

Bodypercussion und Mentales Training

Referent: Hakim Ludin

AG 12, Freitag, 20. Mai 2011

Die AG "Bodypercussion und Mentales Training", des Referenten Hakim Ludin aus Karlsruhe am 20.05.2011 war mit über 135 Teilnehmern gut besucht.

Hakim Ludin konzentrierte sich auf die Vermittlung von rhythmischem Verständnis anhand der südindischen Silbensprache Kannakol. Die Übungspunkte im Einzelnen waren folgende:

1. Mit speziellen Bodypercussion-Übungen wurde gelernt, zunächst die eigene Konzentrationsfähigkeit zu steigern und den Geist auf sich selbst zu lenken.
Übungen zur Unabhängigkeit und Wiederholung dienten dabei der Erfahrung der eigenen Möglichkeiten.
2. Wiederholungen und Variationen führten zu positivem Lerneffekt und einer „Can do“-Erfahrung.
3. Im nächsten Schritt, dem gemeinsamen Spiel in der Gruppe wurde anhand einfacher Rhythmen und rhythmischer Phrasen die „Kraft der Gruppe“, d.h. Motivation und Synergien erlebt und unmittelbar erfahren.

Methodisch stützte sich Hakim Ludin auf alte Rhythmik-Traditionen aus unterschiedlichen Kulturen. Damit wurden die Konzentration und die Unabhängigkeit geschult.

Das Feedback der Teilnehmer war durchweg positiv, man war von der ungewöhnlichen Intensität der Inhalte sowie der sympathischen Art und Weise des Unterrichtens von Hakim Ludin sehr angetan.

Hakim Ludin ist ein anerkannter Musik-Trainer mit jahrzehntelanger Erfahrung im Unterrichten von Individuen und Gruppen. Seine Workshops sind gefragte Veranstaltungen mit hohem Motivationsfaktor für alle Beteiligten.

Als Live-Musiker ist er einer der progressivsten Percussionisten der internationalen Szene. Er tourte als Drummer und Percussionist mehrfach mit Konstantin Wecker - im Ensemble und als Duo.

Informationen zu Hakim Ludin stehen online unter: www.hakimludin.de