

## Pressemitteilung

### Gemeinsam die ganzheitliche Gesundheitsförderung im Musikleben stärken: Der Alexander-Technik-Verband wird Mitglied im Deutschen Musikrat

Der Alexander-Technik-Verband Deutschland e.V. ist als aktuell 111. Mitglied in den Deutschen Musikrat aufgenommen worden. Die von dem australischen Schauspieler Frederick Matthias Alexander Ende des 19. Jahrhunderts entwickelte Methode hat zum Ziel, belastende Bewegungs-, Denk- und Verhaltensmuster zu erkennen und diese zu verbessern. Die Technik ist für Menschen, die hohe körperliche oder stimmliche Leistungen erbringen müssen – wie Musiker:innen – besonders nützlich.

Hierzu **Prof. Martin Maria Krüger**, Präsident des Deutschen Musikrats: „Musikberufe sind oft eine Art ‚Hochleistungssport‘ und daher körperlich wie mental sehr herausfordernd. Wir freuen uns, den Alexander-Technik-Verband Deutschland als neues Mitglied in unseren Reihen zu wissen. Ganzheitliche Methoden wie die Alexander-Technik können wirksam zur Prävention beitragen, das körperliche wie psychische Wohlergehen fördern und die Lebensqualität von Musiker:innen verbessern. Gemeinsam werden wir für dieses Thema sensibilisieren und uns dafür engagieren, dass das Wissen um die komplexen körperlichen, emotionalen und psychischen Zusammenhänge beim Musizieren weiter wächst. Den vielfältigen Dimensionen des Themenkreises ‚Musik und Gesundheit‘ widmet sich daher auch die diesjährige DMR Fachtagung am 18. Oktober in Berlin.“

Hierzu **Petra Pachaly, Leigh Michelow** und **Teresa Brunnmüller**, Vorstand des Alexander-Technik-Verbands Deutschland e.V.: „Wir freuen uns sehr über die Aufnahme in den Deutschen Musikrat. Durch das Erlernen der Alexander-Technik-Prinzipien werden Musiker:innen befähigt, ihr künstlerisches, persönliches Potenzial zu entfalten, ihre eigene Gesundheit auch bei hoher Belastung zu erhalten und Verletzungen sowie Abnutzungserscheinungen vorzubeugen. Als Verband möchten wir dazu beitragen, dass den Musizierenden die ganze Bandbreite ihrer künstlerischen Ausdrucksmöglichkeiten zugänglich ist, dass gesundheitliche Probleme nicht zum Anlass werden, die musikalische Tätigkeit – sei es als Berufs- oder Laienmusiker:in – zu reduzieren und dass es möglich ist, viele Jahre lang mit viel Freude zu musizieren.“

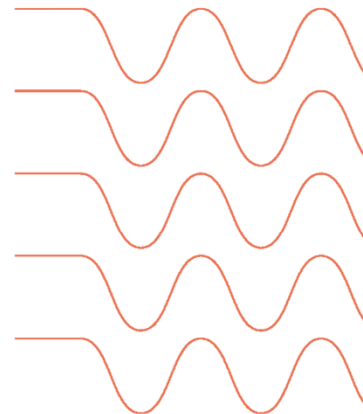
Der [Alexander-Technik-Verband Deutschland e.V.](#) wurde 1984 als Gesellschaft der Lehrer:innen der F.M. Alexander-Technik e.V. (G.L.A.T.) gegründet und 2009 in den Berufsverband ATVd weiterentwickelt. Der ATVd hat derzeit rund 390 zertifizierte Lehrer:innen als Mitglieder. Er engagiert sich für das Verständnis und die Anerkennung der F. M. Alexander-Technik in der Öffentlichkeit und fördert die Alexander-Technik in Forschung und Praxis.

Berlin und Freiburg, 24. September 2024

Deutscher Musikrat e. V.  
Generalsekretariat  
Schumannstraße 17  
10117 Berlin

Tel.: +49 (0) 30 - 308810 - 10  
generalsekretariat@musikrat.de

[www.musikrat.de](http://www.musikrat.de)



Gefördert durch:



Die Beauftragte der Bundesregierung  
für Kultur und Medien