



Einsteigen bitte!

Ein Kurs für die Entdeckung einer neuen Welt.



Foto: Fabjola Biraci

Leitung Josefina Krumm

- Akkreditierte Playback Theater Leiterin APTT
- Fachexpertin Gesundheitsförderung
- Kunsttherapeutin (ED) Fachrichtung Drama
- Kontakt: josefine@krumm.ch
079 688 61 47

Einsteigen bitte, in die Kunst der Improvisation und ins Playbacktheater. Hier darfst du Spontaneität üben und Verbundenheit erfahren. Improvisation wird originell, wenn das Nächstliegende aufgegriffen wird, statt nach Einfällen zu suchen. Übungen aus dem Improvisationstheater inspirieren, lassen uns den ersten Gedanken akzeptieren und was daraus machen. Ja und!

Playbacktheater ist ein sozialer Event und dient dazu, Erfahrungen zu hören und zu spielen. Ethisches Bewusstsein, ästhetische Ausdrucksfähigkeit mit Körper und Stimme, Reflexionsvermögen, eine hohe Qualität des Zuhörens und des Sich-In-Den-Dienst-Einer-Geschichte-Stellens ist bei dieser Theaterform gefordert. Playbacktheater unterstützt Menschen darin, gehört zu werden.

Du bringst den Willen und die Bereitschaft dich einzulassen mit? Dann buche dein Ticket.

Ort: Atelier YELLOW
Alpinitstrasse 5 B, 5614 Sarmenstorf
ÖV: Haltestelle Sarmenstorf Schulhaus; Anreise PW: Gratis-Parkplatz vor dem Haus.

Abschluss Bestätigung

Kosten: Strecke 1: Fr. 150.-; Strecke 1&2 Fr. 450.-; Langstrecke 600.-

Teilnehmende: Max. 9 interessierte Personen

Bewegungsfreundliche Kleidung

Versicherung ist Sache der Teilnehmenden



Einsteigen bitte!

Ein Kurs für die Entdeckung einer neuen Welt.

Programm

Herhören und hinstehen. Strecke 1

Samstag, 30. August 2025, 10:00 – 13:00 & 14:00 – 17:00 Uhr

Improvisation, den ersten Gedanken akzeptieren. Was ist eigentlich Theater? So tun als ob, agieren ohne zu zögern. Einblick in die Narrative Reticulation, eine Theorie für einen Rundumblick auf der (Lebens-) Bühne.

Montag, 8. September 2025, 16:00 – 19:00 Uhr

Formen Playbacktheater «short forms» und persönliche Geschichten, Ereignisse.

Halt auf Verlangen. Aus- oder Umsteigen zu Strecke 2

Montag 15. September 2025, 16:00 – 19:00 Uhr

Playbacktheater «intermediate forms» und persönliche Geschichten

Montag 22. September 2025, 16:00 – 19:00 Uhr

Musik und Playbacktheater «long forms» und persönliche Geschichten

Montag 13. Oktober 2025, 16:00 – 19:00 Uhr

Playbacktheater «long forms» Echos in persönlichen Geschichten;

Montag 20 Oktober 2025, 16:00 – 19:00 Uhr

Playbacktheater «long forms», «Arc of Performance», Ethik

Halt auf Verlangen. Aus- oder Umsteigen zu Strecke 3

Sonntag, 16. November 2025, 16:00 – 19:00 Uhr

Bühne, Aufführung, offene Probe, zusammen mit gehdicht.ch

Montag 17. November 2025, 16:00 – 19:00 Uhr

Auswertung, Reflexion, Abschluss mit Zertifikat 30 Stunden Selbsterfahrung, anerkannt für das Portfolio von Kunsttherapie-Studierenden.

Bitte alle aussteigen. Die Fahrt geht später weiter.

Bitte beachte das Kleingedruckte. Folgende Symptome könnten sich nach dem Kursbesuch einstellen:

- Deine Intuition könnte dich künftig vermehrt bei Entscheidungen hilfreich begleiten.
- Vereinzelt kann es zu hemdsärmeligem Anpacken kommen, dort wo Unterstützung nötig ist.
- Eine gesteigerte kreative Neugier ist in allen Fällen der bisherigen Versuchsgruppen nachweisbar.
- Wertschätzende Aussagen zu eigenen und Erfolgen von anderen verlauten vermehrt im sozialen Umfeld. Die Aufrichtung der ganzen Person ist in Einzelfällen beobachtbar und hochansteckend.
- Das Auftreten einer erquickenden Kontaktfreude wurde beobachtet, die nach Meinung der Fachpersonen jedoch keine beachtliche Gefahr darstellt.
- Verhärtete Strukturzwänge mutieren zu ästhetischen Ordnungen, in denen ein Quäntchen Chaos Platz hat.
- Eine nicht mehr wegzudenkende Lebensfreude fegt die hartnäckige Eigenschaft, sich ständig mit anderen vergleichen zu müssen und dabei schlecht abzuschneiden, ein für alle Mal vom Tisch.

Wenn du in der Vergangenheit deine Lebendigkeit zunehmend vermisst hast und nicht sicher bist, wo sie zu finden sei, ist der Besuch dieses Kurses angeraten. Fälle von Überdosierung sind nicht bekannt.