



Susanne Schlusnus

- 1974 in Wiesbaden geboren, **Oboistin, Staatlich geprüfte Physiotherapeutin, Heilpraktikerin beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie und Autorin** (u. a. PHYSIOBOE bei Aulos 2022).
- Studium bei Heinz Holliger und Francois Leleux / Preisträgerin Internationaler Musikwettbewerbe (Isle of Wight, Rom) / Akademistin im Symphonieorchester des Bayerischen Rundfunks und im Bayerischen Staatsorchester / zweijähriges Engagement als Solo-Oboistin des Real Orquesta Sinfonica de Sevilla/Aushilfen in 22 TVK-Orchestern / aktuell Mitglied im Bach-Collegium München
- 2011-2019 **Lehraufträge an der Universität Mozarteum Salzburg und der Hochschule für Musik und Theater Rostock, Coach an der Akademie des Symphonieorchesters des Bayerischen Rundfunks** sowie Physiotherapeutin des Südkoreanischen Skisprung-Nationalteams im Weltcup
- ab 2024 gemeinsame Meisterkurse mit Stefan Schilli an der Wolfgang-Sawallisch Akademie in Grassau am Chiemsee

Weitere Infos:
www.susanne-schlusnus.de

Neuer Kurs 2024 **PHYSIOBOE** 20. bis 22. September 2024

mit **Susanne Schlusnus**
im *****City Hotel Aschersleben**



im Angebot enthalten:

- **zwei Nächte im Einzelzimmer im 3-Sterne-Hotel inkl. Frühstück**
- **Kursgebühr**
- **Eintritt Konzert "Klassik im Denkmal"**
- **2x Abendessen**

Kosten: 360 Euro
Getränke nicht inklusive



QR-Code scannen und Sie gelangen direkt zur Anmeldung!
Telefon: 03473-8746-0
E-Mail: info@cityhotel-aschersleben.de

Fragen und weitere Infos:
Beatrix Lampadius, Tel. 0176-24322553



Neuer Kurs 2024 **PHYSIOBOE** 20. bis 22. September 2024

Die Physiologie des Oboenspiels

Was macht gesundes, natürliches Oboenspiel (Physioboe) aus?

Optimale Spieltechnik steht in Einklang mit der Physiologie, der natürlichen Funktionsweise des menschlichen Körpers. Die Physiologie des Oboenspiels untersucht die Auswirkungen aller physischen Einflussfaktoren auf Technik und Klangqualität und schafft eine optimale Verbindung von Körper und Oboe.

mit **Susanne Schlusnus**
im *****City Hotel Aschersleben**

Die Physiologie des Oboenspiels

Was macht gesundes, natürliches Oboenspiel (Physioboe) aus?

Das Anwenden und Umsetzen des geballten Wissens zu den Themenblöcken Spiel- und Bewegungsapparat sowie Atem- und Klangsystem ermöglicht uns ein mühe-loses Spielgefühl – frei und flexibel.

Eine Vielzahl spezifischer Übungen mit/ohne Oboe las-sen Physioboe erlebbar werden – in der Gruppe und/oder einzeln!

Zielgruppe

Zielgruppe sind alle Oboistinnen und Oboisten! Zahlreiche begeisterte Feedbacks und Referenzen Oboenstudierender, Orchestermusiker*innen sowie Hochschul- und Musikschul-lehrender belegen die Relevanz der Arbeit von Susanne Schlusnus.

Kursablaufplan

Freitag, 20. September 2024

14:00 Uhr	Begrüßung
14:30 - 16:00 Uhr	Gruppensession
16:00 - 18:00 Uhr	Einzelanalyse
18:15 Uhr	Abendessen Villa Westerberge
19:30 Uhr	Konzertbesuch „Klassik im Denkmal“ Theorbe und Violine

Samstag, 21. September 2024

9:30 - 10:30 Uhr	Gruppensession
10:30 - 13:30 Uhr	Einzelcoachings
13:30 Uhr	Mittagessen
15:00 - 17:00 Uhr	Gruppensession
17:00 - 19:00 Uhr	Einzelcoachings
19:00 Uhr	Abendessen
anschl. gemütliches Beisammensein/Kammermusik	

Sonntag, 22. September 2024

9:30 - 10:30 Uhr	Gruppensession
10:30 - 13:30 Uhr	Einzelcoachings

Fragen und weitere Infos:

Beatrix Lampadius, Tel. 0176-24322553

Gruppencoaching

Unter Einbeziehung von Funktioneller Anatomie, Biomechanik, Angewandter Musikphysiologie und Körperwahrnehmungsschulung geht es zunächst um die Entwicklung eines Grundverständnis für einen gut funktionierenden Spiel- und Bewegungsapparat. Mittels Haltungs-, Bewegungs- und Spielanalysen wird der Blick geschärft sowie die ideale Spielposition erarbeitet.

In Atem- und Klangsystem werden alle weiteren Bestandteile der Oboentechnik Schritt für Schritt mit all' ihren Facetten unter die Lupe genommen. Eine Vielzahl spezifischer Übungen mit und ohne Oboe lassen Physioboe erlebbar werden.



Einzelcoaching

Alle Inhalte der Gruppencoachings können im Einzelcoaching vertieft oder von Grund auf erarbeitet werden. **Individuelle Fragestellungen** oder bereits bestehende Problematiken können abgeklärt werden.

Präventiv kann eine umfangreiche Spielanalyse zum Aufspüren etwaiger Problemzonen oder Schwachpunkte, die ein besseres Spielgefühl verhindern - oder gar Schmerzen, Bewegungseinschränkungen oder technische Probleme verursachen - durchgeführt werden. Dies beinhaltet bei Bedarf auch eine **musiker-medizinische Beratung**. Außerdem möglich ist die Videoanalyse eines Auftritts mit integriertem Mental- oder Auftrittcoaching.

Spiel- und Bewegungsapparat

Biomechanische Analysen - wie sie auch im Sport eingesetzt werden - sind nützlich, um **Haltungsfehler aufzuspüren**. Anschließend geht es um in die ideale Spielposition und ein ausbalanciertes Maß an Körperspannung. Auf diese Weise kann ein optimales, bewusst reproduzierbares Spielgefühl entstehen.

Weitere Inhalte: Typische Auffälligkeiten bei Oboisten – ideales Sitzen und Stehen – Balancierpunkte und Spielwinkel – physiologische Armhebung und Gelenkstellung von Hand, Finger und Daumen – korrekte Daumenposition an der Daumenstütze – Herausforderung Englischhorn – kinästhetische Fingerethode zur Steigerung der Spielsicherheit.

Atem- und Klangsystem

Ein gutes Zusammenwirken der Themengruppen Atmung, Stütze, Hals, Mundraum, Zunge und Ansatz ist erforderlich, um größtmögliche Homogenität und Modulationsfähigkeit des Klanges über das gesamte Register zu erzielen und musikalische Ideen und Vorstellungen flexibel und facettenreich umsetzen zu können. Daher ist ein Wissen von Ursache und Wirkung aller Faktoren des Klanges entscheidend.

Atmung: Eine ausbalancierte Spielposition als Voraussetzung für ideales Ausnutzen der Atemräume, eine optimale Atemmechanik (ungehindertes Wirken des Zwerchfells) und das freie Fließen des Luftstroms. Inhalt sind alle Komponenten der Luftführung (Luftdruck, Luftgeschwindigkeit und Luftmenge).

Unterstützung: Regulierung der Luftgeschwindigkeit aus einer Kombination muskulärer Unterstützung des Cores (Beckenboden, Bauch- und Rückenmuskulatur) sowie Kehlkopfstellung und Zungenrückendüse.

Vibrato als Produkt körperlicher Durchlässigkeit und der Initiatoren Core und Kehlkopf.

Klang: Aspekte der Klangbildung sind: Anblas- und Lippendruck, Kehlkopfstellung und Zungenrückendüse. Vokalisierung und das Ausnutzen von Resonanzräumen und dem Diaphragma oris (Mundboden).

Ansatz als feinfühliges Verbindungsglied: Ansatzphysiologie mit den Aspekten Lippenpolster, Zähne, mimische Muskulatur, Kiefergelenk, Rohrstellung und Blaswinkel.

Zunge: Das Fasziösum Zervikales Diaphragma (Brust/Halsbereich) und seine Verbindung zum vielschichtigen und vielseitigen Zungenmuskel. Inhalt sind Zungentechnik, Geheimnis der „schnellen Zunge“.