

# Ronnie Gardiner rytm och musikmetod

## Bakgrunden till rehabiliterings-och friskvårdsmetoden RGRM®

1980 befann sig Ronnie Gardiner på Kanarieöarna för att framträda och det var i samband med denna vistelse som han av en händelse råkade se en ung man som varken hade armar eller ben och ändå utstrålade en enorm glädje.

Detta fick Ronnie att känna stor tacksamhet för sina armar och ben och möjligheten att kunna spela trummor. Ronnie funderade på hur han kunde använda sina kunskaper inom trumspelande för att hjälpa andra.

Att spela trummor går ut på är att använda armar och ben i samverkan, men oberoende av varandra. Till detta krävs också samtidigt en förmåga att läsa noter och följa en dirigent. Att spela trummor kräver ett stort samspel mellan hjärnans olika centra både vad gäller motorik, läsning, koordination, uthållighet, minne, rytmkänsla och kanske tal och sång.

Med utgångspunkt från denna händelse utvecklade Ronnie Gardiner metoden tillsammans med människor verksamma inom musik, skola och medicin.

(Med tillåtelse citerat från [www.rgrm.se](http://www.rgrm.se))

## Carina Svahn leder RGRM-träningen i Kristinehamn

Hon beskriver träningen så här:

Träning enskilt eller i grupp.

Stimulerar rörelser, koordination, liksidighet, tidsuppfattning, tal, minne, koncentration och uthållighet.

Du ska följa, tolka och utföra symbolers rörelser, föreställande händer eller fötter i rött eller blått som symboliserar vänster respektive höger hjärnhalva, till bestämt tempo med en tillhörande ljudkod. **SAMTIDIGT!**

Kontakta musikrytmikledare/RGRM-ledare Carina Svahn via kommunens växel, tfn 0550-880 00, för mer information.