

# Berufsbegleitender Lehrgang

## «Basics in Rhythmik»

Jaques-Dalcroze

2025 / 2026

(14 Samstage)

Durchführungsort: Aarau



### Kurzinformation

---

Die Teilnehmenden erlangen eine Erweiterung ihrer Lehrkompetenz bezüglich der Förderung der kognitiven und motorischen Funktionen des Menschen aller Altersstufen. Sie sind damit in der Lage den Lernenden eine Lernerfahrung zu vermitteln, welche als Bereicherung und Stärkung der geistigen und körperlichen Mobilität wahrgenommen wird.

Gleichzeitig eröffnen sich den Teilnehmenden neue Möglichkeiten zur Gestaltung abwechslungsreicher Unterrichtslektionen für kleinere oder grössere Gruppen vieler Altersstufen.

Ziele des Lehrgangs sind:

- Die vertiefte Eigenerfahrung der Rhythmik im Lehrgang schafft als zentrale Erfahrung die Voraussetzung für die Vermittlung an Dritte.
- Stärkung der Fähigkeiten in der instrumentalen- und vokalen Musikimprovisation
- Erweiterung der Lehrkompetenz in «Musik und Bewegung» auf der Basis einer fundierten rhythmischen Grundausbildung, eines Trainings der kognitiven und motorischen Fähigkeiten
- Vermittlung des Grundwissens der Rhythmik Jaques-Dalcroze
- Barrierefreier Zugang zum anschliessenden Lehrgang «Seniorenrhythmik nach Dalcroze», welcher die Befähigung zur Leitung von Seniorenkursen nach Dalcroze beinhaltet. Es besteht eine Nachfrage für solche Lehrpersonen in verschiedenen Regionen der Deutschschweiz.

**Detaillierte Informationen und das Anmeldeformular stehen Ihnen auf unserer Homepage [www.seniorenrhythmik.ch/Lehrgang-Basics-in-Rhythmik/](http://www.seniorenrhythmik.ch/Lehrgang-Basics-in-Rhythmik/) zur Verfügung.**

Zusätzlich findet eine Informationsveranstaltung am Samstag, 1. Februar 2025 (14:00 – 17:00 Uhr) am Kursort in Aarau statt.

Bei Bedarf werden zusätzliche Informationen auch gerne telefonisch erteilt:

Gabriela Chrisman, Kursleiterin / gabichrisman@sunrise.ch / Tel. 079 350 45 43

Martin von Arx, Geschäftsstelle Verein / verein@seniorenrhythmik.ch / Tel. 055 243 40 60



Verein für Erwachsenen-  
und Senioren-  
Rhythmik nach Dalcroze