

Johanna Laakkonen

Rajoja ylittämässä

Marianne Pontan ja Hellerau-Laxenburgin metodi ^(ref.)

Suomalainen voimistelunopettaja ja tanssitaiteilija Marianne Pontan¹ (1901–1973) johti 1920-luvulla ensin Saksassa ja vuodesta 1925 Itävallassa toimineen Hellerau Dresdenin ja Hellerau-Laxenburgin liikunta- ja tanssikoulun voimistelunopetusta. Oppilaitos oli ennen 2. maailmansotaa yksi saksankielisen Euroopan merkittävimpiä, ja sen toiminnassa tanssi ja voimistelu kietoutuivat toisiinsa. Pontan kehitti yhdessä tšekkiläisen kollegansa Rosalia Chladekin kanssa Hellerau-Laxenburgin metodina tunnettua voimistelujärjestelmää, jota Pontan opetti myöhemmin kouluissaan Pariisissa ja Meksikossa.

Keskityn tarkastelemaan Hellerau-Laxenburgin järjestelmää ja Pontania yhtenä sen kehittäjänä Helleraussa 1920-luvulla. Kerron ensin Helleraun varhaisvaiheista ja koulun opetuksen painopisteen laajenemisesta voimisteluun ja tanssiin. Koulun lukujärjestyksessä Hellerau-Laxenburgin metodi kulki nimellä ruumiinkehitys (*Körperbildung*), joka korvasi aiemmin käytössä olleen voimistelu-sanan. Järjestelmä ammensi vaikutteita useista aikakauden liikuntakouluista. Ennen kuin siirryn tarkemmin itse metodiin,

tarkastelen muiden voimistelujärjestelmien, erityisesti Bess Mensendieckin hygieenisen voimistelun ja hiukan myös Hade Kallmeyerin taiteellisen voimistelun merkitystä Helleraussa tehdyille työlle. Lopuksi kartoitan lyhyesti Helleraun ja Pontanin yhteyksiä suomalaiseen naisvoimisteluun. Käytän termejä ruumiinkehitys ja Hellerau-Laxenburgin järjestelmä tai metodi rinnan, sillä ruumiinkehitystä ryhdyttiin vasta 1920-luvun loppupuoliskolla kutsumaan metodiksi.

Suomessa Maggie Gripenbergin koulussa opiskellut Pontan oli oppilaana Helleraussa 1920-luvun alkupuolella, ja hänestä on ensimmäinen maininta koulun opettajana lukuvuodelta 1923–1924.² Hän johti koulun ruumiinkehityksen ohjelmaa vuoteen 1930. Hänen pääasiallinen mielenkiintonsa näyttää kohdistuneen opetustyöhön, mutta hän myös tanssi, joskin epäsäännöllisesti, Helleraun koulun yhteydessä toimineessa tanssiryhmässä *Die Tanzgruppe Kratina der Schule Hellerau-Laxenburg*. Koska Hellerau-Dresdenistä säilyneissä arkistolähteissä on vain hajanaisia mainintoja valmistuneista oppilaista ja opettajien työsuhteista, pohjautuvat Pontanin uraa koskevat tietoni pääosin lehtiartikkeleihin, Helleraussa työskennelleiden ja opiskelleiden henkilöiden muistelmiin ja koulun toimintaa käsitteleviin, pääasiassa itävaltalaisiin, tutkimuksiin. Jälkimmäisissä Pontanista on kuitenkin hyvin vähän mainintoja.

Teen artikkelissani rajanylityksiä kahdella tapaa. Ensinnäkin asetan rinnakkain voimistelun ja varhaisen modernin tanssin, joiden suhde oli pitkään jännitteinen.³ Voimistelun ja tanssin, liikunnan ja taiteen, yhtäaikainen tarkastelu on kuitenkin perusteltua, sillä voimistelunopetus oli tärkeä osa tanssijakoulutusta varhaisessa eurooppalaisessa modernissa tanssissa. Tanssijat eivät olleet vielä kehittäneet tekniikoita, jotka sittemmin syrjäyttivät voimistelun osana perusharjoittelua, ja voimistelijat saivat vaikutteita tanssista. Voimistelun merkitystä tanssijoille korosti myös johtava saksalainen tanssitaiteilija Mary Wigman todetessaan, että voimistelu muodosti perustan, jolla tanssija seisoι.⁴

Toiseksi tekstiini suodattuvat vaikutteet Suomessakin viime vuosina taiteentutkimuksessa ja yhteiskuntatieteissä yleistyneestä transnationaalisesta lähestymistavasta.⁵ Suomessa tanssin ja naisvoimistelun historian tutkimusperinne on ohut, ja kummallakin alueella on toistaiseksi kiinnitetty melko vähän huomiota kansalliset rajat ylittäviin yhteyksiin ja ilmiöihin. Transnationaali näkökulma haastaa perinteisen metodologisen nationalismin ja ohjaa tarkastelemaan ilmiöitä laajemmissa, kansalliset rajat

ylittävissä yhteyksissä. Ulrich Beck kirjoittaa kansalliselle lähestymistavalle ominaisesta joko–tai-jaottelusta, jossa kansallisvaltion rajat ovat itsestään selvä tutkimuksen lähtökohta ja jossa kansallinen ja kansainvälinen ovat toisiaan poissulkevia.⁶ Transnationaalille on sen sijaan tyypillistä sekä–että-näkökulma, ja Beck määrittelee transnationaalin sellaisiksi elämänmuodoiksi, ajattelutavoiksi ja käytännöiksi, jotka korvaavat kansallisen joko–tai ajattelun ei-kansallisella sekä–että-näkökulmalla. Transnationaaleja ovat ilmiöt, jotka eivät kunnioita kansallisvaltioiden rajoja.⁷

Naisvoimistelun ja tanssin tutkimuksessa transnationaali viitekehys haastaa tarkastelemaan toimijoita, teoksia, tyyliuuntia ja vaikutteiden kulkeutumista kansalliset rajat ylittävissä verkostoissa ja toimintaympäristöissä.⁸ Näkökulma on yhtä aikaa kansallisessa ja sen suhteessa kansainväliseen. 1920- ja 30-luvulla tanssijat ja naisvoimistelijat ylittivät kansallisia rajoja vilkkaasti ja tšekäläinen naisvoimistelu ja tanssitaide olivat verkostoituneet tiiviisti etenkin saksankieliseen Eurooppaan. Aikakauden toimijoiden ja ilmiöiden ymmärtäminen edellyttääkin katseen siirtämistä yli kansallisvaltion rajojen. Suomen 1960-luvun modernia tanssia transnationaalista näkökulmasta tutkinut Riikka Korppi-Tommola osoittaa, että tanssissa vaikutteiden siirtymisiä ei pidä tutkia ainoastaan kehollisia representaatioita, kuten tanssitekniikoita ja liikkumistapoja, tarkastelemalla. Vaikutteet suodattuvat maasta toiseen myös uusia tyyliuuntia esittelevissä teksteissä ja niiden käännoksissä.⁹ 1920- ja 30-luvulla *Kisakenttä*-lehti oli tärkeä kirjallinen foorumi, jolla esiteltiin uusia keskieuropalaisia voimistelusuuntauksia ja raportoitiin myös Helleraun toiminnasta.

Kansalliset rajat ylittävä tutkimusote edellyttää useimmiten, että suomalaista ja ulkomaista lähdeaineistoa tarkastellaan ja tulkitaan rinnakkain, ja tällöin kuva sekä suomalaisesta että ulkomaisesta kehityksestä täydentyy ja monipuolistuu. Aiemmissa tutkimuksissa ja kirjallisuudessa on kartoitettu naisvoimistelumme ulkomaisia yhteyksiä pääasiassa suomalaisten kirjallisten lähteiden ja haastatteluaineistojen pohjalta. Kun näkökulma on ollut suomalaisen voimistelukulttuurin kehittämisessä ja kotimaan tapahtumis-
sa, Helleraun koulu ja etenkin Pontan ovat jääneet vähemmälle huomiolle. Naisvoimistelumme uudistajan Hilma Jalkasen työtä käsittelevässä artikkelissaan Aino Sarje mainitsee Jalkasen saaneen vaikutteita Rudolf Bodelta, Bess Mensendieckiltä ja Rudolf Labanilta ja viittaa lyhyesti myös Jalkasen Hellerau-vaikutteisiin.¹⁰ Aihetta sivuaa myös Irja Kleemola.¹¹ Leena Laine on tarkastellut voimistelunopettaja Elna Kopposen ulkomaisia opintoja.¹²

Anne Makkonen kirjoittaa naisvoimistelun ja tanssin lähentymisestä sekä siitä Suomessa käydystä keskustelusta, mutta hänkään ei paneudu tarkemmin Hellerauhun.¹³

Helleraun vaiheet

Helleraun koulu, ensin nimeltään *Bildungsanstalt für Musik und Rhythmus*, sai alkunsa 1910, kun sveitsiläinen musiikkipedagogi Emile Jaques-Dalcroze perusti eurytmiikalle omistetun koulun huonekalutehtailija Karl Schmidtin aloitteesta perustettuun puutarhakaupunkiin Dresdenin lähistölle. Schmidtiä inspiroi eurooppalainen, Englannista käynnistynyt uudistusliike, jonka kritiikin keskiössä olivat nopeasti kasvaneet teollisuuskaupungit, niiden epäterveelliset työskentely- ja asuinolot ja niistä kummunnut sosiaalinen ja poliittinen epävakaus. Hän hankki omistukseensa maa-alueen, jolle rakennettiin tehdas ja asuntoja puutarhoineen toimihenkilöille ja työväestölle. Schmidt ja Helleraun perustamisessa aktiivisesti mukana ollut Wolf Dohrn olivat kuulleet Jaques-Dalcrozen eurytmiikkaa käsitelleen esitelmän Dresdenissä 1909, ja järjestelmän kehon ja mielen harmoniaa korostavasta lähestymistavasta innostunut Dohrn houkutteli Jaques-Dalcrozen Hellerauhun. Tämä aloitti opetustyön siellä jo 1910, mutta virallisesti oppilaitos käynnistyi vuotta myöhemmin. Koulua varten rakennettiin oma tila, *Festspielhaus Hellerau*, joka avattiin 1912. Siellä järjestetyt esitykset ja Jaques-Dalcrozen eurytmiikka vetivät puoleensa esiintyviä taitelijoita eri puolilta maailmaa.¹⁴ Suomalaisista tanssijoista Helleraussa opiskelivat ensimmäisinä Maggie Gripenberg ja Hertta Idman. Molemmat aloittivat opintonsa jo 1910, ja Idman jatkoi niitä vielä Gripenbergin palattua Suomeen 1911.¹⁵

Helleraussa opetettiin Jaques-Dalcrozen musiikinopiskelua varten kehittämää rytmillistä voimistelua (*gymnastique rythmique*). Jaques-Dalcrozen näkemyksen mukaan musiikin rytmit kumpuavat kehon rytmeistä ja ovat ilmaistavissa kehollisesti. Hän piti yksinomaan kuuloaistiin perustuvaa musiikinopetusta liian kapea-alaisena ja alkoi kehittää harjoitteita, joissa oppilaat tulkitsivat kuulemansa musiikin rakenteen liikkeiden avulla niin, että liike oli alisteinen musiikille.¹⁶ Harjoitteisiin kuului myös improvisaatiotehtäviä, joissa oppilaat tulkitsivat musiikin rytmejä spontaanisti opet-

tajan säestäessä heitä pianolla. Strukturoitujen improvisaatioharjoitteiden tanssikompositiolle tarjoamat mahdollisuudet ja improvisaation myötä tapahtunut kehollisen ilmaisun vapautuminen sai myös monet tanssijat kiinnostumaan eurytmiikasta ja soveltaman menetelmää omaan työhönsä.¹⁷

Jaques-Dalcroze joutui jättämään Saksan ns. Reimsin skandaalin¹⁸ seurauksena, ja hän palasi Sveitsiin 1914. Sotavuosista nilkuttaen selvinnyt oppilaitos avattiin uudelleen vuonna 1919 nimellä *Die Neue Schule Hellerau – Schule Hellerau für Rhythmus, Musik und Körperbildung* johtajinaan Jaques-Dalcrozen entiset oppilaat Christine Baer-Frissell, Valeria Kratina sekä Ernst Ferand-Freund. Kesällä 1925 koulu muutti Itävaltaan, Wienin lähellä sijaitsevaan Laxenburgin linnaan ja uudeksi nimeksi tuli *Schule Hellerau-Laxenburg*. Koulussa, ensin lyhyen aikaa Dresdenissä ja sitten Laxenburgissa, toimi 1920-luvulla kolme suomalaista opettajaa, Pontanin lisäksi Annsi Bergh ja Mary Hougberg.¹⁹

Jaques-Dalcroze jatkoi työtään Sveitsissä, ja hänen menetelmäänsä ja sen merkitystä erityisesti musiikkikasvatuksessa on tutkittu paljon. Sen sijaan Jaques-Dalcrozen jälkeisestä Hellerausta on niukasti tutkimusta. Rytmillinen voimistelu, joskin uuden johdon näkemysten mukaan sovellettuna, säilyi keskeisenä osana koulun lukujärjestyksestä myös 1920-luvulla.²⁰ En kuitenkaan paneudu seuraavassa rytmiiikan opetukseen, vaan tarkasteluni kohteena on ruumiinkehityksen oppiaine, jota ei opetettu Jaques-Dalcrozen aikana ja jonka merkitys Helleraussa kasvoi 1920-luvulle tultaessa. Tässä yhteydessä ei myöskään ole mahdollista paneutua laajemmin suomalais-saksalais-itävaltalaisiin voimistelusuhteisiin ja ulkomaankävijöihin. On kuitenkin tärkeää muistaa, että Hellerau oli vain yksi monista kouluista, josta suomalaiset naisvoimistelijat ja tanssijat hakivat lisäoppia.

Kohti ruumiinkehitystä

Ennen 1. maailmansotaa opetuksen painopiste oli ollut rytmillisessä voimistelussa, mutta uuden johdon aikana tanssi ja voimistelu nousivat rytmiiikan rinnalle tärkeiksi aineiksi. Jaques-Dalcrozen kiinnostus ei ollut ulottunut tanssitaiteen eikä voimistelun tarpeista lähtevien harjoitusmenetelmien kehittämiseen, ja hänen oppilaitaan arvosteltiin ilmaisun kapeudesta ja teknisestä diletantismista.²¹ 1920-luvulle tultaessa koulun

voimistelunopetus perustui ruotsalaiseen lingiläiseen voimisteluun. Sen ei koettu soveltuvan sellaisenaan voimistelunopettajiksi tai tanssijoiksi aikovien opetukseen, ja ruotsalaisesta voimistelusta luovuttiin 1920-luvun alussa. Tuolloin voimistelunopettajaksi tuli Jaques-Dalcrozen johdolla Genevessä ja Baer-Frissellin luona Hellerau-Dresdenissä opiskellut Jarmila Kröschlová, jonka opetus pohjautui amerikkalaissyntyisen Bess Mensendieckin voimisteluun.²² Kun Kröschlová jätti koulun 1924, Pontan siirtyi opetuksen johtoon.

Pontan ja Chladek, alussa mukana olivat myös opettajakollegat Bergh ja Hougberg, halusivat kehittää voimistelunopetusta edelleen ja pitivät tarpeellisena, että opetus toteutuisi yhteisesti sovittujen suuntaviivojen mukaan. Hougberg kuvaa, kuinka heidän yhteinen työskentelynsä alkoi yleensä vasta iltayhdeksän jälkeen ja jatkui yömyöhään.²³ Hougbergin ja Berghin motivaatio ei riittänyt öiseen kehittelyyn, mutta Pontan ja Chladek jatkoivat työtä, jonka tuloksia esiteltiin myös Suomessa *Kisakenttä*-lehteen käännetyssä Pontanin artikkelissa (1930).²⁴ Pontanin ja

Chladekin tavoitteena oli alusta alkaen voimistelunopetuksen muokkaaminen järjestelmäksi, ja Pontanin kirjoittaman tekstin lopussa todetaan erikseen, että kehittäely tapahtui Pontanin ja Chladekin yhteistyönä.

Jo Kröschlován aikana voimistelusta ryhdyttiin käyttämään nimitystä *Körperbildung*, joka *Kisakenttä*-lehdessä käännettiin sanalla ruumiinkehitys. Pontanin mukaan ruumiinkehitys selitti voimistelua paremmin myös hänen ja Chladekin työtapaa. Molemmat sanat kuitenkin esiintyivät koulun esitteissä ainakin 1920-luvun ajan. Gunhild Oberzaucher-Schüller on esittänyt, että siirtyessään käyttämään uutta termiä koulu irtautui kiihkeänä käyneestä Jaques-Dalcrozen eurytmikkaa ja sen luonnetta, tavoitteita ja arvoja koskevasta keskustelusta. Samalla kun ruumiinkehitys erotettiin eurytmikasta, jälkimmäinen termi hylättiin.²⁵ Nähdäkseni kyse oli myös irti otosta aiemmin opetettuun ruotsalaiseen voimisteluun, jossa tavoitteena oli kehon fyysinen harjoittaminen ilman, että liikunnalla olisi ollut ilmaisullisia tavoitteita. Chladek ja Pontan tekivät tietoisesti pesäeron Jaques-Dalcrozeen myös kiinnittämällä huomion fyysiseen taitoon. Chladekin ja Pontanin työssä oli kyse voimistelunopetuksen systematisoinnista, mutta myös sen jalostamisesta tanssitaiteilijan koulutusta paremmin palvelevaksi. Ruumiinkehityksestä tuli pakollinen osa Helleraun opintoja – pohja, jolle muut opinnot rakennettiin.

Aikalaisvaikutteet

Hellerau-Laxenburgin metodissa oli elementtejä useista aikakauden voimistelu- ja tanssityyleistä. Pontan ja Chladek suodattivat oppimastaan systemaattisen järjestelmän, jonka Pontan puki kirjalliseen muotoon. Vaikka voimistelun ja tanssin eri suuntaukset kulkivat usein perustajansa nimellä, kyse oli useimmiten hybrideistä muodoista, joissa yhdistyi aineksia monilta eri tahoilta.²⁶ Keskieurooppalaista voimistelua aktiivisesti seurannut Hilma Jalkanen luonnehti metodia itsenäisesti kehitetyksi yhdistelmäksi Mensendieckin, Rudolf Boden ja Kallmeyerin järjestelmistä.²⁷ Myöhempi Chladek-tutkimus nostaa Mensendieckin lisäksi esiin myös François Delsarten ja Rudolf Labanin.²⁸

Boden rooli vaatisi erillistä tarkastelua, sillä koulun johtaja Ferand-Freund suhtautui kriittisesti erityisesti Boden rytmikäsitukseen, joka poikkesi Helleraussa edelleen soveltaen opetetusta Jaques-Dalcrozen rytmillisestä voimiste-

lusta. Labanin vaikutuksesta kertovat muun muassa vauhtiliikkeiden (*Schwung*) käyttö, joita tosin Bodekin käytti. Selvimmin aikalaislähteissä näkyy Mensendieckin vaikutus. Mainitut Delsarte-vaikutteet suodattuivat Hellerauhun Mensendieckin järjestelmästä, jossa on monia amerikkalaiselle delsartismille tyypillisiä periaatteita. Kallmeyerin suoraa osuutta on vaikeampi arvioida, sillä käyttämissäni lähteissä ei viitata häneen Jalkasta lukuun ottamatta. Ennen kuin siirryn käsittelemään Hellerau-Laxenburgin metodia, nostan esiin Mensendieckin järjestelmän pääpiirteitä avatakseni näiden kahden välisiä yhtäläisyyksiä. Viitatan lyhyesti myös Kallmeyeriin, sillä yhtäläisyydet Mensendieckiin ovat ilmeisiä, minkä kirjoittaja itsekkin toteaa.²⁹

Mensendieck ja Kallmeyer opiskelivat ranskalaisen François Delsarten³⁰ (1811–1871) työtä Yhdysvalloissa kehittäneen Geneviève Stebbinsin (1857–1914) johdolla ja olivat tärkeitä linkkejä amerikkalaisen delsartismin leviämisessä Eurooppaan.³¹ Eurooppalaiset voimistelijat ja tanssijat eivät olleet niinkään kiinnostuneita Delsarten alkuperäisestä järjestelmästä, jossa yksilön henkisillä toiminnoilla, ajatuksilla ja tunteilla oli fyysinen, elein ilmaistava vastineensa. Sisäistä tilaa vastaavien eleiden opetteluun sijaan Delsarten seuraajien painopiste siirtyi nopeasti siihen, miten kehoa tulisi harjoittaa, jotta Delsarten tavoitteet voitiin toteuttaa.³²

Ennen ensimmäistä maailmansotaa Wienissä vaikuttanut Mensendieck oli koulutukseltaan lääkäri, jonka teos *Körperkultur der Frau* (1906), sen uusintapainokset ja sitä seuranneet julkaisut vaikuttivat laajalti saksalaiseen naisten liikuntakulttuuriin 1900-luvun ensimmäisinä vuosikymmeninä. Alun perin naisille voimistelunsa suunnannut Mensendieck korosti, että naisten tulisi ymmärtää kehonsa anatomia ja fysiologia pienintä yksityiskohtaa myöten voidakseen käyttää kehoaan luonnollisesti ja tarkoituksenmukaisesti arkipäivän tilanteissa.³³ Hän halusi oppilaidensa ymmärtävän lainalaisuudet, jotka vaikuttivat yksinkertaistenkin arkiliikkeiden suorittamiseen, ja hänen esimerkkinsä käsittelivät naisten arjen liikkumista kuten valaisimen sammuttamista, kumartumista, vaatteiden ripustamista tai esineiden alas ottamista.

Oppiakseen liikkumaan luonnollisesti ja tarkoituksenmukaisesti tuli käyttää ainoastaan liikesuorituksen kannalta välttämättömiä lihaksia. Kun kehoa oli opittu käyttämään mahdollisimman ekonomisesti, oli kiinnitettävä huomio kehon ja tilan väliseen suhteeseen ja siihen, millaisia linjoja keho piirsi ympäröivään tilaan. Harjoitteisiin liittyi Mensendieckin kehittämä hengitystekniikka, sillä hän uskoi, että monet kehon virheet johtuivat

erityisesti uloshengityksen ongelmista. Hän painotti myös rentoutumisen merkitystä ja kehitti harjoitteita, joilla pyrittiin tietoiseen kehon jännityksen laukaisemiseen. Harjoituksissa ei käytetty musiikkia, mikä osaltaan korosti niiden käyttökelpoisuutta: niitä saattoi tehdä myös itsenäisesti kotona.

Mensendieckin palattua Yhdysvaltoihin saksalaiset voimistelunopettajat kehittivät järjestelmää eteenpäin. He käyttivät termiä *Bewegungslehre* (liikuntaoppi) hänen työnsä pohjalta kehittyneestä suuntauksesta, jonka tavoitteena oli tutkia liikesuoritusta (*Ablauf der Bewegung*) ja liikkeen kehollisia mahdollisuuksia.³⁴ Liikuntaoppi siis laajensi Mensendieckin järjestelmän korjaavasta ja virhesuorituksia parantavasta metodista, niin kutsutusta hygieenisestä voimistelusta, kohti laajempaa liikkeen ja liikesuorituksen tutkimista, minkä vaikutus näkyy myös Chladekin ja Pontanin työssä. He kuitenkin viittasivat liikuntaopilla järjestelmänsä kolmannen vaiheeseen, yksilöllisen liikeilmaisun kehittämiseen.

Hade Kallmeyer esitteli taiteelliseksi voimisteluksi nimittämänsä suuntauksen teoksessaan *Künstlerische Gymnastik* (1910). Hän kommentoi Mensendieckin kirjan nimeä poleemisesti johdantolukunsa otsikossa ”Ruumiinkulttuuria myös naisille” (1910, 1, kursivointi J.L.). Päinvastoin kuin Mensendieck, Kallmeyer suuntasi harjoitteensa myös miehille, liitti voimisteluunsa ilmaisun ja piti tärkeänä, että taiteellinen voimistelu voisi johtaa tanssiin.³⁵

Eroista huolimatta Mensendieckin ja Kallmeyerin järjestelmissä on yhteisiä piirteitä, joista monet juontavat Stebbinsin työhön ja delsartismiin sellaisena, kuin se oli kehittynyt Yhdysvalloissa. Lihasvoiman taloudellinen käyttö, energian suuntaaminen liikesuorituksen kannalta oikeisiin lihaksiin, luonnollinen virtaava hengitys, rentouden merkitys liikesuorituksessa ja tietoisuus tilasta ja kehon linjauksista löysivät kaikupohjaa eurooppalaisten tanssijoiden ja voimistelun uudistajien keskuudessa.³⁶ Monet edellä mainituista periaatteista siirtyivät Kröschlován välityksellä myös Pontanin ja Chladekin työhön.

Hellerau-Laxenburgin metodi

Pontania ja Chladekia yhdisti Mensendieckiin ja myös Kallmeyeriin analyttinen suhtautuminen liikesuoritukseen ja kehon toimintaan. Siitä, millaiseksi ruumiinkehitys sisällöltään muokkautui, saa käsityksen edellä

mainitusta Pontanin artikkelista, jossa hän esitteli järjestelmän pääpiirteet. Täydennän hänen kuvaustaan aikalaislehtien artikkeleiden metodia koskevilla esittelyillä sekä Hilma Jalkasen *Uusi naisvoimistelu* -kirjan luvulla ”Uuden voimistelun menetelmät”. Jalkasen teksti noudattaa selkeästi Pontanin tekstin jakoa ruumiinkehittämiseen ja liikuntaoppiin, jälkimmäisestä Jalkanen tosin käyttää nimeä liikuntakoulutus.³⁷ Myös liikemateriaalin kuvaus on yhteneväinen, joskin yksityiskohtaisempi kuin Pontanilla. Jalkanen viittaa tekstissään uusiin keskieurooppalaisiin voimistelumenetelmiin, mutta ei mainitse erikseen Pontania tai Chladekia.³⁸

Aikakauden ideaalin mukaisesti ruumiinkehityksen tavoitteena oli luonnollisten liikkeiden löytyminen ja sivistyksen aikaansaamien virheasentojen ja haitallisten liikeratojen poistaminen ja korjaaminen. Jäljellä oli edelleen sekä Delsarten että Jacques-Dalcrozen työhön sisällynyt ajatus sisäisen ja ulkoisen välisestä yhteydestä, nyt uudelleen muotoiltuna: ”Vain sielullista tietä pääsemme ruumiiseen käsiksi”, Pontan kirjoitti. Termillä ”ruumiinliikuntaäly” hän viittaa sopusuhteisesti harjoitettuun, henkevästi liikkuvaan kehoon vastakohtana ylitreenatulle ruumiille. Siinä missä voimistelun tavoitteena oli fyysisesti terve keho, ruumiinkehityksen opetus pyrki vapauttamaan harjoittajansa yksilölliseen tanssilliseen ja taiteelliseen ilmaisuun. Järjestelmä valmisti sekä voimisteluun että tanssiin.

Pontanin ja Chladekin näkemyksen mukaan ihmisellä piti olla elävä, itse koettu suhde liikuntaan. Jäljitellen, pintapuolisesti tehty ja mekaaninen liike saattoi kyllä tyydyttää liikunnan

Marianne Pontan (oik.) ja Rosalia Chladek Helleraun pihamaalla. (Chladek-Archiv, Konservatorium Wien Privatuniversität der Stadt)

tarpeen, mutta mekaaninen harjoittelu ei johtanut Helleraussa tavoitteeksi asetetun liikuntakulttuurin kehittymiseen. Siinä liikunta muodostuisi ”luonnolle välttämättömyydeksi ja siten jokaisen yksilön omaisuudeksi ja ilmaisumuodoksi”. Käytännön harjoitustilanteessa olennaista oli opiskelijan tietoinen liikkeiden suorittaminen, ja Mensendieckiä ja Kröschlovää seuraten vaadittiin, että oppilaiden oli tunnettava myös harjoitettujen liikkeiden anatomis-fysiologinen vaikutus. Luonnolliseen, ”elämäntäyteiseen” liikkeeseen voitiin päästä kuitenkin vasta silloin, kun tietoisesti harjoitettu liike muuttui jälleen tiedostamattomaksi. Jotta oikea suhde liikkeeseen löytyi, oppilasta voitiin auttaa myös selityksen avulla ”elämään” tavoiteltu liike. Keskittymis- ja havaitsemiskykyä lisäävien harjoitteiden korostettiin kehittävän yksilöä kokonaisuutena, ei vain hänen ruumistaan. Liikkeiltä vaadittiin yksinkertaisuutta ja kaikenlaisen teeskentelyn karttamista, ja oppilaita haluttiin kasvattaa ilmaisun rehellisyyteen. Yksilön kokonaisvaltaista kehitystä luonnehtivia huomioita lukuun ottamatta henkisen ja ruumiillisen välisen yhteyden käsittely jäi kuitenkin ohueksi tekstissä, jossa tekijät tiivistävät järjestelmänsä peruseriaatteet.

Järjestelmä jakautui kahteen osaan: ruumiinkehitykseen ja liikuntaoppiin (*Bewegungslehre*). Ruumiinkehitys puolestaan jaettiin irrottavaan ja rakentavaan työhön.

Irrottava työ oli rakentavan työn edellytys, ”passiivista tietä” saavutettu koko ruumiin vapautuminen, millä tavoiteltiin esimerkiksi niveljäykkyyden ja jännitteiden poistamista mm. erilaisten rentoutus- ja venytysharjoitusten avulla. Pontan määritteli passiivisen työn jonkin ruumiinosan tiedostamattomaksi toimintaan saattamiseksi joko toisen ruumiinosan tai ulkopuolisella avulla. Avustajina toimivat kanssaopiskelijat tai liikkeitä tehtiin esimerkiksi lattiaa hyödyntäen.

Rakentavassa työssä vahvistettiin yksittäisiä lihasryhmiä ja ruumiinosia sekä pyrittiin kehittämään joustavuutta, ruumiin eri osien suorituskkyä ja hallintaa. Pontanin huomio liikkeiden mahdollisimman tarkoituksenmukaisesta suorittamisesta viittaa kunkin liikkeen kannalta välttämättömien lihasten aktivoimiseen ja ekonomiseen energian käyttöön. Rakentavaan työhön kuuluivat myös harjoitukset, joissa käytettiin koko kehoa. Jalkanen mainitsee tällaisiksi esimerkiksi ”vapaat hyppäykset”.³⁹ Pontan korosti Mensendieckin ja Kallmeyerin tavoin keskustaliikunnan periaatetta. Suomenkielisessä käännöksessä keskustaliikunta on tosin käännetty hiukan harhaanjohtavasti kokonaisliikehtimiseksi.

Mensendieckin vaikutus näkyi selkeimmin näissä rakentavissa harjoitteissa. Koska yhtäläisyydet myös Kallmeyerin ovat ilmeisiä, ei jälkimmäisenkään vaikutusta voida sulkea pois. *Archives International de la Danse* -lehden artikkelissa (1935) julkaistiin kuvaus Hellerau-Laxenburgin metodista sellaisena kuin Pariisiin siirtynyt Pontan sitä yhdessä Doris Halphenin kanssa opetti. Artikkelissa todettiin suoraan, että lihaksia vahvistava ja ruumiinhallintaa kehittävä rakentava työ oli ”avoimesti lainattu” Mensendieckin järjestelmästä.⁴⁰

Helleraun kesäkurseista on säilynyt suomalaisen oppilaan Lyyli Nuotion kirjoittama, mitä ilmeisimmin vuoden 1929 kurssista kertova matkakertomus, jossa hän kuvaa ruumiinkehityksen opetusta. Opettajana kurssilla ei kuitenkaan ollut Pontan vaan Annsi Bergh:

”Pyrittiin poistamaan väärää lihasjännitystä ja niveljäykkyyttä, annettiin venytysharjoituksia, vaadittiin oikeaa hengitystä, opetettiin kaikenlaisia käynti-, juoksu- ja hyppylajeja, tasapainoliikkeitä, heilautuksia, lantion ja selkärangan liikkuvaisuutta, jännitystä (Spannung) ja sen purkautumista (Entspannung) j.n.e. Yleensä väänneltiin ruumista ja keikuttiin linnan parkettilattioilla, kunnes ei ainoatakaan tervettä paikkaa ollut ruumiissa.”⁴¹



Vastustusliike Marianne Pontanin ja Doris Halphenin Pariisin koulusta, jossa Pontan jatkoi Hellerau-Laxenburgin metodin opettamista. Ylhäällä oikealla sammakohyppy, suorittajana Marianne Pontan. (Suomen Kuvalehti 25.7.1931, kuvaaja tuntematon)

Liikuntaoppia Pontan kutsui ruumiinkehityksen ”vaikutetuksi jatkoksi”, jonka tavoitteena oli yksilöllisen liikeilmaisun kehittäminen tanssia ja erilaisia joukkoesityksiä varten. Juuri liikuntaoppi Jaques-Dalcrozel leimallisine, mutta nyt uusien tavoitteiden mukaan sovellettuine, rytmikka- ja improvisaatioharjoituksineen erotti Hellerau-Laxenburgin menetelmän Mensendieckistä ja Kallmeyerin kirjassaan esittelemistä valmiista liikesarjoista. Tosin Pontanin ja Chladekin työskentelyssä musiikin roolia voisi luonnehtia enemmänkin herätteleväksi, ei hallitsevaksi, kuten eurytmikassa. Liikuntaopin teemoina olivat muun muassa jatkuva liike, yhdistävät liikkeet sekä yksilön ja ryhmän liikkeiden suhde toisiinsa ja tilaan.⁴² *A.I.D.* -lehden kuvauksen mukaan vasta viimeiset harjoitteet saivat tanssin muodon, kun oppilaat esittivät yksin ja yhdessä improvisoituja tai valmiiksi sommiteltuja tansseja. Niitä edelsivät rytmiharjoitukset, joita opiskelijat tekivät pianon ja tammin säestyksellä.⁴³

Metodi Suomessa

Hellerau-Laxenburgin metodi kulkeutui Suomeen monia väyliä. Modernin liikunta- ja tanssikasvatuksen ohella koulun kolme suomalaisopettajaa olivat varmasti tärkeä syy siihen, että lukuisat suomalaiset naisvoimistelijat ja tanssijat opiskelivat Helleraussa. Kesällä 1930 kesäkursseille osallistui 185 opiskelijaa, joista 16 Suomesta.⁴⁴ Pontanin yhteyksistä Suomeen on jäänyt vain vähän jälkiä. Kiinnostuksesta kuitenkin kertoo, että kesällä 1931, siis Hellerausta lähtönsä jälkeen, Pontan tuli opettamaan Tanhuvaaran kesäkurssille, jotta ”täkäläiset voimistelunopettajat säästysivät kalliista ulkomaisesta opintomatkasta”.⁴⁵ 33 kurssilaista olivat etupäässä voimistelunopettajia, ja mukana oli lyhyemmän ajan kymmenen amerikkalaista opettajaa. Hilma Jalkanen (H.J.) raportoi Pontanista innostuneena:

”Kaikki mitä hän opettaa, on selvää ja tarkoituksenmukaista. Joka liike valmistetaan tarkasti, voisipa miltei sanoa tieteellisellä tarkkuudella. - - hän piti myös keskustelutunteja, joilla saimme kysellä hänen mielipiteitään erinäisistä seikoista, joita itseksemme olimme miettineet.”⁴⁶

Yhtenä tärkeimmistä Helleraun oppien välittäjistä voidaan pitää Hilma Jalkasta, jonka *Unsi naisvoimistelu* -kirjassa on paljon vaikutteita Pontanin ja Chladekin työstä. Jalkanen myös käänsi edellä käsitellyn Pontanin artikkelin *Kisakenttään* ja esitteli lehdessä koulusta omaksumiaan ajatuksia.⁴⁷ Toinen merkittävä välittäjä oli Pontanin kollega, Tanzgruppe Kratinassa ydinjoukkoon kuulunut Mary Hougberg, joka palasi Suomeen 1930-luvun alussa ja perusti suosittuun liikuntakoulun Helsinkiin. Hougbergin panos suomalaisessa naisvoimistelussa ei kuitenkaan ollut yhtä näkyvä kuin Jalkasen, jonka ajatukset levisivät laajalle sekä hänen opettajantyönsä että lukuisten julkaisujensa ansioista. Hellerau-Laxenburgissa opiskelivat myös monet muut tunnetut voimistelunopettajat pidempiä ja lyhyempiä aikoja.

Esiin varjosta

Marianne Pontan on jäänyt Suomessa tuntemattomaksi, sillä hän ei koskaan palannut pysyvästi kotimaahansa, jonka naisvoimisteluun ja sitä koskevaan teoreettiseen ajatteluun hänen työnsä vaikutti. Chladek jät-

ti Helleraun siirtyessään Baseliin vuonna 1928, mutta palasi Helleraun tanssija- ja voimisteluopetuksen johtoon Pontanin siirryttyä Pariisiin. Chladek jatkoi järjestelmän muokkaamista, ja System Chladekissa on edelleen nähtävissä Hellerau-Laxenburgin metodin vaikutus.

Metodi, siihen vaikuttaneet henkilöt ja koulukunnat samoin kuin Chladekin ja Pontanin rooli haastavat tutkijoita edelleen. Hellerau-Laxenburgia käsittelevästä tutkimuksesta suuri osa on tehty Itävallassa ja se on kohdistunut ennen kaikkea Chladekiin, jonka varjoon Pontan on jäänyt. Rajojen ylittämisen sijaan tutkijoiden kiinnostus on suuntautunut pikemminkin kansallisen voimistelu- ja tanssikulttuurin tarkasteluun. Helleraun oppilas- ja opettajakunta oli kuitenkin kansainvälistä, ja transnationaalia näkökulmaa tarvitaan koulussa tehdyn työn tutkimiseen. Pontanin ja Chladekin työ oli urauurtavaa, mutta metodin sisältöön vaikuttivat myös monet muut tekijät ja toimijat. Tsekkiläisen Kröschlován merkitys herättää edelleen kysymyksiä, samoin yhteydet Labaniin, jonka kursseille helleraulaiset osallistuivat. Entä mikä sai Pontanin jäämään ulkomaille? Eikö Suomen vahvojen voimistelunaisten joukkoon mahtunut ulkomailla kannuksensa hankkinut pedagogi, joka oli myös esiintyvä taiteilija? Kaikkine vaikutteineen Pontan ja Hellerau ovat tärkeä osa suomalaisen naisvoimistelun ja tanssitaiteen historiaa ja haastavat tutkimaan niiden yhteistä menneisyyttä.⁴⁸

Lähteet

Arkistot

Chladek-Archiv, Konservatorium Wien Privatuniversität der Stadt
Deutsches Tanzarchiv Köln: Nachlass Valeria Kratina
Suomen Urheiluarkisto (SUA): Hilma Jalkasen arkisto; Suomen Naisten Liikuntakasvatusliiton arkisto, Tanhuvaaran urheiluoipiston arkisto
Sächsisches Staatsarchiv, Hauptstaatsarchiv Dresden: Ministerium für Kultus und öffentlichen Unterrichts
Teatterimuseon arkisto: Ukko Havukan arkisto
Theatermuseum Wien, Fotosammlung

Lehdet

Archives International de la Danse (A.I.D.) 1935
Der Tanz 1928
Kisakenttä 1921, 1926, 1929, 1930, 1931
Lähikuva 2012
Schrifttanz 1930
Suomen Kuvalehti 1931
Tanssi 1998
Urheilijan Joulu 1929

Kirjallisuus ja artikkelit

Beck, Ulrich. 2004. *Cosmopolitan Vision*. Trans. Ciaran Cronin. Cambridge and Malden: Polity Press, 2011. Trans. of *Der kosmopolitische Blick oder: Krieg ist Frieden*. Suhrkamp Verlag: Frankfurt am Main.

Brandenburg, Hans. 1917. *Der moderne Tanz*. Zweite, vermehrte Auflage. Georg Müller: München.

Brown, M.C. & Sommer B.K. 1969. *Movement Education. Its Evolution and a Modern Approach*. Addison-Wesley Publishing Company: Reading MA.

Feudel, Elfriede. 1926. *Rhythmik. Theorie und Praxis der körperlich-musikalischen Erziehung*. Delphin-Verlag: München.

Gripenberg, Maggie. 1950. *Rytmin lumossa. Muistelmia*. Käsikirjoituksesta suomentanut Sirkka Rapola. Otava: Helsinki.

Hagemann, Hedwig. 1926. *Körperkultur*. Teoksessa *Künstlerische Körperschulung*. Hrsg. Ludwig Pallat & Franz Hilker. 3., erw. Aufl. Hirt: Breslau.

Hougberg, Mary. 1965. *Liebe Rosalia*. Teoksessa *Tänzerin, Choreographin, Pädagogin Rosalia Chladek*. Hrsg. Gerda Alexander & Hans Groll. Österreichisches Bundesverlag: Wien.

- Die Idee vom Gesamtkunstwerk.* Katalog zur Dauerstellung des Deutschen Werkbundes Sachsen e.V. 2009. Hrsg. Deutscher Werkbund Sachsen e.V., Gesamtdirektion Sibylle Becker-Kilian. Miriquidi Media: Leipzig.
- Jalkanen, Hilma. 1930. *Uusi Naisvoimistelu*. Otava: Helsinki.
- . 1967. *Voimistelujärjestelmä*. Koonnut Pirkko Vilppunen. Weilin+Göös: Helsinki.
- Jaques-Dalcroze, Emile. 1997 (1920). *Rytm, musik och utbildning*. Översättning: Italo Bertolotto, Malou Höjer och Martin Tegen baserad på 1920 års utgåva av Jobin och Cie, Edition Musicales, Neuchâtel, Schweiz. KMH Förlaget: Stockholm.
- Juntunen, Marja-Leena. 2010. Liike rytmi ja musiikki: Jaques-Dalcrozen pedagogista perintöä jäljittämässä. Teoksessa *Taiteen jälki. Taidepedagogiikan polkuja ja risteyksiä*. Teatterikorkeakoulun julkaisusarja 40. Toim. Eeva Anttila. Teatterikorkeakoulu: Helsinki.
- Kallmeyer Hade. 1910. *Künstlerische Gymnastik. Harmonische Körperkultur nach dem amerikanischen System Stebbins-Kallmeyer*. Kulturverlag: Berlin.
- Kleemola, Irja. 1996. *Naisliikuntaa 100 vuotta. Suomen Naisten Liikuntakasvatusliitto 1896–1994. Suomen Voimistelu- ja liikuntaseurat SVoLi ry*. Otava: Helsinki.
- Korppi-Tommola, Riikka. 2012. Virtauksia valloista. Sukelluksia suomalaisen modernin tanssin ameerikkalaistamiseen. Teoksessa *Weimarista Valtoihin. Kansainvälisyys suomalaisessa tanssitaiteessa*. Teatterimuseon verkkojulkaisu 1. Toim. Johanna Laakkonen & Tiina Suhonen. Viitattu 1.8.2013. http://www.teatterimuseo.fi/wp-content/uploads/weimarista_valtoihin_www.pdf.
- Kröschlová, Jarmila. 2000. *Movement in Theory and Practice*. Trans. from Czech by Olga Malandris with Zora Šemberová. Currency Press: Sydney.
- Laine, Leena. 2003. Elämäntehtävänä naisvoimistelu: Elna Kopponen (os. Tamminen) 1906–2000. Teoksessa *Suomalaisen naisvoimistelun jäljillä*. Elna Kopposen muistoseminaari, Kisakallion urheilupuisto 16.–18.8.2002. Toim. Pirjo-Liisa Vilenius. Jyväskylän yliopiston sosiaalitieteiden laitos, Tutkimuksia 1/2003.
- Laine, Leena & Sarje, Aino. 2002. *Suomalaisen naisvoimistelun maailmat*. Naisvoimistelun Tuki ry: Helsinki.
- Lämmel Rudolf. 1928. *Der moderne Tanz. Eine allgemeinverständliche Einführung in das Gebiet der Rhythmischen Gymnastik und des Neuen Tanzes*. Peter J. Oestergaard Verlag, Berlin-Schönenberg.
- Manning, Susan. 1993. *Ecstasy and the Demon. Feminism and Nationalism in the Dances of Mary Wigman*. University of California Press: Berkeley, Los Angeles.
- Mensendieck, Bess. 1920 (1906). *Körperkultur der Frau. Praktisch hygienische und praktisch ästhetische Winke*. Siebente Auflage. F. Bruckmann: München.
- . 1926. Mein System. Teoksessa *Künstlerische Körperschulung*. Hrsg. Ludwig Pallat & Franz Hilker. 3., erw. Aufl. Hirt: Breslau.
- Oberzaucher-Schüller – Gunhild & Giel, Ingrid. 2011. *Rosalie Chladek. Expression in Motion*. Trans. by Alexa Nieschlag. K. Kieser: Munich.
- Der Rhythmus. Ein Jahrbuch*. 1911. Hrsg. von der Bildungsanstalt Jaques-Dalcroze, Dresden-Hellerau, 1. Band. Eugen Diederichs: Jena.
- Ruyter, Nancy. 1996. "The Delsarte Heritage." *Dance Research: The Journal of the Society*

- for Dance Research, Vol. 14, No. 1 (Summer 1996).
- . 1999. *The Cultivation of Body and Mind in Nineteenth-Century American Delsartism*. Greenwood Press: Westport, Connecticut and London.
- Sarje, Aino. 2003. Hilma Jalkasen voimistelun piirteitä hänen kirjallisen tuotantonsa valossa. Teoksessa *Suomalaisen naisvoimistelun jäljillä*. Elna Kopposen muistoseminaari, Kisakallion urheiluopisto 16.–18.8.2002. Toim. Pirjo-Liisa Vilenius. Jyväskylän yliopiston sosiaalitieteiden laitos, Tutkimuksia 1/2003.
- . 2011. Hilma Jalkanen suomalaisen naisvoimistelun kehittäjänä. *Nainen housuissa. Suomen urheiluhistoriallisen seuran vuosikirja 2011*. Toim. Heikki Roiko-Jokela & Esa Sironen.
- Toeffer, Karl. 1997. *Empire of Ecstasy. Nudity and Movement in German Body Culture 1910–1935*. University of California Press: Berkeley and Los Angeles.

Julkaisemattomat

- Buschbeck, Axel Carl. 1973. *Rosalie Chladek. Eine Monographie*. Theaterwissenschaftliche Dissertation zur Erlangung des Doktorgrades an der philosophischen Fakultät der Universität Wien.
- Donath, Martina. 1987. *Die Tanzschule Hellerau-Laxenburg und Rosalie Chladek. Pädagogik und Wirkung des Ausdruckstanzes*. Dissertation zur Erlangung des Doktorgrades der Philosophie an der Grund- und Integrativwissenschaftlichen Fakultät der Universität Wien am Institut für Theaterwissenschaft. Wien.
- Korppi-Tommola, Riikka. 2013. *Toisia Liikkeitä, toisia virtauksia. Suomalaisen modernin tanssin muutosprosessi 1960-luvulla*. Artikkeliväitöskirja, teatteritiede, Helsingin yliopisto.
- Makkonen Anne. 2007. *One Past, Many Histories. Loitsu (1933) in the Context of Dance Art in Finland*. Ph.D. diss., University of Surrey. Viitattu 1.8.2013. <http://www.wwwwmak-konen.kotisivukone.com/4>

Viitteet

- 1 Käytän saksalaisissa ja itävaltalaisissa lähteissä esiintyvää kirjoitusasua Pontan Suomessa joskus esiintyvän Pontánin sijaan.
- 2 *Bericht über das Schuljahr 1923/24*, Schule Hellerau für Rhythmus, Musik u. Körperbildung, früher Neue Schule für angewandten Rhythmus in Hellerau, Akten 3647, 1922–1925, 1941, s. 24, Ministerium für Kultus und öffentlichen Unterrichts, Bestand Nr. 11125, Akten 18269, Sächsisches Staatsarchiv, Hauptstaatsarchiv Dresden.
- 3 *Kisakentässä* käytiin ajoittain keskustelua tanssin ja voimistelun suhteesta ja määriteltiin lajien eroja. Anne Makkonen kirjoittaa tanssin ja voimistelun yhteyksistä väitöskirjassaan 2007, 96–107. Epäluuloista kertovat Elna Kopposen muistoseminaarin osallistujat, ks. Laine 2003, 23–24.

- 4 Wigman, Mary, "Tanz und Gymnastik." *Der Tanz. Monatsschrift für Tanzkultur*, Heft 6, April 1928, 6–7.
- 5 Transnationaalista suomalaisesta elokuvantutkimuksessa Kääpä, Pietari & Seppälä, Jaakko. "Transnationaali lähestymistapa suomalaiseen elokuvakulttuuriin." *Lähikuva* 3/2012, 30. Riikka-Korppi-Tommola (2013) soveltaa näkökulmaa 1960-luvun suomalaisen modernin tanssin tutkimukseen.
- 6 Beck 2012, 24–33.
- 7 Emt., 63; sekä—että-lähestymistapaa korostavat myös Kääpä & Seppälä 2012, 30.
- 8 Transnationaali-käsitteen soveltamisesta erityisesti tanssintutkimukseen ks. Korppi-Tommola 2013, 31–36.
- 9 Korppi-Tommola 2013, 35; Korppi-Tommola 2012, 90–93.
- 10 Sarje 2011, 41, 43; 2003, 29–30. Ulkomaisiin vaikutteisiin ja lyhyesti Hellerau-Dresdeeniin ja Hellerau-Laxenburgiin viittaavaat myös Laine & Sarje 2002, 50–54.
- 11 Kleemola kirjoittaa ulkomaisista vaikutteista (1996, 305–306 ja *passim.*), mutta tiedossa on jonkin verran epätarkkuuksia.
- 12 Laine 2003, 15; 19–20.
- 13 Makkonen 2007, 96–103.
- 14 Puutarhakaupungin perustamisvaiheista ks. *Hellerau. Die Idee vom Gesamtkunstwerk. Katalog zur Dauerstellung des Deutschen Werkbundes Sachsen e.V.*, 2009, 9–35.
- 15 Gripenberg kuvaa muistelmissaan opintojaan Helleraussa (1950, 69–74), Hertta Idman puolestaan *Kisakenttään* kirjoittamassaan artikkelissa "Plastillinen tanssi luonteen kehittäjänä" (5/1921, 75–77), jossa hän mainitsee opiskelleensa koulussa kaksi vuotta. Gripenbergin ja Idmanin nimet mainitaan myös oppilaitoksen vuosikirjassa lukuvuoden 1910–11 oppilaslistassa (*Der Rhythmus. Ein Jahrbuch* 1911, 72).
- 16 Jaques-Dalcrozen järjestelmästä ks. Jaques-Dalcroze 1997; suomeksi järjestelmää esittelee Juntunen 2010, 57–73.
- 17 Improvisaation merkityksestä varhaisille modernisteille ja kuvaus Jaques-Dalcrozen harjoituksesta englanniksi Manning 1993, 53–54.
- 18 Saksalaiset pommittivat 1. maailmansodan alkupäivinä Ranskassa sijaitsevaa Reimsin katedraalia. Jaques-Dalcroze allekirjoitti sveitsiläistaitelijoiden katedraalin tuhoamista kritisoineen protestin, minkä jälkeen häneltä evättiin mahdollisuus työskennellä Saksassa.
- 19 Elli Karvinen mainitsee, että myös Anna-Maija Kuoppamäki olisi kiinnitetty koulun opettajakuntaan 1920-luvun lopussa. "Ruumiillinen kasvatus saksalaisessa Hellerau-koulussa", *Urheilijan Joulu*, 1929, 22–23, SNLL:n arkisto, lehtileikkeet 1928, 1929–1932, Uc 5, SUA. Samana vuonna Kuoppamäki esiintyi myös koulun tanssiryhmässä. Suomalaisista Helleraussa myös Tiina Suhosen artikkeli "Irja Hagforsin tanssijadebyytti 70 vuoden takaa", *Tanssi*, tutkimusliite 1/1998.
- 20 *Esite Neue Schule Hellerau in der Gartenstadt Hellerau bei Dresden* (1922(?), 8–9), Schule Hellerau für Rhythmus, Musik u. Körperbildung, früher Neue Schule für angewandten Rhythmus in Hellerau, Akten 3647, 1922-1925, 1941, Ministerium für Kultus und öffentlichen Unterrichts, Bestand Nr. 11125, Akten 18269, Sächsisches Staatsarchiv, Hauptstaatsarchiv Dresden.

- 21 Jaques-Dalcrozen menetelmän kritiikistä Toepfer 1997, 120; aikalaiskritikoista esim. Brandenburg 1917, 108–109; Lämmel 1928, 54–56. Jaques-Dalcrozen oppilas ja metodia opettanut Elfriede Feudel käsittelee kritiikkiä ja pyrkii vastamaan siihen *Rhythmik*-teoksessaan (1926).
- 22 Kröschlová 2000, xi–xii. Myös H.J. (Jalkanen) mainitsee, että Helleraussa opetettiin ensin ruotsalaista voimistelua ja sittemmin "Mensendieck-systeemiä" artikkelissaan "Vähän uusien naisvoimistelusuuntien alkuperästä Saksassa", *Kisakenttä* lokakuu 1926, 228. Viittaus Mensendieckiin viitanee Kröschlován opetukseen.
- 23 Hougberg 1965, 12.
- 24 Pontan, Marianne. "Ruumiinkehityksen perusteet", *Kisakenttä* 1/1930, 6–8. Teksti ilmestyi otsikolla "Grundsätze der Körperbildung" julkaisussa *Veröffentlichungen der Schule Hellerau-Laxenburg* 2 (ei pvm). Kirjoituksen sisältö on tiivistetty myös koulun esitteeseen "Schule Hellerau-Laxenburg. Berufsausbildung für rhythmisch-musikalische Erziehung, Gymnastik, Tanz", *Il Beruf und Werk*, Valeria Kratina Nr. 67, 2.6. Schulprospekt, Hellerau-Laxenburg 1929, Kopie, Nachlass Valeria Kratina, Deutsches Tanzarchiv Köln.
- 25 Oberzaucher-Schüller & Giel 2011, 20.
- 26 Hybridin käsitteestä tanssitekniikoiden yhteydessä Korppi-Tommola 2012, 86.
- 27 "Urheilun alalta. Vaikutteita saksalais-itävaltalaisesta naisvoimistelusta. S.N.S:n huomisen näytöksen johdosta". Hilma Jalkanen 1, Asiakirjat ja biografia 1926–96, lehtileikkeitä, albumi, Hilma Jalkasen arkisto, SUA. Lehtitieto ja pvm puuttuvat, mutta artikkelin otsikko viittaa Suomalaisen Naisvoimisteluseuran näytökseen Helsingissä 1928.
- 28 Buschbeck 1973, 10; 211–212. Buschbeck ei mainitse Pontania vaan liittää mainitsemansa vaikutteet nk. Chladekin järjestelmään, joka pohjautuu Pontanin kanssa tehtyyn työhön. Myöhemmin myös Jalkanen kirjoitti, että Laxenburgiin muuton jälkeen koulussa siirryttiin "Delsarte-Stebbins-Dalcroze -linjoille" (1967, 127). Tämä "siirtyminen" oli tapahtunut kuitenkin jo Kröschlován aikana. Mensendieckistä Helleraussa myös esim. Oberzaucher-Schüller & Giel 2011, 20.
- 29 Kallmeyer 1910, 3.
- 30 François Delsarte opetti Ranskassa näyttelijäntyötä ja äänenkäyttöä ja oli kiinnostunut liikkeestä ilmaisukeinona. Hänen ilmeisesti ainoa amerikkalainen oppilaansa oli Steele Mackaye, jonka johdolla Stebbins opiskeli. Ruyter 1996, 62–63; 68–69.
- 31 Ruyter 1999, 67–70.
- 32 Tähän viittaa myös Ruyter, emt., 71.
- 33 Mensendieck 1926, 43.
- 34 Hagemann 1926, 45–47.
- 35 Kallmeyer, 1910, 157–170.
- 36 Mensendieck 1920, 28 ja passim; Kallmeyer 1910, 32–60. Amerikkalaisen delsartismen piirteistä ks. Ruyter, 1999. Myös Jalkanen huomioi Delsarten merkityksen ja osoittaa eri koulujen välisiä yhtäläisyyksiä artikkelissaan "Vähän uusien naisvoimistelusuuntien alkuperästä Saksassa", *Kisakenttä* lokakuu 1926, 227–228.
- 37 Jalkanen 1930, 19–23. Ruumiinkehityksestä myös Donath 1987, 141; 281–287; Oberzaucher-Schüller & Giel 2011, 49–50; Brown & Sommer 1969, 55–56.

- 38 Myös Sarje huomauttaa, että Jalkanen noudatti Pontanin ja Chladekin järjestelmän rakennetta 2011, 43.
- 39 Jalkanen 1930, 22.
- 40 "Méthode Hellerau-Laxenburg par Milles Halphen et Pontan", *A.I.D.*, 1. Nov. 1935, Nr 3, 17.
- 41 Nuotio, Lyyli. "Hellerau-koulun kesäkursselta", *Kisakenttä* 2/1929, 42.
- 42 Kopio esitteestä Schule Hellerau-Laxenburg, Berufsausbildung für rhythmisch-musikalische Erziehung/Gymnastik/Tanz. II Beruf und Werk, Valeria Kratina Nr 67, 2.6. Schulprospekt Hellerau-Laxenburg 1929, Nachlass Valeria Kratina, Deutsches Tanzarchiv Köln; Pontan 1930, 8.
- 43 "Méthode Hellerau-Laxenburg par Milles Halphen et Pontan", *A.I.D.*, 1. Nov. 1935, Nr 3, 16–17; liikuntaopista myös Nuotio 1929, 42.
- 44 *Schrifttanz* 3/1930, 59, "Notizen".
- 45 Kertomus Karjalan Naisten Voimistelutalo Osakeyhtiön toiminnasta vuonna 1931, Tanhuvaaran Urheiluopisto, 1.1, Vuosikokousten pöytäkirjoja ja toimintakertomukset 1919–1957, Tanhuvaaran urheiluopiston arkisto, SUA.
- 46 H.J. "Marianne Pontanin kurssista." *Kisakenttä* 9/1931, 226.
- 47 Jo artikkelissaan "Uuden naisvoimistelun periaatteita" hän esittää jaon ruumiinkehitykseen ja liikuntaoppiin, mutta ei mainitse Hellerauta. *Kisakenttä* 10/1929, 289–291. Sarje liittää keskieuropalaisten liikuntakoulujen vaikutuksen Jalkasen radikaaliksi kutsu- maansa vaiheeseen. Vaikka Jalkasen työn painopiste muuttui 1930-luvulla ja kumpusi kansallisista intresseistä, harjoitteissa säilyi Sarjen mukaan keskustaliikunnan periaate ja uudenlainen liikekieli (2011, 41–44). Jalkasen työn yksityiskohtaisempi analysointi osana keskieuropalaisia virtauksia ja Helleraussa tehtyä työtä voisi avata uusia näkökulmia myös toistaiseksi pääosin Jalkasen omiin kirjoituksiin ja kotimaisiin lähteisiin nojaavaan tutkimukseen.
- 48 Kiitän Koneen säätiötä post doc -apurahasta, joka mahdollisti myös tämän artikkelin kirjoittamisen. Tanssintutkija Tiina Suhoselle kiitos käsikirjoitusvaiheessa saamistani arvokkaista kommentteista.