

TanzTraining für Profis und engagierte Laien
2. Halbjahr 2018

Zeit 18. September – 18. Dezember, jeweils am Dienstag von 9.45 – 11.30 Uhr

Ort Annagasse 5, großer Saal im Erdgeschoss

Kosten 84,00 € Abo mit 14 Trainings für Mitglieder von nwT & ig-tanz ost (entspricht 6,00 €/Training, wenn alle 14 Trainings besucht werden)
Zahlbar bis spät. 17.9.18 per Überweisung oder in bar beim 1. Training
(Konto AT94 3743 1000 0006 3677 bei RVCAT2B431, Raiffeisenbank am Bodensee)
9,00 € Einzelpreis Mitglieder nwT & ig-tanz ost
12,00 € Einzelpreis regulär

PROGRAMM September - Dezember 2018

Claudia Grava (18., 25. September, 30. Oktober und 6. November) geteiltes Training

Bei meinem Training achte ich auf eine organische Bewegungslogik. Wir verwenden unser Eigengewicht und arbeiten mit Schwung, wechseln zwischen Spannung und Loslassen, Aktion und Reaktion und finden so eine klare Konsequenz der bewegenden Körper in Zeit und Raum. Bodenarbeit, Yogaelemente, neoklassische Technik und choreografische Sequenzen finden ihren Platz und lassen uns ein breites Spektrum an Bewegungsqualitäten erforschen und die Freude am Tanzen spüren.

Tobias Spori (2., 9., 16., 23. Oktober)

Nach einem Warm-Up werden im Training von Tobias Spori 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).

Elke Riedmann (13, 20., 27. November)

Bewegungstheater und Clownerie !

Nach der Schauspielpädagogik von Jacques Lecoq (Paris) gehen wir auf die Suche nach unseren komischen Ausdrucksmöglichkeiten ...

Arbeit mit Masken - Theaterunterricht - Theaterimprovisation - Körpersprache... Der Humor des Clowns geht nicht auf Kosten anderer. Nicht die Fehler oder das Versagen anderer bringt er zur Sprache, sondern die eigene Unbeholfenheit, sein eigenes Stolpern und Fallen lässt schmunzeln oder lachen . Ein Clown lacht über sich selbst, über die eigenen Schwächen und Fehler. Es ist für die Seele äußerst heilsam, wenn ein Mensch über sich selbst lachen kann. Das Weinen und Lachen sind heilsame Vorgänge für Leib und Seele.

H.J.M.Nouwen

Carolina Fink (4., 11., 18. Dezember)

Yoga

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 versuchen, sowohl in der Beweglichkeit als auch in unserem Geiste. Elemente aus dem Acro Yoga sowie aus der Tanzimprovisation bieten uns eine tiefgehende Partnerarbeit.