



#### OBRAZOVANJE:

- studij prava (Zagreb)
- studij waldorfske pedagogije (Beč)
- studij euritmije (Stuttgart)

#### RADNO ISKUSTVO:

- 13 godina iskustva rada u waldorfskoj školi kao učitelj
- višegodišnje iskustvo vođenja euritmijskim tečajeva i radionica za djecu i odrasle
- višegodišnje iskustvo euritmijskog scenskog nastupa kao član Else-Klink-ansambla iz Stuttgarta i danas euritmijskog ansambla Iona iz Zagreba
- iskustvo u vođenju euritmijskog studija i suradnik na seminaru za waldorfsku pedagogiju
- višegodišnje iskustvo suradnje s dječjim vrtićima u izvođenju euritmije

- Euritmija za djecu, uz pričanje bajki, odvija se utorkom od 17:00 do 17:45 na Horvatovcu 92 (iznad Kvatrića).

- Cijena tečaja je 100 kn mjesečno.

- Grupa okuplja predškolce i rado nam se možete pridružiti jer još primamo nove polaznike.

---

- Tečajevi euritmije za odrasle održavaju se svaki četvrtak od 17:30 do 18:45 u dvorani IONA Waldorfske škole u Zagrebu, Jakuševečka 6.

- Cijena tečaja je 100 kn mjesečno. Primamo nove polaznike.

#### Kontakt i prijave:

Alen Guca  
GSM. 092/2718320

# TEČAJ EURITMIJE ZA DJECU I ODRASLE

Voditelj  
Alen Guca

## EURITMIJA ZA DJECU

Današnjica u sve većoj mjeri oduzima djeci djetinjstvo unoseći u život nervozu, prerano odrastanje i starenje. Euritmijski pokreti bude snage koje prirodno grade i oblikuju nježno dječje biće koje se kreće oponašajući.

Poseban je naglasak na razvoju ravnoteže, kvalitete dodira i osjetila za vlastiti pokret. Također se razvija mašta i veselje za igru koja jača socijalne snage i uključivanje drugih, a istodobno razvija individualne kvalitete kako kroz pokret i ritam tako i kroz sposobnost suoblikovanja gesti.

Euritmija posebno razvija volju koja postaje bogatija i diferencirana. Pridonosi svestranijem razvoju osjetila, što je preduvjet za kasnije bogatije i različitiije mišljenje i stvaranje novih ideja. Euritmija se danas prakticira u mnogobrojnim zemljama i na svim kontinentima.

Posebice je zastupljena u waldorfskim školama i vrtićima diljem svijeta kao i u mnogim drugim socijalnim i zdravstvenim ustanovama. Djelovanje govorne snage učarane u kretnje, aš kao i pjevanje, u svim istraživanjima upućuje na jačanje životnih snaga djeteta izgrađujući, zaštićujući i omogućavajući oblikotvorno individualiziranje još u ranom djetinjstvu.

Malo je dijete sasvim u gesti i pokretu intenzivno svim svojim djelovanjem. Zamjećivanjem i



oponašanjem euritmijskih kretnji utiskuje ih u svoje biće. **Dajmo svojoj djeci ono što im euritmija može pružiti: smislene, dobre i lijepe kretnje koje pospješuju maštu, snaže volju i tjelesno zdravlje.**

## EURITMIJA ZA ODRASLE

Nije li čovjek prilika izgrađena prema glazbenim zakonima i odnosima? Ne nosi li čovjek sam u sebi skrivenu harmoniju, ritam, melodiju.... u plemenitom svom obličju kao najveće čudo prirode? Mogu li noge govoriti? Mogu li ruke pjevati?

Euritmija

nastoji otvoriti jedan put modernog pronalaženja odgovora na ta pitanja polazeći od pretpostavke da su sloboda, radost i istinitost pokreta temelj za razvoj zdravog individualiteta.

Euritmija stupa u pojavnost u svom trostrukom obličju: kao umjetnička euritmija, tj. u svom izvornom obliku kao umjetnost, zatim kao pedagoška euritmija u svom pedagoško-didaktičkom aspektu kao jedna vrsta „duševne gimnastike“ te kao zdravstvena euritmija u svom terapijskom aspektu.

Osnovni elementi euritmije trebaju kroz prostorne pokretne forme obogatiti i profiniti sve duševne poriveu odnosima čovjeka sa čovjekom, u odnosima čovjeka i svijeta. Takvo euritmijsko kretanje školuje i tjelesnost koja onda postaje prijemčljiva za kvalitete prostora i vremena. Konačno i ono duhovno u čovjeku potiče realizirajući unutrašnje predodžbe, pojmove i ideje da se one mogu vidljivo iskazati u živoj kretnji u prostornim formama.

Glazba se odvija u tonovima kao pokretna dinamika, kao napetost i odnos tj. interval. Sve te kretnje, koje leže izvan onoga što možemo čuti, a glazba ih u sebi nosi, euritmijom pravimo vidljivim. Euritmija nije pokretna ilustracija glazbe, ona ulazi u samu bit i srž glazbenog



djela. Kao što je struna napeta na dvije strane da bi zazvučao ton tako je i duša „napeta“ između svoje glazbom ispunjene duhovne biti s jedne strane i tijela sa svojim osjetilima s druge strane.

Među tim polovima lebdi duša, ugađajući, uštimaavajući i harmonizirajući ih posredstvom euritmijske kretnje.

U govoru se melos zgušnjava do imaginativno smislene slike, a pjesnici ih umjetničkim stvaranjem dovode do pojavnosti. Glasovna euritmija pravi to stvaranje vidljivim. To su geste koje izviru iz dubine ljudskog bića i pretaču se u vidljive kretnje.

Euritmijom harmoniziramo cjelokupno biće u svojim aspektima mišljenje, osjećanja i volje, snažimo svoje snalaženje u prostoru i socijalne kompetencije u grupnim formama. Naročito je djelotvorna euritmija za postizanje tjelesnog i duševnog zdravlja, zadobivanja osjećaja uspješnosti i sigurnosti, kao i senzibiliziranje osjetila i prijemčljivost na detalje koji pokretnom estetikom pomlađuju duhovno duševnim kretnjama i samu tjelesnost.