activité de l'ESTA 2019 / 24.02.19 – 20.03.20

Au cours de l'exercice sous revue, le comité s'est réuni une fois en date du 16 novembre 2019 au buffet de la gare d'Olten. Même si les échanges d'information et les contacts professionnels ont été menés par voie électronique, notamment pour économiser des frais, il est indispensable de se rencontrer au moins une fois par an pour discuter ensemble. L'Assemblée générale a été intégrée à l'évènement d'impulsion de l'ESTA qui s'est déroulé le 23 février 2019 à Zoug.

ESTA/EPTA : «Piano & cordes – le jeu d'ensemble à tous les niveaux» (voir l'ESTA Info 2/19). Les membres de l'ESTA et ceux de l'EPTA se sont réunis à ce sujet le 30 mars 2019 dans la paroisse Saint-Pierre de Zurich. Les intervenants venant de Genève, de Lausanne et de Bâle, ce séminaire s'est tenu en allemand et en français dans le but de s'adresser également aux collègues de Suisse romande. Les deux associations ont partagé à parts égales l'organisation et les coûts du séminaire et ils ont très fort bien collaboré.

Le 21 septembre 2019, une journée de perfectionnement très variée s'est déroulée au Conservatoire de musique de Neuchâtel, en collaboration avec la direction de l'École de musique locale (voir l'ESTA Info 3/19). Outre une présentation intéressante de la littérature sur les études de tous les niveaux, les cours de violon jazz, le déchiffrage et les instruments médiévaux étaient les sujets abordés. Davide Montagne, le vice-président, a contribué de manière significative à l'organisation de l'évènement et a mené la journée avec brio. Toutes les personnes présentes étaient enthousiastes, mais le nombre de participants était trop faible.

L'atelier avec Robyn Avalon, Santa Fe, NM, USA, sur le thème «*Playing with Ease* – Jouer avec aisance», prévu pour le 21 mars 2020, en collaboration avec l'École de musique du Conservatoire de Berne, a dû être annulé pour des raisons de politique de santé primordiales. Robyn Avalon a poursuivi le développement de la célèbre technique Alexander et connaît un grand succès dans le monde entier en tant qu'instructeur de cours pour les musiciens et les athlètes de haut niveau. Le comité s'efforce de mettre en œuvre le cours à une date ultérieure.

ESTA Info, la revue spécialisée et l'organe de publication de l'ESTA Suisse, est fort apprécié. Les réactions favorables et les nombreuses suggestions le confirment. Il serait certainement fort intéressant que les membres fassent spontanément le récit de leurs propres activités. Les recettes publicitaires ont été maintenues à un niveau agréablement élevé. – La conversion des ESTA Nachrichten (bulletin d'information de l'ESTA en Allemagne, en Autriche et en Suisse) en une publication numérique a été réalisée en janvier 2019. La coopération avec l'ESTA Allemagne à cet effet se déroule sans heurts.

L'Édition ESTA Suisse, toujours très demandée, bénéficie d'une bonne coopération avec la maison d'édition Müller & Schade, Berne, représentée par Beat Lüthi. Cela ne va pas tout à fait de soi, puisque la maison d'édition a été vendue le 1er juillet 2019 à la société Notenpunkt AG de Winterthur. Katharina Nicca, la directrice générale de cette maison d'édition, en assume désormais la responsabilité. Le contrat conclu entre l'ESTA Suisse et M&S a pu être repris tel quel sans être modifié.

ESTA-Generalversammlung verschoben

efr. Die auf den 21.3.2020 in der Musikschule Konservatorium Bern angesetzte 46. ordentliche Generalversammlung der ESTA Schweiz musste aus übergeordneten gesundheitspolitischen Gründen verschoben werden. Sie ist neu für den **20.6.20** am gleichen Ort vorgesehen, zusammen mit einem derzeit evaluierten Weiterbildungsangebot.

Der für den 21. März 2020 in Zusammenarbeit mit der Musikschule Konservatorium Bern geplante Workshop mit Robyn Avalon, Santa Fe, NM, USA zum Thema „Playing with Ease – Mühelos spielen" musste aus den gleichen Gründen abgesagt werden. Der Vorstand bemüht sich um eine Durchführung zu einem späteren Zeitpunkt.

Le 47e Congrès international de l'ESTA a eu lieu du 26 avril au 1er mai 2019 à Cremone, en Italie (voir l'ESTA Info 2/19). L'ESTA Suisse y a pris part avec un nombre considérable de participants et elle était représentée à toutes les réunions de l'association par sa présidente et par son vice-président. Le 48e Congrès international de l'ESTA à Porto, au Portugal, prévue du 16 au 20 avril 2020, a également dû être reportée pour des raisons de politique de santé et est maintenant prévu du 10 au 14 septembre 2020.

Les comptes annuels 2019 ont été clôturés avec une légère perte qui est toutefois inférieure à celle prévue au budget. La situation financière de l'ESTA Suisse peut être qualifiée de solide. Ainsi qu'il ressort clairement des comptes et du budget, le comité travaille à titre bénévole et maintient les dépenses à un niveau très bas.

Le nombre de membres a été en légère baisse au cours de ces dernières années, il en a été de même en 2019. Les sorties s'expliquent principalement par des motifs d'ordre financier liés à l'atteinte de l'âge de la retraite ou à des réorientations professionnelles. Le Comité de l'ESTA a toujours pour principales tâches d'enrôler de jeunes professeurs d'instruments à cordes et d'augmenter ainsi sensiblement le nombre de membres sur l'ensemble du territoire suisse.

En tant que présidente, je tiens à remercier Esther Büeler pour ses réflexions constructives, de même que pour sa gestion compétente et efficace du secrétariat. Pour leur part, les membres apprécient grandement son amabilité et son empathie. Je tiens à remercier le vice-président Davide Montage et les collègues du Comité pour leur fructueuse collaboration et leur grande créativité. Ensemble nous nous engagerons pour faire de 2020 une année réussie, inspirante et prospère.

Elisabeth Frei-Kuster, présidente
Davide Montagne, vice-président

Traduction: Isabelle Montavon

Üben, Fortsetzung von Seite 1

Die wöchentliche Besprechung ermöglichte mir, die Übetätigkeit der Schülerinnen besser nachzuvollziehen.

Üben durch Zuhören

Hier spielten die Schülerinnen das zu übende Stück und nahmen sich dabei auf. Beim Anhören der Audio-Aufnahme versuchten sie, ihr Spiel kritisch zu beurteilen und auf die Stellen zu achten, mit denen sie unzufrieden waren. Sie übten diese, und beim erneuten Anhören versuchten sie, Veränderungen herauszuhören.

Merkzettel

Nach ein paar Wochen fiel mir auf, dass die Schülerinnen oft übten, ohne vorher zu überlegen, was ihnen die Geigenlehrerin zu den Stücken gesagt hatte. Ich führte die Methode «Merkzettel» ein: Die Schülerinnen riefen sich zu Beginn des Übens Tipps und wichtige Hinweise der Lehrerin in Erinnerung. Zudem überlegten wir gemeinsam, wie sie die schwierigen Stellen üben konnten. Beides notierten sie stichwortartig auf Haftnotizblätter und befestigten diese an den entsprechenden Stellen des Notenblatts.

Vor unserer Zusammenarbeit füllten die Schülerinnen einen Einschätzungsbogen zu ihrem Übeverhalten aus. Die Geigenlehrerin füllte einen ähnlichen Fragebogen aus. Am Ende des Übecoachings beantworteten Schülerinnen und Lehrperson nochmals dieselben Fragen. Auch wenn die Geigenlehrerin und ich nicht bei allen gleich grosse Veränderungen in ihrem Spiel bemerkt hatten, deckten sich die Rückmeldungen der Schülerinnen mit meiner Überzeugung: Ihre Motivation wurde gesteigert, und sie waren in der Lage, ihre Fortschritte zu erkennen.

Das Übecoaching hat gezeigt, dass es wichtig ist, auf die individuellen Fähigkeiten der Schülerinnen einzugehen, und dass angepasste Übemethoden massgebend zum Lernerfolg beitragen. Somit kann die zu Beginn gestellte Frage bejaht werden. Allerdings lässt sich diese Antwort nicht verallgemeinern. Um den Zusammenhang zwischen individuell angepassten Übemethoden und der Motivations- und Leistungssteigerung genauer zu untersuchen, müsste das Übecoaching u.a. über mehrere Monate und mit einer grösseren Anzahl Schülerinnen durchgeführt werden. Interessant wäre es herauszufinden, wie sich Alter, Geschlecht und musikalisches Niveau auf die Ergebnisse auswirkten. Ein weiterer spannender Aspekt wäre die Frage, wie die Lehrpersonen das Üben im Unterricht thematisieren.

Aline Brunner, Maturandin
Gymnasium Münchenstein
Finalistin «Schweizer Jugend forscht» 2020

aline.rahel.brunner@gmail.com

Literatur zum Thema «Üben»

Burzik, Andreas. «Mit Leib und Seele» üben - das Geheimnis der Meister. Eine ganzheitliche, körperorientierte Übemethode. In: Ruhnke, Ulrich (Hrsg). Das Orchester. Schott. Mainz. 2003

Burzik, Andreas. Die Kunst des Entstehenlassens - Lernen und Lehren nach Prinzipien der Selbstorganisation. In: Ruhnke, Ulrich (Hrsg). Das Orchester. Schott. Mainz. 2009

De Vree, Tom. Über das Üben - Ein Leitfaden für Musikstudenten, Musikschullehrer und deren Schüler. Karthause-Verlag GmbH. Minden/Westfalen. 1993

Giesecke, Mark Andreas. Clever üben, sinnvoll proben, erfolgreich vorspielen. Musikverlag Zimmermann. Frankfurt am Main. 1999

Guisto, Barbara. Gedanken zum effektiven Üben. 2015, *www.moz.ac.at/user/rwolff/LVAs/Trainingsgrundlagen/Gedanken_zum_effektiven_Ueben.pdf*

Harris, Paul. Die neue Leichtigkeit des Übens - Ein revolutionärer Ansatz für ein lustvolles, motiviertes und effektives Übe-Erlebnis. Faber Music. London. 2014

Hildebrandt, Horst. Gelingen und Gesundheit im Instrumentalunterricht – Physiologische Aspekte von Bewegungslernen und Körperwissen. In: Rüdiger Wolfgang (Hrsg.) Instrumentalpädagogik – wie und wozu? Schott. Mainz. 2018

Hildebrandt, Horst. Ankern statt Angst haben. 2018, *www.musikzeitung.ch/de/smz/printarchiv?q=Ankern+statt+Angst+haben*

Klickstein, Gerald. Beruf: Musiker - Ein Handbuch für die Praxis. Schott. Mainz. 2009

Künzler, Daniel. Wenn Kinder üben - Anweisungen und ihre Konsequenzen, ESTA Info 1/2018, Hrsg ESTA Schweiz

Mantel, Gerhard. Cello üben - Eine Methodik des Übens nicht nur für Streicher. Schott Musik International. Mainz. 1999 (erg. Aufl.)

Mantel, Gerhard. Einfach üben - 185 unübliche Überezepte für Instrumentalisten. Schott Musik International. Mainz. 2003 (3. Aufl.)

Schwarzenbach, Peter und Bryner-Kronjäger, Brigitte. Üben ist doof - Gedanken und Anregungen für den Instrumentalunterricht. Waldgut. Frauenfeld. 2005 (7. Aufl.)

Ottó, Szende. Psycho-physiologische Grundlagen des Übens und ihre Folgerungen für die Instrumentalpädagogoik. Universal Edition. Wien. 1983

Williams, Susan. Optimal Üben. 2017, *www.susan-williams.com/quality-practice/?/lang=de*

Wissner, Georg. Üben am Instrument - Übertragbarkeit der Expertiseforschung auf normalbegabte, populärmusikalisch interessierte Schüler. Tectum Verlag. Baden-Baden. 2018

Wolters, Gerhard. Üben ist cool…! - 10 einfache Tipps, damit Ihre Schülerinnen in 10 zusätzlichen Minuten effektiv und selbstmotiviert üben. Schriften der Akademie für musikpädagogische Innovation. Selbstverlag. Mühledorf. o.J.

Zittlau, Jörg. Wer 10'000 Stunden übt, kann ein Meister werden. 2013, *www.welt.de/gesundheit/psychologie/article115708816/Wer-10-000-Stunden-uebt-kann-ein-Meister-werden.html*

Aufgeschoben ist nicht aufgehoben, Fortsetzung von Seite 1

Kenntnis nehmen, dass in der Schweiz alle Treffen mit mehr als 5 Personen verboten sind.

Robyn Avalon unterrichtet seit mehr als 10 Jahren im Meadowmount Music-Camp, einem 7-wöchigen Trainingscamp für junge StreicherInnen und PianistInnen 5 Autostunden nördlich von New York. Im Sommer 2019 konnte ich selbst miterleben, wie sie dort mit unermüdlicher Energie ganze Klassen junger StudentInnen aus aller Welt in die «Geheimnisse» eines gut gestimmten Körpers einführt.

Dieses Sommercamp in der bezaubernden Natur der Adirondacks Mountains war ursprünglich in den 40er Jahren des 19. Jahrhunderts durch den in die USA emigrierten armenisch-russischen Geiger und leidenschaftlichen Pädagogen Ivan Galamian gegründet worden. Wer dorthin ging, wusste: 6 Stunden Üben im Kabäuschen unter strenger Kontrolle von Alumni und Assistenten war Pflicht, nur unterbrochen von Mittagessen, Einzellektionen oder Kammermusikproben. Michal Rabin, Pinchas Zukerman und Itzak Perlman sind einige der berühmten Schüler, die etliche Sommer ihrer Jugend dort verbrachten. Auch für mich als Alexandertechniklehrerin war es frappierend zu sehen, dass diese jungen ambitionierten MusikerInnen durch die Bank weg auf unsere Nachfrage hin zugaben, irgendwo Schmerzen zu haben oder technisch stecken zu bleiben. Nicht selten wurde kolportiert: «Meine Lehrkraft sagt, Schmerzen zu haben, das gehöre halt dazu.» Das mag auch mit der etwas in die Jahre gekommenen, in Meadowmount immer noch hochgehaltenen strengen russischen Tradition zu tun haben und dort extrem sein. Ich denke, dass jedenfalls heute in der Schweiz an den Hochschulen andere Möglichkeiten bestehen, um sein «Körperwissen» zu vertiefen, als früher.

Robyn Avalon schöpft aus einem riesigen Erfahrungsschatz, als Performerin, als Alexandertechniklehrerin, als Kraniosacraltherapeutin. Ihr von Ideen sprühender Gruppenunterricht ist legendär und immer ein Erlebnis. Mit viel Einfühlungsvermögen und didaktischem Können vermittelt sie ihr Wissen über den Körper. So wie alle StreicherInnen das Instrument vor dem Spielen stimmen, ist es auch möglich (und genauso wesentlich!), den eigenen Körper vor dem Spielen zu stimmen. Wie die vier Saiten zu stimmen sind, so sind vier Schlüsselzonen des Körpers zu stimmen und in Balance zu bringen — Schlüsselzonen, in denen sich besonders oft ungünstige Verhaltensmuster einnisten, die die natürliche Koordination stören.

Robyn Avalon vermittelt eine Art Gebrauchsanweisung, wie der eigene Körper in Einklang mit unserem Design benutzt werden kann. Sie hilft dabei, die eigene *Software* (die eigenen gedanklichen Vorstellungen darüber, wie der Körper funktioniert) so upzugraden, dass sie genau zur *Hardware* (Anatomie) passt und dadurch Zugang zu mehr Leichtigkeit, Flexibilität und Stärke verschafft. In Einklang mit dem Design zu arbeiten, gewährleistet eine lebenslange verletzungsfreie Laufbahn und befähigt uns, Müdigkeit, Verspannung und Überanstrengung in nutzbringende Energie umzuwandeln. Eine gute Körperdisposition ist Grundvoraussetzung nicht nur für technisches, sondern auch für künstlerisch musikalisches Gelingen.

Hoffentlich hat diese Coronakrise bald ein Ende, so dass wir den Workshop nachholen können.

Elisabeth Stähelin, Violinlehrerin/Alexandertechniklehrerin, Basel

elisabethstaehelin@bluewin.ch

Erste Liechtensteinische Versicherung www.uniqa.li

UNIQA

«Tafel- und Tanzmusik» - eine üppige, abwechslungsreiche Konzertreihe

Der Verein Megliodia feiert 2020 sein 10jähriges Bestehen mit einer Konzertreihe unter dem Motto *„Tafel- und Tanzmusik“*. Inspirieren liess er sich von den grossen Renaissance- und Barockfesten, die oft mehrere Wochen dauerten. Megliodia feiert aber grad ein ganzes Jahr lang – mit Konzerten, mit gemeinsamem Singen, mit einer Ballnacht und natürlich mit grossen Tafeln voller Köstlichkeiten.

Mit zwei *„Kraut und Rüben“-Konzerten* startete im Januar die Konzertreihe: der prächtige historische Saal der St. Galler Militärkantine mit seinen langen gedeckten Tafeln bis zum Bersten voll, das Essen fein, das Publikum ausgelassen. Und mittendrin musizierten auf und neben der kleinen Bühne Kinder und Jugendliche zwischen 7 und 17 Jahren mit ansteckender Freude. Aus einer Fülle von Kompositionen, in denen es ums Essen ging, entstand ein reichhaltiges musikalisches Menu, welches das Team der Militärkantine eins zu eins nachgekocht und aufgetischt hat.

Im März und April steht bei zwei Konzerten die Barockmusik im Vordergrund: Im legendären St. Galler Restaurant National wird zu *„Catches und Chäschüechli“* eingeladen. Das Singen von Catches (Kanons) war im 17. und 18. Jahrhundert in England ein beliebter Zeitvertreib. Man traf sich in Tavernen oder Bierlokalen, wo Komponisten und ihre Freunde die wunderbar melodiösen, im Text aber oft zweideutigen Lieder vortrugen. Mit *„Wie Fürsten festen“* gewährt Megliodia dem Publikum einen Einblick in die verschwenderischen Feste des Barocks.

Während der *Musiktage für Tiefe Streicher* im Schloss Wartegg dreht sich – neben dem im Zentrum stehenden Musizieren auf Celli und Kontrabässen – alles ums Kochen. Die Kursteilnehmenden besuchen Koch-Ateliers, üben sich im Gemüseschnitzen und gehen im Schlosspark auf Wildkräutersuche. Was da während der Musikwoche alles angerührt, gebraut und gebacken wurde, davon wird das Publikum im Anschluss an das Schlusskonzert beim grossen Apéro kosten können.

Im November wird das Jubiläumsjahr mit einer rauschenden *Ballnacht* ausklingen. Ein grosses Jubiläumsorchester mit Kindern und Jugendlichen spielt zum Tanz auf. Mit Pauken und Trompeten wird das Publikum im Festsaal empfangen und ist danach herzlich eingeladen, unter fachkundiger Anleitung alte Tänze kennenzulernen. In den Tanzpausen wird nach barockem Vorbild ein üppiges Buffet aufgetragen.

Informationen zur Konzertreihe unter:
www.megliodia.ch

megliodia

Gerhard Oetiker, Cello-Lehrer, Gründer/Leiter Musiktage für Tiefe Streicher, St. Gallen
goetiker@sunrise.ch

STREICHINSTRUMENTE
BAROCK • KLASSISCH • MODERN BOGEN

Neubau von
Instrumenten und Bogen

Reparaturen/Restaurationen
Reglagen

Handel mit alten und neuen
Instrumenten und Bogen

Beratung/Schätzung
Gutachten/Expertisen

Mietinstrumente für Anfänger
und Musiker/Zubehör

Seit 1969
RAST
Geigenbauer

Forchstrasse 244
CH-8032 Zürich
Mühle Hirslanden

+41 (0)44 422 43 43
info@rast-violins.ch
www.rast-violins.ch

Wir suchen / Ich biete an

ESTA bietet neuen Online-Service für Stellvertretungen

ri. Immer wieder gelangen MusikschulleiterInnen und Streicherlehrkräfte an die ESTA: Wir suchen dringend jemanden für eine Stellvertretung wegen Krankheit oder Unfall bzw. Ich würde gerne Stellvertretungen übernehmen. ESTA Schweiz bietet ab 1. Juni 2020 auf *www.esta-suisse.ch* den gewünschten Service.

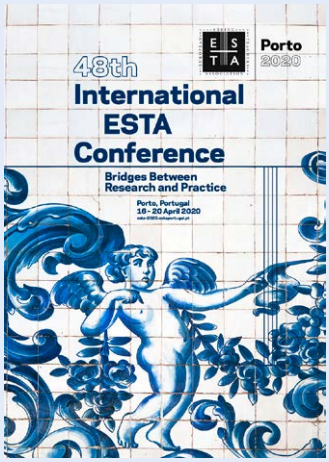
Für MusikschulleiterInnen und Streicherlehrkräfte
Wir suchen eine Stellvertretung im Musikschulunterricht/Privatunterricht im Fach…

Für Streicherlehrkräfte
Ich interessiere mich für Stellvertretungen im Musikunterricht im Fach…

- ○ Violine
- ○ Bratsche
- ○ Cello
- ○ Kontrabass
- ○ Streicherensemble

Kontakt: ……

- ➢ Kostenlos für MusikschulleiterInnen und ESTA-Mitglieder für 1 Jahr
- ➢ CHF 50.00/Jahr für Nicht-Mitglieder



Verschoben auf 10. – 14. September 2020, Porto/Portugal
Bridges between Research and Practice
www.esta-2020.estaportugal.pt

Neue Mitglieder der ESTA Schweiz

Januar – März 2020

Dodds Regula, Luzern, Violine
Koci Lucie, Sarnen, Violine
Isler, Irniger, Sennhauser, Geigenbaumeister AG, Zürich
Philippe Pasquier, Geigenbauer, Il violino, Zug

Agenda

5. - 11. Juli 2020, Schloss Wartegg, Rorschacherberg
19. Musiktage für Tiefe Streicher (Cello/Kontrabass)
Leitung: Gerhard Oetiker, Violoncello
Aline Spaltenstein, Kontrabass
Annina Stahlberger, Orchesterleitung
goetiker@sunrise.ch, www.megliodia.ch

Impressum

ESTA Info ist das Mitteilungsblatt der ESTA Schweiz.

Herausgeberin:
ESTA (European String Teachers Association) Schweiz
Esther Büeler, Sekretariat
Steinerstrasse 27
CH-6416 Steinerberg
Tel. / Fax: +41 41 832 20 63
esta-sekretariat@gmx.ch
www.esta-suisse.ch

Redaktion:
Elisabeth Frei-Kuster
elisabeth.frei@gmx.ch

Konzept und Beratung:
fp-consulting, CH-8002 Zürich

Druck:
Reprotec AG, CH-6330 Cham

Auflage: 1'600 Exemplare

Atelier für Geigenbau
Michael A. Baumgartner
Luthier - expert

An- und Verkauf von neuen und alten Meisterinstrumenten & Bogen;
Schülerinstrumente & Bogen; Etuis; Saiten; Zubehör.

Servicearbeiten; Reparaturen; Restaurationen
Neubau & Kopien nach alten Meistern

Beratungen; Wertschätzungen; Expertisen

Totengässlein 7, CH-4051 Basel
Tel. 061.261.45.38 Fax 061.263.97.18
baumgartner@magnet.ch

Öffnungszeiten: Dienstag bis Freitag: 10.30 – 12.30 & 14.15 – 17.15
Samstag: 10.30 – 12.30 & 14.15 – 16.00
(Montag geschlossen)

Offizieller CH-Importeur LARSEN-STRINGS A/S