

VERANSTALTUNGEN

Beckenbodenpower für sie und ihn

SCHAAN – Die Basis für ein neues Körper- und Bewegungsgefühl. Der Kurs zeigt, wie man eine dynamische Beckenbodenmuskulatur aufbaut und konditioniert. Dieses Training beruht nicht einseitig auf Muskelkräftigung, sondern ebenso auf Beweglichkeit und Koordination. Erst wenn der Beckenboden elastisch ist, werden wir auch in den Hüftgelenken, der Lende und im Kreuz so richtig weich und elastisch. Die verwendete Franklin-Methode verbindet gezielte Muskelaktivität mit der Imagination und Fantasie: Kreativ beweglich werden mobilisiert neue Energien. Der Kurs 792 unter der Leitung von Elisabeth Jörin beginnt am Dienstag, 4. Mai um 18 Uhr im Haus Stein-Egerta in Schaan. Anmeldung und Auskunft bei der Erwachsenenbildung Stein-Egerta in Schaan, Telefon 232 48 22 oder per E-Mail info@stein-egerta.li. (Eing.)

Freude und Effizienz mit Bewegungs- und Mentaltraining

SCHAAN – Leichter Laufen (Jogging, Walking). Die «Leichter Laufen»-Kurse beinhalten nebst grundlegenden Prinzipien jeweils neue Schwerpunkte wie: Bewegungsoptimierung im Knie, in den Hüftgelenken, den Füßen, gesunde Bänder und Sehnen, Armkoordination, Atmung u.a.

Mit der Franklin-Methode, dem bewussten Erleben der eigenen Anatomie und dem Vorstellen von unterstützenden Bildern wird das Laufen lockerer und schonungsvoll. Neuartige Aufwärmübungen vertiefen im Nu die Atmung, machen die Gelenke geschmeidig und intensivieren die Durchblutung. Wie leicht wir laufen, wie zuträglich für unsere Muskeln und Gelenke, entscheidet hauptsächlich der persönliche Laufstil und die mentale Verfassung. Ziel ist die Verbesserung der Koordination in den Gelenken und Muskeln, des Kräfteinsatzes, der Beweglichkeit und der Atmung. Einmal eingeübt, machen neue günstigere Bewegungsmuster für Profis wie für Einsteiger/-innen das Laufen in der Natur zu einem genuss- und reizvolleren Erlebnis. Für alle, die gerne walken, wandern oder sich gezielt für den Frauenlauf vorbereiten. Der Kurs 794 unter der Leitung von Elisabeth Jörin beginnt am Mittwoch, 5. Mai um 8.15 Uhr im Haus Stein-Egerta in Schaan. Anmeldung und Auskunft bei der Erwachsenenbildung Stein-Egerta in Schaan, Tel. 232 48 22 oder per E-Mail info@stein-egerta.li. (Eing.)

Gartenfahrt nach München

SCHAAN – Schon traditionell führt die Erwachsenenbildung Stein-Egerta am Samstag, 8. Mai, ihre Gartenfahrt nach München (gemeinsame Fahrt mit Bus) mit Besuch im Botanischen Garten und der Freisinger Gartentage durch. Abfahrt ist um ca. 6.30 Uhr. Rückkehr gegen 20 Uhr. Am Vormittag besuchen die Teilnehmenden den Botanischen Garten in München und erhalten anhand einer ca. 1 1/2 stündigen Führung einen Einblick in eine riesige Vielfalt an Pflanzen. Anschliessend geht die Fahrt weiter nach Freising und dort steht ein Besuch der jährlich stattfindenden «Freisinger Gartentage» auf dem Programm. Die Teilnehmenden schlendern dabei gemütlich durch eine Vielfalt von Ausstellungs- und Verkaufsständen, welche rund um das Thema «Garten» aufgestellt werden: Literatur, Pflanzen, Gartenarchitektur, Blumen, Baumschulen, Stauden, diverses Gartenmaterial, Töpfe etc. werden sicherlich die Aufmerksamkeit finden.

Diese Gartenfahrt wird begleitet von Hildegard Jehle, hauswirtschaftliche Leiterin des Hauses Stein-Egerta in Schaan, Gärtnerin aus Freude und u.a. auch zuständig für den Blumenschmuck im und um das Haus Stein-Egerta sowie Franz-Josef Jehle, Studienleiter der Erwachsenenbildung Stein-Egerta. Weitere Auskünfte sowie Anmeldungen bei der Erwachsenenbildung Stein-Egerta in Schaan, Tel. 232 48 22 oder per E-Mail info@stein-egerta.li. (Eing.)

Unerhörtes gehört

Amati Quartett und Hieronymus Schädler beim 9. Triesenberger Frühling

TRIESENBERG – Der 1994 gegründete Verein Triesenberger Kirchenkonzerte bezweckt die Pflege und die Förderung der heimischen Kultur und will neue Freunde der lebendigen Musik-Kultur gewinnen. Dazu gehört auch das alljährlich stattfindende Mini-Festival der klassischen Musik, das zum neunten Mal in Triesenberg stattfand.

• Gerolf Hauser

Mit Bedauern in der Stimme sprach Hieronymus Schädler von den, aus finanziellen Gründen, fehlenden Ur-aufführungen beim diesjährigen Triesenberger Frühling. Natürlich ist das bedauerlich, doch wurde das Publikum am Freitag- und Samstagabend sowie am Sonntagvormittag im Triesenberger Dorfsaal reichlich entschädigt mit einer Vielzahl ausgezeichnete Musikstücke, grossartig dargeboten vom Amati Quartett und dem Flötisten Hieronymus Schädler.

Charmantes Festival

Es ist jedes Jahr wieder ein grossartiges Ereignis, dieser Triesenberger Frühling. Dafür gilt ein Dank dem Vorstand (Alfons Schädler, Kurt Beck, Josef Hofer, Hieronymus Schädler), aber auch, wie Hieronymus Schädler sagte, den Sponsoren (Givalda Stiftung, Kulturbeirat und Gemeinde Triesenberg). Schon seit über 10 Jahren, «auf eigene Faust», wie sie es nennen, pflegen Hieronymus Schädler und seine Freunde in Triesenberg das musikalische Leben. Das charmante Festival bietet mit seinem intimen Rahmen, der unmittelbaren Kontakt zwischen Publikum und Musikern schafft, die Möglichkeit «das Sinnliche der Musik, die Freude an der Musik» hautnah zu erleben. Und dies mit hervorragenden Musiker/-innen, die grossartige Verbindungen schaffen zwischen klassischer und zeitgenössischer Musik. «Es macht einfach Spass», sagt Hieronymus Schädler, und das war bei allen drei Konzerten deutlich zu spüren und zu hören: Ein wirklicher Frühling, ein musikalischer Aufbruch.

Der Freitag

So erklang am Freitagabend u. a. das Quartett für Flöte und Streichtrio von Antonin Reicha (1770-1836) mit einem Menuett, bei dem die herrlichen Melodien «durchgereicht» werden von Instrument zu Instrument. Musikalisch eindrucksvoll gestalteten die drei Streicher und Hieronymus Schädler (Flöte) dieses Werk. Es folgte die meisterhafte Komposition «Kreuzer Sonate» von Leos Janacek (1854-1928), vom Amati Quartett meisterhaft interpretiert. Grossartig, wie sie sowohl die kompakten Klänge, wie auch die glasartig-durchsichtigen Passagen virtuos boten oder den prächtigen «Streit» zwischen der getragenen, von Geige und Cello gespielten Melodie den hellen Einwürfen der 2. Geige und Viola gegenüberstellten. Nach der Pause folgte das gefällige «Nocturn und Scherzo» für Flöte und Streichquartett von Arthur Foote (183-1937), gefolgt von dem fantastisch gespielten Streichquartett op.10 von Claude Debussy (1862-1918). Es war höchster Genuss zuhören zu dürfen, wie das Amati Quartett, z. B. in den langsamen Sätzen, die für Debussy typische Durchsichtigkeit und das leichte Schweben der Klänge gestalteten.

Gaumen- und Hörgenuss

Auch am Samstagabend glänzten die Musiker/-innen mit Virtuosität,



Das Amati Quartett zauberte eine perfekte Klangfarben-Spanne von süss und weich bis metallen hart.

technischer Perfektion, unglaublicher Gemeinsamkeit, vor allem aber mit hoher Musikalität. Zu Beginn erklang das Quintett für Flöte und Streichquartett von Ferdinand Ries (1784-1838), ein gut instrumentiertes

Gaumen und Zunge, während die Musiker/-innen in unterschiedlichen Besetzungen Ohren, Herz und Seele verwöhnten mit Musik u. a. von Joseph Haydn, Wolfgang Amadeus Mozart, Joaquin Turina und Francois

Devienne. Wieder also ist es dem Triesenberger Frühling gelungen, die «hehre und steife Haltung» der klassischen Musik gegenüber auflockern, zu zeigen, dass Musik etwas Sinnliches und Vergnügliches sein kann.



Flötist Hieronymus Schädler harmonierte hervorragend zusammen mit dem Amati Quartett, aber auch in anderen Kombinationen, z. B. mit dem Bratscher Nicolas Corti.



Am gestrigen Sonntagmorgen servierte das Kulm-Team ab 10.30 Uhr einen reichhaltigen Brunch, verwöhnte Gaumen und Zunge, während die Musiker/-Innen Ohren, Herz und Seele verwöhnten.



Stück, bei dem die Melodieführung nicht nur auf die Flöte, sondern auch auf die anderen Instrumente übertragen ist. Es folgte das 1879 von Wladimir Vogel (1896-1984) geschriebene Concertino für Flöte und Streichquartett. In dem fantastischen Stück stachen nicht nur die Cello-Solopassagen hervor, sondern vor allem der Wechsel von stark motorischen Phasen mit schwebenden Klängen, dazu zu Beginn ein grotesker Walzer mit Staccato-Tönen der Flöte und Pizzicato der Streicher. Den Abschluss bildete Schuberts Streichquartett «Rosamunde». Auch hier zauberten die Musiker/-innen wieder eine perfekte Klangfarben-Spanne von süss und weich bis metallen hart. Am gestrigen Sonntagmorgen servierte das Kulm-Team ab 10.30 Uhr einen reichhaltigen Brunch, verwöhnte

DIE MUSIKER

Das Amati Quartett (mit den Geigern Willi Zimmermann und Anahit Kurtikian, dem Bratschisten Nicolas Corti und dem Cellisten Claudius Herrmann) formierte sich 1998 und konnte schon bald nach der Gründung verschiedene Auszeichnungen entgegennehmen, u.a. den «Premier Grand Prix du Concours International de Evian» und den Preis des Karl-Klingler-Wettbewerb in München. Neben dem klassischen und romantischen Repertoire liegt den vier Künstler/-innen die Musik des 20. Jahrhunderts besonders am Herzen. So nehmen sie sich gerne selten gespielter Werke an, die

sie in spannungsvollen Programmen den einschlägigen Werken der Quartettliteratur gegenüberstellen. Hieronymus Schädler studierte Flöte in Zürich und Paris. Er ist ein leidenschaftlicher Kammermusiker, wirkt als Interpret, Improvisator und Komponist in verschiedenen Formationen: Duo Armoniac, Trio Musaique, Trio Atmos. Sein Repertoire reicht vom Frühbarock bis zur Avantgarde, wobei er viele seiner Eigenkompositionen und die Werke befreundeter Komponisten uraufführte. Seine Vielseitigkeit ist auf mehreren Radio- und CD-Produktionen dokumentiert.