



CONTACT IMPROVISATION JAHRESGRUPPE

mit Tanja Striezel
und eingeladenen Lehrer:innen
in Bonn an 6 Terminen
Oktober 2025 – Juni 2026



TERMINE

25./26. Okt und 29./30. Nov 2025
 23./24./25. Jan und 14./15. März 2026
 25./26. April und 13./14. Juni 2026

ZEITEN

Sa 10:30 - 18.30h (mit Mittagspause)
 So 10:30 - 17.00h (mit Mittagspause)
 Freitag, 23.01.26 10.30 – 16.30h

KOSTEN

1480 – 980 Euro
 nach Selbsteinschätzung
 (Ratenzahlung möglich!)

ORT

Zentrum für Bewegung & Lebenskunst,
 Kessenicher Str. 217, 53129 Bonn

INFO & ANMELDUNG

post@tanjastriezel.de oder 0228 - 961 21 21

Für Menschen mit Grundkenntnissen in
 Contact Improvisation und Jam Erfahrung.
 Bei Fragen/Zweifeln bitte
 Rücksprache mit mir.

Diese Contact Fortbildung bietet einen fokussierten, vertrauensvollen Rahmen, um gemeinsam über einen Zeitraum von 6 Terminen in einer festen Gruppe zu tanzen, zu lernen und zu forschen. Jedes Modul wird ein Schwerpunktthema haben, um die Contact Prinzipien zu verinnerlichen, die Solo Praxis zu vertiefen und Improvisation in der Gruppe zu erleben. Das Ankommen in einem geräumigem, somatischem Sein ermöglicht uns, Zusammenhänge und Spielräume in den zentralen Themen von Berührung, Gewicht teilen und der Kommunikation über die Haut zu erkunden und zu verstehen. Ein lebendiges Verständnis unserer Körperstrukturen und eine gute Körperorganisation werden durch Alexander-Technik, Elemente aus dem Body-Mind Centering und der frühkindlichen Bewegungsentwicklung unterstützt.

Verschiedene Improvisations- und Jamstrukturen, in denen Solo, Duett und Gruppenkonstellationen ineinander greifen, lassen uns das Abenteuer und die Magie des Nicht Wissens erfahren und durchtanzen.

Ziel dieser Fortbildung ist es, tiefer in das ganze Feld dieser lebendigen, komplexen Tanzform einzutauchen und mehr Durchlässigkeit und Freiheit zu erfahren. Ich möchte vielfältige Erfahrungsräume ermöglichen, in denen Offenheit, Verbindung und persönliche Entwicklung geschehen können.

Jörg Hassmann (Tänzer, Contact Lehrer) wird als Gastlehrer im Modul im Januar dabei sein. Diese 3 Tage sind auch offen für Nicht-Teilnehmer:innen der Jahresgruppe.

Bryce Kasson (Tänzer, Clown) wird als Gastlehrer im April dabei sein.

Tanja Striezel ist Tänzerin, Lehrerin für Alexander-Technik, tanzt Contact seit 30 Jahren und unterrichtet und beforscht es seit mehr als 20 Jahren.

mehr unter www.tanjastriezel.de

