

## WEITERE MITGLIEDER DER KONTAKTGRUPPE

### IRIS ANGERHOFER

Klavier / Musikphysiologie / Musikschule Ditzingen  
[irisa@home.nl](mailto:irisa@home.nl)

### HERBERT BAYER

Klarinette / Dispokinesis / Musikschule Nürtingen  
und Donaueschingen  
[www.herbertbayer.info](http://www.herbertbayer.info) // [herbertbayer@freenet.de](mailto:herbertbayer@freenet.de)

### MICHAEL CLAUSNIZER

Alexandertechnik für Musiker\*innen in Stuttgart  
Klavier und Gesang / Musikschule Filderstadt  
[www.michael-clausnizer.de](http://www.michael-clausnizer.de) // [michael.clausnizer@t-online.de](mailto:michael.clausnizer@t-online.de)

### BARBARA HAID

Physiotherapie  
[www.haid-gesundheitswerkstatt.de](http://www.haid-gesundheitswerkstatt.de)  
[info@haid-gesundheitswerkstatt.de](mailto:info@haid-gesundheitswerkstatt.de)

### JULIANE KAMP, TON UND TONUS

Klavier / Feldenkrais / Musikphysiologie und Coaching  
[www.julianekamp.de](http://www.julianekamp.de) // [juliane.kamp@gmx.de](mailto:juliane.kamp@gmx.de)

### DR. CLAUDIA OBERLE

Psychologische Beratung / Psychotherapie  
Schwerpunkt: Auftritts- und Prüfungsängste  
[www.espressivo-coaching.de](http://www.espressivo-coaching.de)  
[Coberle@espressivo-coaching.de](mailto:Coberle@espressivo-coaching.de)

## KONTAKTGRUPPE

# Musiker- gesundheit

SEMINARE · VORLESUNGEN · BERATUNG · THERAPIE

FÜR ALLE STUDIERENDEN UND LEHRENDEN  
DER HMDK STUTTGART



[WWW.HMDK-STUTTGART.DE](http://WWW.HMDK-STUTTGART.DE)



STAATLICHE HOCHSCHULE  
FÜR MUSIK UND  
DARSTELLENDEN KUNST  
STUTTGART

## **GESUND BLEIBEN IN STUDIUM UND KÜNSTLERBERUF**

- körperlich-mentale Stärken entwickeln
- individuelle Ressourcen optimal nutzen
- Wahrnehmung fördern
- mit Stress und Lampenfieber konstruktiv umgehen
- Bühnenpräsenz erhöhen
- anatomisch-physiologische Grundkenntnisse erwerben
- Belastungsgrenzen erkennen
- Erkrankungen vorbeugen

## **HILFE FINDEN BEI AKUTEN UND CHRONISCHEN BESCHWERDEN**

- zeitnahe musikphysiologische/medizinische/psychologische Erstberatung
- ggf. Vermittlung an spezialisierte Ärzt\*innen und Therapeut\*innen

Die Kontaktgruppe Musikergesundheit an der HMDK Stuttgart ist ein interdisziplinäres Netzwerk von Hochschul- und Musikschul-Lehrenden, Ärzt\*innen, Körper-, Physio- und Psychotherapeut\*innen, allesamt spezialisiert auf dem Gebiet der Musiker-/Künstlergesundheit. Unser Anliegen ist es, Musiker\*innen, Sprecher\*innen, Schauspieler\*innen etc. einen konstruktiven Umgang mit den körperlichen und psychischen Anforderungen und Belastungen des beruflichen Musizierens und Darstellens zu ermöglichen, ebenso gemeinsam Wege zu einem gesunden und bewussten Umgang mit sich selbst zu entwickeln. Die Kontaktgruppe ist für alle Studierenden und Lehrenden der Hochschule da, um sie darin zu unterstützen, gesund zu bleiben, ihr künstlerisches und pädagogisches Potential zu entfalten und schnelle Hilfe zu finden bei etwaigen Beschwerden.

## **WIR FREUEN UNS ÜBER IHRE KONTAKTAUFNAHME!**

## **KONTAKTDATEN DES INTERDISZIPLINÄREN NETZWERKES**

### **STAATLICHE HOCHSCHULE FÜR MUSIK UND DARSTELLEND KUNST STUTTGART**

#### **ALEXANDRA MÜLLER**

Leitung des Bereichs Musikergesundheit und der Kontaktgruppe, Projektleitung „Spielend gesund – Studentisches Gesundheitsmanagement“ in Kooperation mit der Techniker Krankenkasse und Schloß Kapfenburg musikphysiologische Seminare und Beratung  
[alexandra.mueller@hmdk-stuttgart.de](mailto:alexandra.mueller@hmdk-stuttgart.de)

#### **PROF. DR. MED. DR. PHIL. UWE REINHARDT**

musikermedizinische Vorlesungen und Beratung  
[uwereinhardt@googlemail.com](mailto:uwereinhardt@googlemail.com)

#### **SUSANNE FROMME MSC**

Franklin Methode  
[www.susannefromme.com](http://www.susannefromme.com)  
[susanne.fromme.la@hmdk-stuttgart.de](mailto:susanne.fromme.la@hmdk-stuttgart.de)

#### **DOROTHEE WEINMANN**

Feldenkrais / Musik  
[www.musiker-feldenkrais.de](http://www.musiker-feldenkrais.de) // [dw@feldenkraisstimme.de](mailto:dw@feldenkraisstimme.de)

#### **PROF. ULRIKE WOHLWENDER**

Klavierpädagogik / Instrumentalpädagogik / Musikphysiologie  
Ursachenanalyse spielbedingter Überlastungssyndrome (Tasteninstrumente)  
Leiterin der Zukunftsinitiative Sirius 6.0  
[www.musikerhand.de](http://www.musikerhand.de) // [ulrike.wohlwender@hmdk-stuttgart.de](mailto:ulrike.wohlwender@hmdk-stuttgart.de)

### **IN KOOPERATION**

#### **ANGELIKA HEYDT**

psychologische Beratung / Psychotherapie  
[www.musikerberatung.com](http://www.musikerberatung.com) // [angelika.heydt@arcor.de](mailto:angelika.heydt@arcor.de)

#### **CONSTANZE MARGGRAF**

psychologische Beratung / Psychotherapie  
[constanzemarggraf@gmx.de](mailto:constanzemarggraf@gmx.de)