



## Eure Trainer im 1. Halbjahr 2018

9., 16., 23 und 30. Jänner:

### **Tobias Spori (CH)**

Nach einem Warm-Up werden im Training von Tobias Dynamiken in der Musik und der Bewegung bewusst aufgenommen und gezielte Richtungs- und Rhythmuswechsel vorgenommen. Dabei wechseln sich schnelle und fließende Bewegungen ab, die mit verschiedenen Techniken, teils akrobatisch, verbunden werden. Die Tanzsequenzen enthalten Bodenelemente und Schrittkombinationen, die das Gefühl für die Positionierung im Raum und in der Gruppe stärken. In seinem Unterricht möchte er gerne auf die Bewegungssprache von Krumping, einem Freestyle-Tanz, eingehen.

[www.panoramadancetheater.com](http://www.panoramadancetheater.com).

13., 20., 27. Februar:

### **Martin Birnbaumer (Vlbg.)**

Ein zeitgenössisches stilistisch breit angelegtes Tanz Training unter Einbeziehen aller Bewegungsebenen

in ruhigen meditativen aber auch in kraftvoll dynamischen Sequenzen.

Es wird auch Raum geben eigenes Bewegungsmaterial entstehen zu lassen.

6., 13., 20. März:

### **Carolina Fink (Vlbg)**

Carolina beschäftigt sich neben zeitgenössischen Tanzstilen seit über 20 Jahren mit Yoga. Wir atmen, erforschen, setzen uns mit Gleichgewicht, Kraft und Beweglichkeit auseinander. Jede/r begibt sich auf eine individuelle Reise. In dem Yoga Workout werden wir den Fokus nach innen richten und durch einen liebevollen Umgang mit unserem Körper, die Grenzen erweitern versuche, sowohl in der Beweglichkeit als auch in unserem Geiste. Elemente aus dem Acro Yoga bieten uns eine tiefgehende Partnerarbeit. Die Achtsamkeit des Yoga, die Kraft der Akrobatik und der Geist des Tanzes führen uns zu einem spannenden Übungsfeld

3., 10., 17., 24. April:

### **Carina Huber (Vlbg.)**

In ihren Stunden schmelzen alle ihre Stileinflüsse (Muller, Simon, Cunningham, Release, Floorwork) zusammen. Es gibt Sequenzen mit klaren (klassischen) Linien wo die Energie der Bewegung im Zentrum liegt, dem gegenüber verfolgen wir ausgehend von einem Bewegungsimpuls die Weiterführung des Momentums durch unseren Körper und gleiten auf in und über den Boden. Der Gebrauch von kreativen Bildern soll das Verständnis und die Imagination der Teilnehmer unterstützen.



8., 15., 22., 29. Mai:

**Marcelo Pereira (Bra., CH)**

"My dance class is based on Muller technique, with a lot energy and big movements. There is also a floor work and nice phrases combinations. I mix everything that I had learned in my dance life, also the way to move." [www.marcelosmove.ch](http://www.marcelosmove.ch)

5., 12., 19., 26. Juni:

**Kjersti Sandstø (N, CH)**

Kjersti ist Norwegerin und Künstlerische Leiterin von Sandstø Production, [www.sandstoproduction.com](http://www.sandstoproduction.com). Wohnt und arbeitet seit mehr als 20 Jahren in der Schweiz. Ihre eigene Tanzwerkstatt ist in St.Margrethen. Sie hat jahrelang als Gastdozentin an verschiedenen Stadttheatern gearbeitet, und war u.a. choreografische Assistentin und Trainingsleiterin am Theater St.Gallen unter der Leitung von Marco Santi. Nebst ihrer Arbeit als Choreografin und Tänzerin ist sie als Gastdozentin an der Hochschule für Tanz in Oslo tätig und gibt regelmäßig Profitrainings in Norwegen, Österreich und der Schweiz. Ihre Ausbildung erhielt sie an der Staatlichen Balletthochschule in Oslo. Ihr schwungvoller, organischer Unterrichts- und Tanzstil ist ansprechend, anregend und herausfordernd zugleich. Eine Freude für alle Tanzenden. Nicht umsonst gehören die Stunden von Kjersti jedes Jahr zu den Beliebtesten...