



VOM SCHEITERN ZUM MEISTERN

WEITERBILDUNGEN PÄDAGOGIK

- Ausbilder mit eidgenössischem Fachausweis
- NLP Trainer, NLP Master und Practitioner (IANLP / DVNLP)
- Birkenbihl-Practitioner
- Kultursatelliten Fortbildung, ZhdK
- Hypnosystemische Kommunikation, M.E.G.

AUSWAHL AN AUFTRITTEN

- ab 2020 Theater und Kulturvermittlung mit dem "FehLERN" Theaterprojekt an über 70 Schweizer Schulen
- 2024 "Die Haudinis" Komikduo mit Olli Hauenstein
- 2019 "FehLERN- dranbleiben, wenn es nicht so läuft" Premiere und Theatertournee
- 2018 "Eine Probe fürs Leben" Theatertournee in der Schweiz
- 2014 Theaterfestival Ascona
- 2009 —2012 lizensierter Covent Garden Artist, London (GB)
- 2006 —2012 "SuperZero" Strassentheater-Show in ganz Europa
- 2002 —2005 Zirkus Rämli Dämmi (D)

FUN FACT

Heiko Lingemann ist europaweit als Profimaskottchen u.a. für die Eishockey WM 2020/ 2026, Diamond League Zürich, Spengler Cup, EV Zug, ZSC Lions, CSIO St. Gallen, Ski WM 2017 uvm . im Einsatz.

HEIKO LINGEMANN

CLOWN & KULTURVERMITTLER

KONTAKTDATEN

- Anschrift Eggethof 68,
8585 Langrickenbach (TG)
- Heimatort Langrickenbach
- Nationalität Schweiz
- Homepage www.clownkomik.ch
info@clownkomik.ch
- Telefon 077 487 25 50



AUSBILDUNGEN THEATER

- 2010 —2012 London International School of Corporal Mime
- 2009 — 2010 London International School of Performing Arts
- 1999 — 2001 Tanz und Theater Schule Hannover (TUT)



WEITERBILDUNGEN THEATER

- 2021 Clownkurs bei Avner Eisenberg (USA)
- 2018 Maskenbaufortbildung Alfredo Iriarte, Embodied Poetics, London (GB)
- 2016 Maskentheater Familie Flöz, Tuscania (I)
- 2015 Circus Space London (GB)
- 2014 Physical Theatre „De Bonts International Clown School“, Menorca (ESP)
- 2007 Butoh Tanztheater, Berlin (D)
- 2006 Commedia dell Arte, "Scuola Internazionale dell'Attore Cómico", Reggio Emilia (I)
- 2005 Physical Theatre, "De Bonts International Clown School", Ibiza (ESP)



THEATERAUSZEICHNUNGEN

Mit seinen Theatershows wurde Heiko Lingemann international ausgezeichnet bei:

- Genesis Cinema Award London (GB)
- Kunsten op Straat, Hardenberg (NL)
- La Strada Augsburg (D)
- Bochumer Kleinkunstpreis (D)
- Altensteiger Gauklerfest (D)
- Bamberg zaubert (D)

HEIKO LINGEMANN

PHYSICAL THEATRE PERFORMER

VIDEOLINK

<https://vimeo.com/487867918>



Lachen und nachdenken

Der Langgrickenbacher Heiko Lingemann feiert diesen Samstag im Kulturforum Amriswil die Premiere seines Stücks «FehlERN».

Clown Toto hat schon wieder seinen Hula Hoop fallengelassen. Ganz zum Vergnügen der Kinder, die über seinen enttäuschten Gesichtsausdruck laut lachen. Aber Toto lässt sich nicht entmutigen und übt so lange, bis es klappt und die Kinderschar begeistert klatscht. «Und genau das ist das Ziel», sagt Heiko Lingemann, der Toto spielt. «Die Kinder sollen sehen, Fehler machen ist nicht negativ.»

Clown Toto träumt vom Erfolg im Zirkus. Doch der Weg dahin gestaltet sich schwieriger als gedacht. Während 45 Minuten können Klein und Gross mitverfolgen, wie viel Durchhalte-

vermögen Toto braucht, um seine Nummer mit dem Hula Hoop zu erlernen, wie es ist, Fehler zu machen und dabei den Mut nicht zu verlieren.

Der in der Gemeinde Langgrickenbach ansässige Heiko Lingemann kennt sich in seinem Metier aus. Er ist ausgebildeter Mime und international preisgekrönter Clown, der sich seit über 20 Jahren mit Kindertheater beschäftigt. Er präsentiert mit seinem Theater ganz ohne Worte, aber dafür mit ausdrucksstarker Mimik und viel Singspiel, ein Stück für die ganze Familie.

Inspiziert von der Geburt der ersten Tochter, will Lingemann

dabei aber nicht mehr nur unterhalten, sondern den Kindern wichtige Werkzeuge zum Umgang mit Rückschlägen vermitteln. Er hat sich dafür über ein Jahr lang intensiv mit dem Thema Resilienz beschäftigt.

Auf die Frage, was der grösste Fehler ist, den man machen kann, antwortet Lingemann augenzwinkernd: «Zu spät zu meiner Aufführung kommen.» (red)

Hinweis

Premiere am Samstag, 28. September um 10 und um 16 Uhr im Kulturforum, Bahnhofstrasse 22. Weitere Informationen unter www.clownkornik.ch

"FEHLERN- DRANBLEIBEN, WENN ES NICHT SO LÄUFT"

Projekt «schukulu» an der Schule Beromünster

Komm, lass uns «FehlERN»

Die Schule Beromünster organisiert im Rahmen des Projekts «schukulu» (Schule und Kultur im Kanton Luzern) im Frühjahr 2022 diverse Kultur-Workshops. Sie wird dabei auch von der Gemeinde Beromünster unterstützt. So startete die Basisstufe am Mittwoch, 6. März 2022, mit dem ersten Anlass in der Mehrzweckhalle. Die Basisstufenkinder tauchten ein in die inspirierende Welt des Fehlermachens.

Antonia Schürli-Egli

Heiko Lingemann (www.clownkornik.ch) vermittelt mit seinem herzhaften Clown-Theater «FehlERN» und mit Workshops nützliche Werkzeuge, um mit Rückschlägen umzugehen. Clown Toto träumt nämlich vom Zirkus. Aber der Weg dorthin erweist sich kurvenreicher als gedacht. Immer wieder passieren ihm Missgeschicke beim Training. Er verliert die Balance, sein Hula-Hoop fällt runter und vieles mehr. Es will einfach nicht klappen.

«Lass den Kopf nicht hängen, du packst das»

Wie befriedend ist doch eine Welt, wo Fehler ihren Platz haben. Dies zeigte Clown Toto den Basisstufenkindern Beromünster mit seinem erhellenden Theaterstück auf. Toto hat nämlich grosse Ziele. Er will unbedingt zum Zirkus ja, dies ist sein Herzenswunsch. Für diese grosse Heise hat er bereits seine nicht weniger grosse Kiste gepackt. Er träumt davon, mit seinen artistischen Kunststücken in der Zirkusmanege das Publikum zu verzaubern. Wenn da nur nicht die Rückschläge beim Üben der artistischen Nummern wären. Immer wieder passieren ihm Fehler. Es ist fast zum Verzweifeln. Clown Toto zieht die Kinder in seinen Bann. Sie lachen mit, sie lachen förmlich mit ihm, und sie freuen



Projekt «schukulu» an der Schule Beromünster: Clown Toto zieht die Kinder in seinen Bann.

Bilder: ase



Inspirierende Welt des Fehlermachens mit Clown Toto und seinen Missgeschicken.

sich bis in die tiefste Pore über jeden kleinen Fortschritt, den er erzielt. Sie bekunden mit frenetischen Rufen, dass er dranbleiben soll. «Du schaffst das», «sei nicht traurig, es ist nicht schlimm, wenn du Fehler machst» lauten die inspirierenden Parolen der Schulkinder.

Natürlich wird auch viel gelacht, denn diese Pannen beim Training sehen halt schon lustig aus. So hat die Heiterkeit einen wichtigen Platz bei dieser Aufführung. Und als Toto dann plötzlich grosse Fortschritte macht, da nimmt die unbedingte Freude in der Mehr-

zweckhalle volle Fahrt auf! Es wird gejubelt, was das Zeug hält.

Fehler machen ist nicht negativ – im Gegenteil

In den anschliessenden Vertiefungsworkshops konnten die Basisstufenkinder mit Jonglieren, Balancieren usw. üben, zu «FehlERN». Wenn etwas schiefgeht, dann sind wir traurig und enttäuscht. Vielleicht lassen wir den Kopf hängen, sind wütend oder haben gar Angst vor dem Versagen. Diese Gefühle können wir nicht verdrängen, sie sind da. Wir können ihnen aber durchaus die Stirn bieten. Wenn wir Vertrauen in uns haben und einfach weitermachen, dann werden kleine Fortschritte vielleicht plötzlich grosse. Und zum Glück gibt es nützliche Tipps und Tricks, die helfen, mit Frustration und Niederlagen umzugehen. Dies vermittelte Heiko Lingemann in den Workshops im Klassenverband.

Happy End für Toto

Toto hat nur kurz den Kopf hängen lassen; sich aber schnell wieder motiviert und für seinen Herzenswunsch Zirkus geübt und geübt. So hörte die

Kinderschar Zeuge werden, dass er die Kiste nicht umsonst gepackt hat. Toto geht in den Zirkus! Natürlich fordert dies weiterhin viel Training, er wird üben und Ausdauer an den Tag legen müssen. Aber er packt das. Wie unvorstellbar schön für ihn! Die Kinder waren richtig stolz auf Toto und sein Durchhaltevermögen. Mit ihrem lauten Beifall und den Rufen «nomou, nomou» haben die Basisstufenkinder ihre grosse Begeisterung kundgetan und natürlich eine Zugabe gefordert.

Übrigens... Es sei der kleine Hinweis erlaubt, dass selbstverständlich auch Erwachsene Fehler machen dürfen und müssen. Unbedingt klar, zu seinen Fehlern zu stehen fordert durchaus etwas Mut, aber es befreit und macht uns letzten Endes stark. Und es zeigt auch den Kindern, dass Fehler machen halt einfach zum Menschsein gehört. Na dann: Komm, lass uns «FehlERN»!



DIE HAUDINIS "WILHELM TELL"



MOVING ART KOLLEKTIV "EINE PROBE FÜRS LEBEN"

VIDEOLINK

<https://vimeo.com/265442052>

