

Berühren – Bewegen – Begegnen Contact Improvisation



Workshop 12./13. Januar 2019 mit Tanja Striezel & Gesine Daniels

Zwei Körper teilen ein oder mehrere Berührungspunkte oder -flächen, rollen, rutschen, drehen, lehnen, verweilen, balancieren, lauschen miteinander. Sie geben und nehmen Gewicht, folgen dem Bewegungsfluss vom Boden durch die Ebenen bis in die Lüfte und jeder Moment gestaltet sich neu.

Dieser Workshop bietet die Gelegenheit zwei Tage lang in die komplexe und lebendige Tanzwelt der Contact Improvisation einzutauchen. Spielerisch machen wir uns vertraut mit dem Boden als ersten und konstanten Partner. Wir erkunden Grundprinzipien wie Rollen, Gleiten, Lehnen, Verweilen, Gewicht geben und nehmen, Führen und Folgen und lernen uns im kugelförmigen Raum zu orientieren.

Durch aufmerksame Körperwahrnehmung öffnen wir den Körper für das Spiel mit Gewicht und Balance, das Bewegen aus dem eigenen Zentrum heraus und kommen in Kontakt mit dem eigenen und dem gemeinsamen Bewegungsfluss.

Im gemeinsamen Erleben von Schwerkraft und der Dynamik des Augenblicks entfaltet sich der Tanz immer wieder neu.

Geeignet zum Kennenlernen, Einsteigen, Auffrischen und Vertiefen.

Datum: 12./13.01.2019
Zeit: Samstag 10.30 – 18.30 Uhr und Sonntag 11 – 17 Uhr (mit Mittagspausen)
Kosten: 120 – 165 Euro, wie du kannst bis 15.12., danach 20 Euro mehr
Ort: Zentrum für Bewegung & Lebenskunst, Kessenicher Str 217 BN-Dottendorf

Anmeldung: Tanja Striezel 0228-9612121 oder post@tanjastriezel.de
www.tanjastriezel.de

Gesine und **Tanja** verbindet eine langjährige Tanzpraxis. Seit 1985 bzw. 1995 praktizieren wir Contact Improvisation (CI) und sind beide stark von der Arbeit mit CI - Lehrer*innen der 1. und 2. Generation geprägt.

Aus diesen Erfahrungen heraus unterrichten wir CI als tänzerische und kreative Erforschung des menschlichen Körpers und der Bewegungsmöglichkeiten, die sich in der Begegnung mit Mit-Tanzenden auftun. Anstelle des nachahmenden Lernens vorgegebener Formen und Rhythmen geht es uns in der CI um die praktische Auseinandersetzung mit grundlegenden, anatomisch und physikalisch begründeten Prinzipien, die den Tanzenden Orientierung, Inspiration und Sicherheit bieten.

Unser Unterricht richtet sich an Menschen unterschiedlicher Altersgruppen, Erfahrungshintergründe und körperlicher Fähigkeiten; an alle, die Lust haben durch Contact Improvisation zu lernen, zu forschen, zu improvisieren und Bewegung zu komponieren.

