

SomeBodies

present:

PROUDLY

– Über die Beziehung mit dem eigenen Körper –
Zeitgenössischer Zirkus und Tanztheater

Vier Artisten konfrontieren sich mit dem eigenen Spiegelbild.

Im Mittelpunkt steht der Kult um den perfekten Körper.

Angst und Scham begegnen Humor und Freude an der Bewegung.

Das einstündige Stück besteht aus Elementen des

- Zirkus: Akrobatik, Jonglage, Cyr Wheel
- Tanzes: Zeitgenössischer Tanz und Kontakttanz
- Schauspiels: Pantomime und Physical Theatre

Es wird eingerahmt von

einem interaktiven Einlass, in dem jeder Zuschauer bewusste Entscheidungen zwischen dem „bequemen Weg“ und dem „anstrengenden Weg“ trifft, sowie einem gemeinsamen Ausklang, in dem Platz für persönliche Reflektion und Gespräch geboten wird.

SomeBodies

– Das Kollektiv –

Wir sind vier
Körper in Bewegung.

Wir performen auf der Straße,
Offen für Begegnung
Mit uns selbst und anderen Menschen
Und bringen das auf die Bühne.



PROUDLY

– Das Stück –

Jeder hat eine eigene Geschichte mit seinem Körper. Oder sollte man besser sagen: mit sich selbst?

Spiegel. Sofa. Schokolade.

Gefalle ich mir heute? Möchte ich mich um jeden Preis ändern?
Und was ist der Preis?

Mit diesen Fragen setzen sich unsere Körper auseinander. Ohne viele Worte, dafür mit viel Bewegung. Und mit wenig.

Wir teilen intime Erfahrungen von Liebes-, Feindschafts- und Freundschaftsbeziehungen mit unserem Körper. Ohne Angst, über uns selbst zu lachen. Wir teilen sie untereinander und mit dem Publikum.

Dabei sehen wir uns selbst zu dick, zu klein, zu unnormal. Und dann doch schön, stark und mutig.

Was hat sich geändert?



TECHNISCHE DATEN

Dauer	Eine Stunde plus Einlass und Ausklang
Genre	Zirzensisches Tanztheater, humorvoll-absurd
Artisten	Milena Schulz (DE), Sebastián Gonzales (CHL), Mark Ustrup (DK), Lara Brandstetter (DE)
Dramaturgie	Lara Brandstetter
Disziplinen:	Partner- und Bodenakrobatik, Zeitgenössischer Tanz, Cyr Wheel, Jonglage, Kontakttanz, Physisches Theater, Pantomime
Musik:	Henry Brandstetter
Requisiten:	Spiegel, Kleidung, Sofa, Lebensmittel
Spielplan:	Premiere: 29. 30. 31. Mai Sechs Aufführungen im Theater Expedition Metropolis, Mai 2022, weitere Auftrittstermine in Planung (Unidram Festival, PAF-Festival, Circa (Auch, Fr)



BEISCHAF

Es war einmal ein kleines Schaf

Das fraß Gras und war behaart.

Eines Frühlings hüpfte ein Spatz an sein Ohr und flüsterte

„Schämst du dich gar nicht, unrasiert draußen herumzulaufen?“

Da rasierte es sich die Schafshaare und war fortan nackt im
Intimbereich. Der Rest blieb hübsch bedeckt...

Der Spatz aber baute sich ein flauschiges weißes Nest

Bald sah man viele kleine Spatzen in hübschen weißen Nestern

Und viele nackte Schäfchen

Als endlich der Sommer lachte

Kam der Bauer und schor die Schafe.

Außer im Schambereich, denn da waren die Haare noch zu kurz.

So kam es, dass bald alle Schafe nackt waren

Nur noch einen kurzen Lendenschurz anhattten.

Das kleine Schaf musste über diesen Anblick so lachen, dass es
vergaß, sich zu schämen...

– Lara Brandstetter –

Notiz zur Intention

Das Selbstvertrauen steigt erwiesenermaßen erheblich, sobald man beginnt, sich um den eigenen Körper zu kümmern.¹

PROUDLY beschäftigt sich mit Ursachen von Bodyshaming und Interventionsmöglichkeiten. In diesem Sinn ist unsere Kreation als Auseinandersetzung mit dem Leib-Seele-Problem² zu verstehen. Wir sind mehr als unser Körper. Und doch ist unser Geist das Produkt chemischer Prozesse in unserem Gehirn, gepaart mit Erbgut und Lernen durch Umwelteinflüsse. Doch wo beginnt unser Freier Wille? In wieweit sind wir frei, uns selbst zu gestalten?

Können wir unser Glück beeinflussen, indem wir unser Bestes geben; uns selbst beweisen, zu was wir fähig sind?

Müssen wir das überhaupt?

Ist Schönheit ein Geschenk? Oder harte Arbeit? Was ist schön?

Müssen wir schön sein? Wir müssen gar nichts. Für uns bedeutet Schönheit genau das: sie ist in allen und allem. Doch nur ein Sein, das sich nicht schämt, zu sein, kann sich auch schön fühlen. Und wer sich schön fühlt, kann auch entspannter sein, glücklicher, gesünder. Gerade im Jugendalter kann es vorkommen, dass verletzende Kommentare zu Gleichaltrigen abgegeben werden: Zur Normkristallisierung der eigenen Standards – in dem Sinne Selbstschutz – oder schlichtweg aus Unkenntnis über die Andersartigkeit anderer Körper. Solche Kommentare können jedoch weitreichende Folgen haben. Auf humorvolle Weise wird Angst vor schambehafteten Gedanken genommen und eine gemeinsame Gesprächsbasis geschaffen.



Geschichten, die wir am eigenen Körper erlebt haben: ein Kind, dass von den anderen um seine Sportlichkeit beneidet wird, nimmt sich plötzlich selbst zurück. Ein Jugendlicher, der eine Trichterbrust hat, denkt, er werde nie eine Freundin haben. Auch mit dem Erwachsenwerden wird es nicht unbedingt besser. Wie oft am Tag steht die Zwanzigjährige vor dem persönlichen Zerrspiegel und fragt sich „Wenn ich nur fünf Kilo leichter wäre... Dann wäre alles einfacher“

Wie also kommen wir zu dieser Nicht-Scham? Was ist überhaupt das Gegenteil von Scham? Offenheit? Hemmungslosigkeit? Oder wie wäre es mit: Akzeptanz. Unserer Meinung nach ist es essentiell, gerade jetzt, nach Homeschooling und geschlossenen Sportvereinen, Wege zu finden, sich mit dem eigenen Körper zu beschäftigen und ihn zu pflegen, um selbstbewusst sagen zu können: „Das bin ich“. Wie oft haben wir gehört: „Dein Körper ist schön. Akzeptiere ihn, so wie er ist!“ – „Ja, kein Problem, wenn das so einfach wäre...“ Es gehört mehr zum „Sich-Schön-Fühlen“!

Das Bewusstsein, fähig zu sein. Gebraucht und geliebt zu werden.

Wir möchten ein Statement setzen: Gegen das Müssten – aber für das Wollen.



Lara Brandstetter

www.larakraft.de

lara.kraft@mail.de

Performance

Tanztheater

Luftartistik

LARA KRAFT

ist energetisch, charismatisch und voller Schaffenslust.

Egal ob auf der Bühne, auf der Straße oder privat: sie bewegt – Herzen und Körper.

In Jahren voller Reisen, Training und verschiedensten Tätigkeiten hat sich ihre Kindheitsvision von der glitzernden Zirkusmanege hin zur zeitgenössischen, sich selbst immer neu erfindenden Performancebühne entwickelt.

Ihre eigenkreierte Zirkusdisziplin, das „Scalez“ (s. Foto links), entwickelte sie während ihrer Artistikausbildung an der FLIC scuola di circo in Turin / Italien.
(Videomaterial s. <https://www.larakraft.de/videos>)



Ihr Fokus liegt außerdem auf einer akrobatischen Form des Contact Dances und auf Physical Theatre (Formation an den Schulen „Atelier di teatro fisico Philip Radice“ (Turin) und „DIE ETAGE“, Berlin).

Seit ihrer Jugend ist sie auf Bühnen und Straßen in Deutschland, Costa Rica, Mexiko und Italien unterwegs (u.a. Friedrichsbau-Variété Stuttgart, Circo Fantazztico, Gym D'Car, Spazio Flic, Lavazza Turin).

Aktuell ist Lara als freiberufliche Künstlerin seit August 2020 Teil des Ensembles „Des Teufels Küche“ (<https://www.teufelskueche.org/>). Außerdem ist sie zu sehen in Live- und Videoperformances, auf Hochzeiten und in Straßenshows, zB. Mit der Gruppe „Snowmen“.

Es gibt für sie nichts Inspirierenderes als den Blick in die Augen eines Menschen –

Die Augen für ihr Publikum zu öffnen und es ganz tief hineinschauen zu lassen.

SEBASTIAN GONZALES

Sebastian ist schon vor 40 Jahren in Santiago de Chile geboren und engagiert sich seit dem Jahr 2000 in der Zirkuskunst.

Leidenschaftlicher Jongleur – darum hat er diese Disziplin zum Zentrum all seiner heutigen artistischen Interessen gemacht.

Ausgehend von der Jonglage wurde er Theater- und Zirkusclown, Mime, Tänzer, Theaterschauspieler, Handstand- und Hand-To-Hand-Artist.

Auch die anderen Zirkuskünste sind ihm nicht fremd – dank seines Aufenthaltes an der „Escola Nacional de Circo do Brasil - ENC, Rio de Janeiro“.

Seit 2012 in Frankreich zuhause, studierte er Philosophie, Soziologie und Anthropologie an der Universität „Jean Jaurès“ in Toulouse, um einmal mehr seine Weltsicht und Kenntnisse zu erweitern.

Darauf folgte ein Master 2 EDCS (Création Scénique Ecriture Dramatique), der ihn der Theorie des Tanzes und Theaters noch näherbrachte.

Ein noch größerer Teil seiner Bildung jedoch ist autodidaktisch und mit selbst ausgesuchten Lehrern entstanden.

Sebastian hat eine Vorliebe für Auftritte im öffentlichen Raum, deren Einkünfte ihm bereits eine Vielzahl von Reisen ermöglicht hat. Zurzeit ist er Hilfslehrkraft in den Zirkuskünsten an der Universität Jean Jaurès.



Mark Ustrup

Akrobatik – Breakdance – Jonglage – Drumming

Ausdruck und Emotionen über Bewegungen zu teilen ist Marks wahre Leidenschaft.

Im Jahre 2016 entdeckte er, dass ein Körper mehr ist als nur ein Stück Fleisch, in dem er lebt.

Er sagt: „Mein Körper ist mein Zuhause, voller Wunder und Sensationen...“:



Nun lebt er in Berlin: diese Stadt bringt ihn zu vielen verschiedenen Bewegungsstilen und – philosophien: von Zirkus über Kickboxing, Contact Dance, Somatic Movement & WuTao. Er lernt Zirkuskunst im dritten Jahr an der Schule für die darstellenden Künste „DIE ETAGE“ in Berlin, in der er sich auf Jonglage und Floor Acrobatics spezialisiert hat.

Seine Auftrittserfahrungen gehen von dreckiger Straße (zum Beispiel mit der Gruppe „Snowmen“ in Berlin) über feinste dänische Konzerthallen bis hin zu Theatern in Polen und den Niederlanden (Musikhuset DK; Dutch National Opera and Ballet, boat performance „Opera Dilemma“ NL; Theater on the go Lodz, PL).



MILLIE TURNADO

Ist eine zeitgenössische Zirkusartistin aus Berlin mit einer Affinität für runde Objekte.

Sie hat sich auf die Disziplinen Cyr Wheel und Hula Hoop spezialisiert, dabei fließen Tanz und Improvisation in ihre Performances mit ein.

Nach einer Jugendzirkusvergangenheit und ca. 1000 km Fahrradfahren durch die Welt entschied sie sich, das Rad aus einer neuen Perspektive zu betrachten. Sie lernte das Cyr-Wheel kennen und verliebte sich in das Drehen, Fallen und Fangen. Im Kreis ihrer Zirkusdisziplinen fand sie ihre ganz eigene Ausdrucksfreiheit.

Im Spiel nutzt Millie ganz natürlich den Raum um sie herum, bricht die Konventionen der traditionellen Zirkustechniken und dabei auch mal den einen oder anderen Hula Hoop-Reifen, um neue Formen und Umgebungen zu entdecken. All das fließt in einem intuitiven, intensiven Dialog zwischen ihr und dem Objekt zusammen.

Dank starker Gemeinschaft und Verbundenheit liebt Millie liebt den Zirkus. Dabei fasziniert sie besonders der unmittelbare Kontakt mit dem Publikum.

Außerdem findet sie Inspiration in der Farbe Pink, der Gärtnerei, dem Geruch Indiens und im Feminismus.

Ihre Ausbildung absolviert sie von 2018 bis 2021 an der Zirkusschule DIE ETAGE.

In den letzten Jahren hatte sie Gelegenheit, sich im Zirkus Mond, im Katapult, auf dem Karneval der Kulturen und verschiedenen Open Stages zu präsentieren. Zudem war sie als Streetperformerin und in Sitespecific-Performances (Brand e.V.) zu sehen.

HENRY BRANDSTETTER - MUSIKDESIGN

Unter seinen Pseudonymen "Orinch" und "Henry Hicut" produziert Henry Brandstetter HipHop, Pop und Elektronisches.

Er schreibt Lyrics, singt, rappt, mischt und mastert.

Kompositionen und Sounddesigns für Filme und Theaterstücke zählen ebenso zu seinen Arbeitsgebieten.

Aufgewachsen in der Nähe von Hannover, zog es ihn 2014 nach Berlin, wo er neben einem FSJK im Theater an der Parkaue an verschiedenen Musikprojekten beteiligt war.

Seit 2018 studiert er Musikdesign in Trossingen, Baden-Württemberg.



QUELLENVERZEICHNIS

1: Bund, Andreas. Übersicht über wissenschaftliche Arbeiten zur Korrelation zwischen Selbstwirksamkeit und sportmotorisches Lernen

https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUKEwiv8vaRkNvwAhWQC-wKHRN4DgEQFjABegQIAxAD&url=https%3A%2F%2Fwww.pedalo.de%2Fmedia%2Fpdf%2F6f%2F6e%2F1d%2FTU_Andreas-Bund_Selbstvertrauen_und_Bewegungslernen.pdf&usg=AOvVaw2vsIDtHZvfaXCigvtjRWSS

2: Wir beziehen uns hier auf das Leib-Seele-Problem nach Réné Descartes.

Beckermann, Ansgar. Studienbrief, Fernuniversität Hagen

https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUKEwj2_bifNsN3wAhUawQIHHbF2DS8QFjAAegQIBBAD&url=https%3A%2F%2Fvu.fernuni-hagen.de%2Flvuweb%2Flvu%2Ffile%2FFeU%2FKSW%2F2020SS%2F03376%2Foeffentlich%2F03376-7-01-S1%2BVorschau.pdf&usg=AOvVaw19RVnvRErWeFvdqr78ioEk