

Mehr als Wellness im Theaterkurs

Pädagogin Anja Faller organisiert eine spielerische Auszeit in St. Märgen / Plätze frei.



Theaterpädagogin Anja Faller Foto: privat

ST. MÄRGEN (jug). Sprudelndes Wasser im Whirlpool, eine kräftige Massage, währenddessen ein Gläschen Sekt – das ist Wellness. Anja Faller, die mit einem Wellnesscenter in St. Märgen wohnt, kann ihren Teilnehmern solchen Luxus zwar nicht bieten. Und doch sagt sie: "Dieser Theaterkurs kann total erholsam sein." Wellness für die Seele also sind die acht Termine im März und April.

Zum ersten Mal nennt die Theaterpädagogin aus St. Märgen den Kurs so, wie er jetzt heißt. Der Name soll beschreiben, was Faller sich davon erhofft: "Die Leute sind heutzutage so gefordert, müssen immer funktionieren. Bei mir sollen sie einfach mal loslassen und die Sau rauslassen können", sagt sie und lacht.

In vergangenen Kursen habe es immer wieder Teilnehmer gegeben, die die Treffen als Erholung empfunden haben. Eine Teilnehmerin mit Burnout sei zu Beginn sehr skeptisch gewesen. "Sie wollte mal schauen und wieder aussteigen, falls es ihr nicht gut. Sie ist geblieben." Es geht Anja Faller ums körperliche Wohlbefinden, und darum, die Angst vorm Scheitern zu nehmen. "Hier muss keiner eine bestimmte Leistung abliefern, alles ist ganz zwanglos", sagt sie.

Ohne Zwang ist auch das, was im Kurs tatsächlich gemacht wird. Denn: Einen konkreten Plan gibt's nicht. Vielmehr schaut Faller, was ihre Teilnehmer brauchen. Wollen sie Ausdrücke üben? Oder unter verrückte Masken schlüpfen? "Es gibt Leute, die wollen sich nur mal ausprobieren und gar nicht auf der Bühne stehen. Auch das ist für mich okay", erklärt Faller. Aber Theater ohne Bühne – geht das überhaupt? Mit der fehlenden Bühne meint Anja Faller den Auftritt auf der Bühne. Der ist beim Kurs nämlich nicht zwingend. "Nur falls die Teilnehmer wollen, werde ich etwas organisieren." Das Objekt Bühne ist Anja Faller wichtig – nicht zwingend erhöht wie in einem echten Theater, aber es muss einen abgetrennten Bereich geben, der signalisiert: Jetzt schlüpfe ich in meine Rolle und dann auch wieder heraus. Genau das ist für Faller wichtig: "Auf der Bühne in der Rolle kann ich alles sein und alles machen. Das befreit und entspannt." Wellness eben.

Der Kurs findet an acht Terminen jeweils donnerstags vom 9. März an, 18 Uhr, in der Schule St. Märgen statt. Anmeldungen bei der VHS unter 07669/486

Autor: jug

WEITERE ARTIKEL: ST. MÄRGEN

Verein findet bei Versammlung erneut keinen Vorsitzenden

Zur Jahresversammlung der Radsportabteilung erscheinen nur 13 Mitglieder – darunter findet sich keiner, der sich in den Vorstand wählen lässt. **MEHR**

Beim Reit- und Fahrverein vollzieht sich eine Zäsur

Vier langjährige Vorstandsmitglieder stellen ihre Ämter zur Verfügung / Kathrin Mäder zur neuen Vorsitzenden gewählt. **MEHR**

Spärlich besetzte Fasnet

Wenige Besucher genießen den Bunten Abend in St. Märgen. **MEHR**