

Body-Percussion 1 Body Groove Kids 1, Body Percussion für 6-10 Jährige "Ein tolles Instrument"

1 (rechte Hand auf Brust), 2 (klatsch), 3 (rHaB), 4 (k), 5 (rHaB), 6 (k), _ (kurze Pause) 7/8 (2 schnelle Klatscher)

1,2,3,4,5,6, _7/8

(Rhythmus weiterklatschen)

Liebe Leute, wir hab`n hier ein tolles Instrument,
war gar nicht teuer, fast geschenkt, es liegt jetzt voll im Trend,
mal klingt es laut, mal klingt es leis und manchmal bleibt es stumm,
mal klingt es hoch, mal klingt es tief, mal dreht es sich im Kreis herum

1 (klatsch), 2 (klatsch), 3/4/5 (3 schnelle Schläge gegen Brust), 1/2/3/4 (4x schnelle Schläge auf Oberschenkel)

Sprung (1/4-Drehung)/Yep (in neuer Richtung mit beiden Fingern nach vorne zeigen)

1,2, 3/4/5, 1/2/3/4/Sprung/Yep

1,2, 3/4/5, 1/2/3/4/Sprung/Yep

1,2, 3/4/5, 1/2/3/4/Sprung/-

(nur im Rhythmus ohne body percussion sprechen)

Unser Körpertrommelrhythmus superduperinstrument

Das keiner, wirklich keiner, so gut wie wir kennt.

1,2,3,4,5,6, _7/8

1,2,3,4,5,6, _7/8

Liebe Leute, hört noch mal das tolle Instrument,
war gar nicht teuer, fast geschenkt, es liegt jetzt voll im Trend,
mal klingt es laut, mal klingt es leis und manchmal bleibt es stumm,
mal klingt es hoch, mal klingt es tief, mal dreht es sich im Kreis herum

1,2, 3/4/5, 1/2/3/4/Sprung/Yep

1,2, 3/4/5, 1/2/3/4/Sprung/Yep

1,2, 3/4/5, 1/2/3/4/Sprung/Yep

1,2, 3/4/5, 1/2/3/4/Sprung/-

Unser Körpertrommelrhythmus superduperinstrument

Das keiner, wirklich keiner, so gut wie wir kennt.

Ende (schneller Trommelwirbel auf den Oberschenkeln) <https://www.youtube.com/watch?v=E1SIF3REWBS>

Stabreimübungen

Bäcker backe braunes Brot.

Braunes Brot lindert Not.

Gutes braunes Bauernbrot

Macht der Buben Backen rot.

Paul und Peter prallten plötzlich

Total taumelnd auf dem Teppich.

Kichernd kamen Klaus und Kalle.

Paul und Peter - pille palle

Taten trotzdem triumphierend.

Klaus und Kalle, kurz und knapp

... hauten ab.

Wotan weht und wirkt im Winde,

Wandert weise weit durchs All.

Thor, der Tapfre, trifft die Riesen,

Hebt den Hammer hoch zum Wurf!

Da wallen und wogen

Die Wipfel des Waldes,
da brausen die Bäume
und beugen sich bange.
Mit schleunigen Schritten
Und hohlem Geheule
Wandelt die Windsbraut
Rasend heran.
Wulstige Wolken
Wälzen sich wachsend
Flammig zerflackernd
Hoch einher.
Und hüllen den Himmel
In düsteres Dunkel
Feierlich furchtbar.

(Wilhelm Jordan)

Die Entstehung der Runen

Zeit ist's zu raunen auf dem Rednerstuhl

an dem Urborn Urds.

Ich schaute und schwieg, ich schaute und sann,

lauscht auf der Männer Mund.

Von Runen hört ich reden - sie verrieteten die Deutung

vor der Halle Hars;

in der Halle Hars

hört ich sagen so.

Runen wirst du finden und rätliche Stäbe,

gar stolze Stäbe,

gar starke Stäbe,

die gerötet der Redeherr

und gewirkt Waltmächte

und geritzt der Raterfürst.

Dann zeigt sich's recht, wenn du nach Runen fragst,

den raterentsprossnen,

wie sie wirkten Waltmächte,

und sie zog der Zauberherr.

Wer Verstand hat, bleibt stumm.

Odins Runenerwerbung

Ich weiss, dass ich hing am windigen Baum neun lange Nächte, vom Speer verwundet, dem Odin geweiht, ich selber mir selbst, am Ast des Baumes, von dem niemand weiss, aus welcher Wurzel er wuchs.

Sie boten mir nicht Brot noch Met; da neigt' ich mich nieder auf Runen sinnend, lernte sie seufzend, fiel endlich zur Erde.

Hauptlieder neun lernt' ich vom weisen Sohn Bölthorns, Bestlas Vater und trank einen Trunk des teuren Mets, aus Odrörir geschöpft.

Zu wachsen begann ich und wohl zu gedeihn, weise ward ich da; Wort mich von Wort zu Wort führte, Werk mich von Werk zu Werk führte.

Nun sind Hars Reden in seiner Halle gesagt, gar rätlich Reckensöhnen, nicht rätlich Riesensöhnen. Heil, der sie wies! Heil, der sie weiss! Er wahre sie wohl! Heil, die sie hörten!

Der Seherin Gesicht (Edda)

Gehör heisch ich heiliger Sippen, hoher und niederer Heimdallssöhne:
du willst, Walvater, daß ich wohl künde, was alter Mären der Menschen ich weiß.

Weiß von Riesen, weiland gebornen, die einstmals mich auferzogen;
weiß neun Heime, neun Weltreiche, des hehren Weltbaums Wurzeltiefen.

Urzeit war es, da Ymir hauste; nicht war Sand noch See nach Salzwogen,
nicht Erde unten noch oben Himmel, Gähnung grundlos, doch Gras nirgend.

Bis Burts Söhne den Boden hoben, sie, die Mittgart, den mächtigen, schufen:
von Süden schien Sonne aufs Saalgestein grüne Gräser im Grund wuchsen.

Im Süden die Sonne, des Monds Gesell, rührte mit den Rechten den Rand des Himmels;

die Sonne kannte ihre Säle nicht; die Sterne kannten ihre Stätte nicht;
der Mond kannte seine Macht noch nicht.

Zum Richtstuhl gingen die Rater alle, heilige Götter, und hielten Rat:
für Nacht und Neumond wählten sie Namen, benannten Morgen und Mittag auch,
Zwielicht und Abend, die Zeit zu messen.