

Entspannter Neustart

FREIZEIT Das Bildungshaus am Harz in Alterode bietet nach mehrmonatigem Lockdown wieder Kurse an. Zum Auftakt gibt es Meditation und Kampfkunst aus aller Welt.

VON TINA EDLER

ALTERODE/MZ - Acht Monate ging nichts im Bildungshaus am Harz in Alterode. Wo sonst die Evangelische Heimvolkshochschule Monat für Monat Kurse im Bereich der politisch-sozialen Bildung, Gesundheitsbildung und musisch-kreativen Bildung anbietet, ertönten abwechselnd lediglich die Geräuschkulissen von Rasenmäher und Telefon. „Der Großteil der Mitarbeiter war in Kurzarbeit. Unser Telefon war besetzt und der Hausmeister vor Ort, mehr aber auch nicht“, fasst Anja Tiggesmeier, Studienleiterin im Bildungshaus, die zurückliegende Zeit zusammen.

Neuerungen in der Akademie

Das sei eine lange Durststrecke für die Einrichtung gewesen, die eigentlich davon lebt, dass jede Woche Besucher aus Nah und Fern in den Arnsteiner Ortsteil und die alten Fachwerkhäuser der Heimvolkshochschule reisen. Coronabedingt konnten aber viele der Kursformate, die bis zu 50 Teilnehmer pro Woche locken, in den vergangenen Monaten nicht angeboten werden. „Mit unserer Sommerakademie haben wir jetzt wieder neu starten können“, sagt Tiggesmeier. Drei Wochen lang gab es nun in über 40 Kursen chinesische Kampfsport- und Meditationsarten, die von Dozenten aus Europa und China geleitet wurden. Auch Neuerungen standen dabei auf der Tagesordnung. So wurde erstmals ein Lungen-Qigong angeboten, das speziell das Atem- sowie das Immunsystem des Körpers stärken soll. „Das war bei den Teilnehmern so begehrt, dass wir zwei Kurse dazu hatten“, sagt Sonja Blank. Die selbstständige Lehrerin für Taijiquan und Qigong aus Hessen organisiert die jährliche Sommerakademie in Alterode. In diesem Jahr stellte sie die Planung vor eine Herausforderung: Lange Zeit sei nicht klar gewesen, ab wann Übernachtungen im Bildungshaus in Alterode wieder möglich sind. Auch die Teilnehmerzahl musste auf 15 Personen pro Kurs begrenzt werden. Und digitaler Unterricht gehörte ebenfalls dazu. Dozent Huaxiang Su vermittelte seine Übungen beispielsweise via Leinwand direkt aus China nach Alterode. „Das wird in Zukunft sicher so sein, dass es davon mehr wird“, sagt Blank.

Eine Format, das Alternativen biete, aber aus Sicht des Bildungshauses gerne auch Seltenheit bleiben könnte, meint Tiggesmeier.



Zum Neustart in der Heimvolkshochschule Alterode waren Gäste aus Deutschland und Europa bei der Sommerakademie für Taijiquan und Qigong. Hier erklärt Trainer Epi van de Pol (2.v.li.) die Übungen mit dem Spazierstock. FOTOS: TINA EDLER

„Unser Haus lebt davon, dass die Leute herkommen.“

Anja Tiggesmeier
Bildungshaus am Harz

„Unser Haus lebt davon, dass die Leute herkommen und hier übernachten. Deswegen hoffe ich, dass die Präsenzveranstaltungen bleiben werden“, begründet sie.

Lieber Training vor Ort

Das sehen aber auch die Teilnehmer der Sommerakademie so. Gisela Wolters ist das erste Mal dabei und aus dem Raum Münster angereist. „Die Lage ist super, das

Haus ist sehr schön. Was man hier vor Ort macht, ist toll“, schwärmt die 88-Jährige. Durch ihre Tochter ist sie auf das Seminarprogramm aufmerksam geworden und hat die über 300 Kilometer lange Fahrt gerne auf sich genommen, um im Bildungshaus anstatt am PC zu trainieren. „Dass ist doch auch wichtig und wunderbar, dass man mit den Leuten hier zusammenkommt“, sagt sie. Für sie sei es so einfacher, die Übungen richtig zu erlernen, wenn Dozenten und andere Kursteilnehmer Hilfe gebend daneben stehen. Gerade lernt sie beim holländischen Trainer Epi van de Pol eine Taiji-Bewegungsform, die mit einem Spazierstock durchgeführt wird. „Das ist schon spannend, auch wenn man sich viel konzentrieren muss“, sagt Wolters.

Spenden fürs Bildungshaus

Um das Bildungshaus auch während des Lockdowns zu unterstützen, hatte Organisatorin Sonja Blank übrigens einen Aufruf gestartet. Unter dem Motto „Rette deinen Lieblingsort“ sammelte sie bei ihren Kursteilnehmern aus ganz Europa Spenden. Über 3.000 Euro kamen so zusammen. „Das ist sehr berührend für uns“, sagt Tiggesmeier.



Trainerin Ruth Arens (2.v.li.) zeigt die Übungen für das Lungen-Qigong.