

P **a** **d** **r** **t** **i** **t** **t** **u** **r**
Ausgabe No. 7 - Januar 2007

• **Holz** **h** **ü** **s** **e** **r** **M** **u** **s** **i** **k** **e** **r** **Z** **i** **t** **t** **i** **g** **•**

Für alle Freunde, Mitglieder und Musiker des Holzhauser Musikvereins

Besuchen Sie uns auch
bald im Web.

K **U** **N** **D** **E**

Blasmusikverband

Beim 26. Verbar
- Ensen

Jug

in der Alter

mit se

teilg

Lampenfieber oder Auftrittsangst?!!!???

Herzklopfen, weiche Knie, feuchte Hände.....wer hatte das noch nie.....

Irgendwie gehört es wohl dazu, doch für viele ist es einfach nur ein Problem. Irgendwie fühlt es sich ein wenig so an wie bei den ganz wichtigen Rendezvous in der Pubertät, ist beinahe so wie Schmetterlinge im Bauch, manchmal ist es aber auch noch viel schlimmer. Lampenfieber entsteht nie, wenn man allein ist, immer hat es mit anderen Menschen zu tun, jenen, die von uns eine Rede erwarten, jene, für die wir auf einer Bühne spielen, singen, tanzen, musizieren. Der Moment, in dem wir uns dieser Aufgabe stellen, hat etwas mit ausgeliefert sein, mit Schutzlosigkeit, mit Selbstentblößung zu tun. Schaffen wir es, die Erwartungen der anderen zu erfüllen, all derer, die uns plötzlich anschauen, jede Rührung verfolgen? Können wir unser Schamgefühl überwinden, unsere Nervosität verbergen, das Chaos der Emotionen in den Griff bekommen? Manch einer möchte sich am liebsten verstecken, unsichtbar werden, ganz schnell woanders sein als dort, wo man angeschaut wird.

Was ist "Lampenfieber"?

Einer der größten Cellisten unseres Jahrhunderts, Pablo Casals, beschreibt diesen Zustand des Lampenfiebers: "Ich kann mich an mein erstes öffentliches Konzert in Barcelona noch gut erinnern. Mein Vater und ich fuhrten mit der Straßenbahn zum Theater. Ich fühlte mich verstört und ich hatte Angst. Plötzlich sprang ich von meinem Platz auf und schrie: "Was soll ich tun? Ich habe den Anfang des Stücks vergessen, das ich spielen muss!" - "Beruhige Dich, es wird schon alles gut gehen" antwortete mein Vater, um mich zu trösten. Oh, diese Aufregung, diese Angst. Nie, weder damals noch später, konnte ich sie loswerden. Glauben Sie mir: obwohl ich seitdem mehrere tausend Konzerte gegeben habe, war ich immer genauso aufgeregert wie beim ersten Mal. Sie können sich vorstellen, wie viele Künstler ich während meiner langen Laufbahn kennen gelernt habe; bei allen scheint die nervöse Angst eine Selbstverständlichkeit zu sein. Es gibt nur wenige Ausnahmefälle... Aber ich kenne keinen Künstler, der so von Angst geplagt wäre wie ich. Manche meiner bevorstehenden öffentlichen Konzerte bedrücken mich wie ein Alptraum. Selbst heute noch." (Gespräche mit Corredor 1954)

Die Schilderung Casals' beschreibt nichts Außergewöhnliches. Die Angst wird hier als eine universelle menschliche Erfahrung beschrieben, die auftritt, wenn man sich vor Zuschauer begibt, um ihre Aufmerksamkeit auf sich zu lenken. Demnach ist diese Angst keine Neurose oder Folge gestörter Persönlichkeitsentwicklung oder gar Ausdruck schwerer intrapsychischer Konflikte. Casals nennt diese "nervöse Angst" eine Selbstverständlichkeit. Wir würden hier von Lampenfieber sprechen, einer physiologischen und psychologischen Voraussetzung zur Leistungsoptimierung. Diese ist abzugrenzen von der Angst, die Leistung einschränkt oder sogar verhindert. Sie wird im Folgenden als Aufführungsangst bezeichnet.

Was sind Aufführungsängste?

Aufführungsängste sind die am meisten gefürchteten Begleiterscheinungen jeder künstlerischen Arbeit. Sie sind eine erniedrigende Erfahrung für viele MusikerInnen. Trotz der Häufigkeit des Phänomens liegt über der Musikerwelt eine heimliche Decke des "Darüber-Schweigens". Umso wichtiger ist es, dieses musikerspezifische Tabu zu durchbrechen und aufzudecken, was Aufführungsängste sind, wodurch sie ausgelöst werden und was man gegen sie tun kann. Die frühen Anzeichen von Aufführungsängsten sind schon längere Zeit vor dem eigentlichen Auftritt zu erkennen. So werden zwischenmenschliche Beziehungen sehr störanfällig; es zeigen sich Formen von Gereiztheit, von Rückzug und Kränkbarkeit. Der innere Zustand des Musikers bei

Aufführungängsten wechselt zwischen Fantasien über die Großartigkeit, andere zu begeistern, und den Befürchtungen, den eigenen Anforderungen und den Erwartungen anderer nicht entsprechen zu können. Wir können bei den Aufführungängsten drei Symptomkomplexe unterscheiden:

- * die Blockade,
 - * die Depersonalisation,
 - * die psychosomatischen Begleitreaktionen.
-
- * Die Blockade löst ein Gefühl aus, als seien alle sorgfältig geprobteten Stellen ausgelöscht und als sei die Kontrolle über die eigenen gestalterischen Fähigkeiten, einschließlich der des Gedächtnisses, der Wahrnehmung und der Bewegung nicht mehr voll verfügbar.
 - * Depersonalisation ist ein Zustand, in dem die Selbstbeobachtung und die Selbstkontrolle in Bezug zum Raum und zu anderen Menschen eingeschränkt ist. MusikerInnen erscheinen dann wie "hölzern", wie "mechanisch" auf der Bühne. Es bleibt beim Zuschauer der Eindruck zurück, als sei der Ausführende entrückt, distanziert, unerreichbar.
 - * Die psychosomatischen Begleitsymptome wie Herzklopfen, Schweißausbrüche, Mundtrockenheit, unkontrollierbares Zittern von Knie, Arm, Hand und die Einbuße der Sicherheit motorischer Funktionsabläufe sowie Einschränkungen der Konzentration und der Gedächtnisleistungen sind sehr gefürchtete Folgen.

Es gibt viele Künstler, die behaupten, nur durch eben diesen Adrenalinstoß überhaupt erst Spitzenleistungen erbringen zu können. Dieses berühmte Feuer im Inneren, welches lodert und Funken versprüht, hilft auch mit, unsere Darbietung beim Zuschauer ankommen zu lassen. Ganz loswerden kann man Lampenfieber und die Aufführungangst nicht, wie gesagt, das wäre gar nicht wünschenswert. Der Einzige, der mit der Angst umgehen kann, ist man selbst, andere Menschen können einem trotz bester Ratschläge nicht wirklich helfen.

Wie auch immer man damit umgeht, im Lampenfieber liegt immer auch eine Kraft, die man für sich nutzen sollte.

Claudia Köbelin

D' Bläserjugend

Kontaktadresse:
Sabrina Schweizer 07665/41212
Martina Warth 07665/9471639

TAGEBUCH der MVH Jugend

21. Januar 2006

Liebes Tagebuch,
unsere JuKa hatte den ersten größeren Auftritt mit dem neuen Dirigenten Markus Müller und zwar beim Konzert in Buchheim. Mit dem neuen Dirigenten verspricht es, für unsere JuKa eine sehr positive Zukunft zu werden...

09. April 2006

Halli Hallo, du wartest sicherlich schon wieder auf einen Eintrag. Das Frühjahr ist für uns immer die Gelegenheit für Schnuppervorspiele. Am 18. März hatten wir das Klarinettenvorspiel und am vergangenen Donnerstag haben wir ein Trompetenvorspiel durchgeführt, leider waren beide nicht so gut mit „Schnupperern“ besucht. Na ja, mal sehen, ob's vielleicht trotzdem noch ein paar neue Zöglinge gibt in diesem Jahr; wer weiß...

Ich hatte dir ja noch gar nicht geschrieben, dass wir am 25. März mit unseren Kids kegeln waren. Das war ein richtig schöner, witziger Mittag. Es waren auch ziemlich viele unserer Zöglinge mit dabei. Wir hatten ehrlich unseren Spaß...

Gestern Abend war dann noch das Frühjahrskonzert beim MV Neuershausen. Mit „Smoke on the water“ hat sich unsere JuKa wieder einmal in das Herz des Publikums gespielt. Man merkt förmlich wie gern die Kinder in die JuKa-Proben gehen, und wie viel Spaß ihnen das gemeinsame Musizieren macht...

Im Übrigen haben wir jetzt entschieden, dass unsere JuKa erstmalig am Wettbewerb für Jugendkapellen und Vororchester teilnimmt, der seit ein paar Jahren vom Verband Kaiserstuhl-Tuniberg durchgeführt wird.

Jetzt steht für die JuKa noch das Holzhauser Frühjahrskonzert auf dem Programm und dann können sie sich auf die Sommerhocks der drei Vereine einstimmen und „einspielen“. Aber so wie ich das einschätze, dürfte das kein größeres Problem werden ;-)))

24. Juli 2006

Jetzt geht's ab in die wohlverdienten Sommerferien!

Mit einem „JuKa-Sommerabschluß-Grillfest“ haben wir die Saison 2005/2006 in aller Ruhe und ganz gemütlich ausklingen lassen. Zuerst gab die JuKa ein kleines Konzert für alle anwesenden Eltern und Geschwister, danach wurde dann noch gegrillt und einfach zusammengesessen und die laue Sommernacht genossen. Nach den Ferien wird dann begonnen sich auf den Wettbewerb vorzubereiten, aber jetzt gibt's erstmal FERIEN!

01. November 2006

Die Sommerpause ist schon längst vorbei, unsere Kids sind schon superfleißig bei den Vorbereitungen zum Wettbewerb. Zwischendurch waren Martina und ich mit unseren Zöglingen auch mal Mini-Golfen: Musikverein bedeutet ja nicht nur musizieren, sondern auch gemeinsam die Freizeit zu verbringen und Spaß zu haben!!! Jetzt sind's noch knapp 3 Wochen bis zum Wettbewerb. Markus nimmt die Jungs und Mädels wirklich ziemlich ran, aber es hört sich auch schon super an. Hoffen wir, dass sie dann auch die Nerven behalten, wenn sie vor der Jury sitzen... Ich schreib dir auf alle Fälle, wie der Wettbewerb war: Versprochen!!!

19. November 2006

Super, super, super...

"Harte Arbeit + Spaß = ERFOLG" lautet die Formel, die unser Dirigent Markus Müller zu Grunde gelegt hat. Die Rechnung ist voll aufgegangen. "Mit sehr gutem Erfolg" teilgenommen ist der Wortlaut, der die Urkunde ziert! Mit nassen Händen und einem flauen Magen sind unsere Kids vor die 3köpfige Jury getreten und haben ihr musikalisches Können unter Beweis gestellt. Hochkonzentriert mit leuchtenden Augen haben sie ihr Programm vorgetragen! Wir sind schon jetzt gespannt, welche Hürde die nächste ist, welche unsere JuKa gemeinsam mit Markus überspringen wird!!!

Auch unsere „Klarinettenzwerge“ Laura Heidiri, Tamara Egle und Helena Heßel haben nach 1jähriger Ausbildung „mit sehr gutem Erfolg“ teilgenommen. Fabian Heßel und Kevin Bohr haben den Wettbewerb erfolgreich bestritten. Jetzt stehen als nächstes die Leistungsabzeichen vor der Tür und dann kommt noch das Herbstkonzert des MV Neuershausen und was nächstes Jahr kommt, werden wir dann sehen...

Sabrina Schweizer



Musiker hautnah



Die Klarinette

Die Klarinette ist ein Holzblasinstrument mit einfachem Rohrblatt und zylindrischer Röhre. Es besteht aus dem Mundstück, der sogenannten "Birne", dem Ober- und Unterstück und dem trichterförmigen Schallstück. Das gebräuchlichste Mitglied der Klarinettenfamilie ist die auf B gestimmte Sopranklarinette. Die Klarinette wurde um 1700 von Johann Christoph Denner aus dem Chalumeau entwickelt. Die Klappenanzahl wurde im Lauf der Jahre von zwei auf 13 erhöht. Um etwa 1840 hatten sich zwei komplexe Klappensysteme herausgebildet. Das eine dieser Systeme ist das System Boehms, das in den meisten Ländern angewendet wird und 1844 vom französischen Instrumentenbauer Auguste Buffet patentiert wurde, der die Flötenentwicklungen seines deutschen Kollegen Theobald Boehm auf Klarinetten anwandte. Das zweite, auf einer engeren Bohrung basierende, dunkler klingende System wurde um 1860 vom belgischen Instrumentenbauer Eugène Albert entwickelt.

Karin Heßel



Ist seit 2005 aktives Mitglied im Verein. Karin spielt die 3. Stimme bei den Klarinetten. Ihre musikalische Laufbahn startete sie 2004. Sie ist verheiratet und hat 3 Kinder und arbeitet halbtags beim Garten- und Tiefbauamt in Freiburg. Ihre 3 Kinder spielen auch schon Instrumente. Ihr Jüngster Fabi ist bereits in der Aktiven Kapelle.



Serie/Fortsetzung

Lucia Schweizer



Ist seit 1977 aktives Mitglied und spielt die 1. Klarinette. Sie ist 40 Jahre alt und wohnt in Lehen. Ihre Musikalität wurde ihr bereits in die Wiege gelegt. Durch ihren Vater Konrad wurde sie schon sehr früh an den Musikverein herangeführt. Lucia ist eine der wenigen in unserem Verein, die das Goldene Leistungsabzeichen hat. 2001 wurde ihr auch die silberne Ehrennadel für 25 Jahre Aktivität überreicht. Neben ihrem Vater spielen auch ihre beiden Brüder Martin und Pius in der Kapelle. Seit 2003 unterstützt sie tatkräftig die Vorstandschaft als Beisitzerin und kümmert sich unter anderem um das leibliche Wohl aller Musiker/Innen. Auch als Notenwart ist sie für unseren Verein eine wertvolle Hilfe.

Sabrina Schweizer



Ist seit 1990 aktives Mitglied und spielt die 2. Stimme. Sie ist 23 Jahre alt und arbeitet in einem Ingenieurbüro in Freiburg als Bauzeichnerin. Seit 2004 ist sie Jugendleiterin und kümmert sich hervorragend um unsere Zöglinge. 2006 erhielt sie die silberne Vereinsehrennadel für 15 Jahre als aktives Mitglied.

Die Klarinette

Stephanie Ludes



Ist seit 2001 aktives Mitglied in der Kapelle. Sie ist 19 Jahre alt und spielt die 2. Stimme im Verein. Bis 2003 unterstützte sie tatkräftig die Juka. Zur Zeit macht Sie eine Ausbildung zur Heilerziehungspflegerin beim Caritas.

Elena Schweizer



Elena ist seit Mai 2006 in der Kapelle und spielt die 3. Stimme. Sie ist 14 Jahre alt und geht in die 9. Klasse der Hans-Jakob-Realschule in Freiburg. Sie spielt noch aktiv in der Juka mit. In ihrer Freizeit tanzt sie Rock'n'Roll.

Janine Schmidt



Ist seit Sept 2006 aktives Mitglied und spielt die 3. Stimme. Sie ist 14 Jahre alt und geht in die 9. Klasse des Albert-Schweizer Gymnasiums in Gundelfingen. Dort spielt sie auch in einer Jazz-Band mit.

Wir über uns

Wir begrüßen die neuen Aktiven...



....Melanie Binninger
Querflöte
Geb. 10.09.1990
seit Mai 2006 in der Kapelle



....Janine Schmidt
Klarinette
Geb. 12.05.1992
seit Sept. 2006 in der Kapelle



....Janine Schwarzkopf
Alt-Saxophon
Geb. 06.11.1991
seit Sept. 2006 in der Kapelle



...Elena Schweizer
Klarinette
Geb. 30.01.1992
seit Mai 2006 in der Kapelle



....Ida Hess
Alt-Saxophon
Geb. 10.05.1993
seit Sept. 2006 in der Kapelle

Wir gratulieren zum bestandenen Leistungsabzeichen

In Bronze:

....Timo Fesenmeier, Daniel Ortlieb

in Silber:

....Janine Schwarzkopf, Janine Schmidt



Wir bedanken uns.....



... Wir bedanken uns bei allen Sponsoren und Helfern für ihre Unterstützung bei unseren Aktivitäten. Besonders bedanken möchten wir uns bei der Metzgerei Fallert, die einen Teil der Kosten für die Anschaffung von Poloshirts übernommen hat. Vielen Dank.

Wir über uns

Geburtstagsjubilare 2007

Der Musikverein gratuliert ganz herzlich und wünscht allen Jubilaren viel Glück und Gesundheit. Nicht vergessen: Musik ist die beste Medizin!

50

Klaus Schweizer
Brigitte Schweizer
Irene Gebhard
Ursula Mörder
Walter Hilzinger
Klaus Rist
Georg Eble
Christina Wagner
Hubert Fallner

70

Albert Wiloth
Adolf Bierer
Otto Schweizer
Josef Wischinsky
Egon Richter
Heinz Köpfer,
Gisela Waidner

75

Mathias Müller
Hugo Schweizer
Helmut Engert
Alfons Gebhard
Eugen Gutmann

60

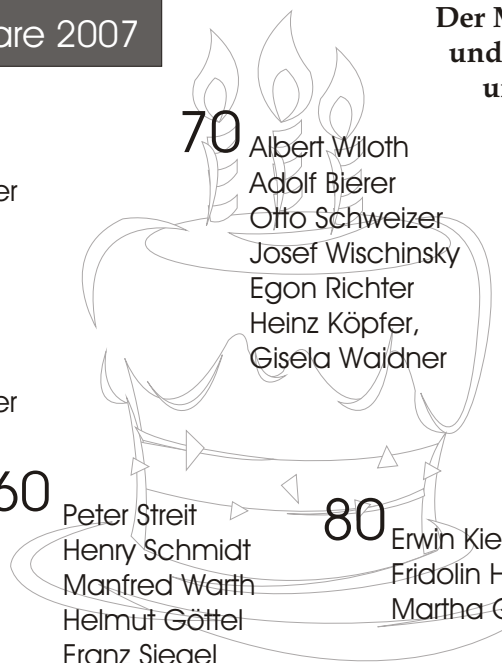
Peter Streit
Henry Schmidt
Manfred Warth
Helmut Göttel
Franz Siegel

80

Erwin Kienzler
Fridolin Hilzinger
Martha Gutmann

85

Rosa Wenk



Wir begrüßen / beglückwünschen.....



....Frau Sabrina Schweizer erhielt die silberne Vereins Ehrennadel für 15 Jahre als aktives Mitglied.

... Jutta Gutmann als neue Schriftführerin im Verein.

.....Bernhard und Erna Gutmann zur Goldenen Hochzeit.



Wir verabschieden in den Ruhestand



Nach 22 Jahren im Amt gab Undine bei der Jahreshauptversammlung 2006 ihr Amt als Schriftführerin ab und ging in den wohlverdienten Vereinsruhestand. Für den Musikverein Holzhausen hat Undine in den letzten 22 Jahren aktiv die Öffentlichkeitsarbeit gemacht. Konzerte mussten in verschiedenen Zeitungen /Gemeindeblatt veröffentlicht werden, Protokolle geführt usw. Für diese Verdienste wurde Sie mit der goldenen Ehrennadel des Blasmusikverbandes Kaiserstuhl-Tuniberg ausgezeichnet. Der Musikverein Holzhausen sagt Dir, liebe Undine, ein ganz herzliches "DANKESCHÖN", denn der Schriftführer ist derjenige, der eher im Hintergrund arbeitet, dessen Arbeit aber genauso wertvoll und notwendig ist wie die derer, die immer im Vordergrund stehen.

Holzhüser Musiker Zittig

Uf 'd Letschdi



Wußtet Ihr schon, daß
...es Musiker gibt, die sich über die Nettospielzeit während
der Probe beschweren, es aber selbst in der Hand haben, die
Bruttospielzeit zur Nettospielzeit werden zu lassen, wenn sie
sich in der Taraspielzeit nicht mit dem Nebenmann(frau),
sondern mit den Noten beschäftigen würden!



Ansprechpartner im Musikverein Holzhausen
Paul Gutmann, 1. Vorsitzender, Tel. 07665/912456
Kurt Hettich, 2. Vorsitzender, Tel. 07665/40375

Manfred Heidiri, 2. Vorsitzender, Tel. 07665/3925
Otmar Gutmann, Rechner, Tel. 07665/400163

Impressum

Die Holzhüser Musiker Zittig erscheint 1mal jährlich in einer Auflage von 500 Stück. Über Leserzuschriften in Form von Kritik, Lob und Anregung freuen wir uns.
Redaktion: Paul Gutmann, Claudia Köbelin

Anschrift der Redaktion: Claudia Köbelin, Birkenweg 3, 79232 March