

TanzTraining für Profis und engagierte Laien

2. Halbjahr 2019

Zeit 10. September – 17. Dezember, jeweils am Dienstag von 9.45 – 11.30 Uhr

Ort tanzRaum, Annagasse 5, großer Saal im Erdgeschoss

Kosten 90,00 € Abo mit 15 Trainings für Mitglieder von nwT & ig-tanz ost (entspricht 6,00 €/Training, wenn alle 15 Trainings besucht werden)
Zahlbar bis spät. 10. September per Überweisung oder in bar beim 1. Training
(Konto AT94 3743 1000 0006 3677 bei RVVGAT2B431, Raiffeisenbank am Bodensee)
10,00 € Einzelpreis Mitglieder nwT & ig-tanz ost
12,00 € Einzelpreis regulär
Neu: 10er-Karte (gültig für das gesamte Schuljahr 2019/20) zum Preis von 80,00 € (nur für Mitglieder von netzwerkTanz und ig-tanz ost, nicht übertragbar)

PROGRAMM September - Dezember 2019

Carmen Pratzner (10., 17., 24. September und 1. Oktober)

Das Training wird sich aus verschiedenen Techniken zusammensetzen, die ich selbst kennen- und schätzen gelernt habe. Zum Einen basiert es auf dem Chladek-system, das aber mit Einflüssen aus der Countertechnik ergänzt wird, außerdem fließen Elemente aus der Bodenarbeit mit ein. Der Fokus liegt darauf, eine organische Bewegungsqualität zu finden und die Körperteile in Verbindung zueinander zu setzen und zu verbinden. Das Training ist tanztechnisch in klar strukturierte Abläufe aufgebaut, trotzdem werden immer wieder kleine Improvisationen die Stunde auflockern. Teil des Trainings sind der Umgang mit der Gravitation und die Verwendung und Einsetzbarkeit des eigenen Körpergewichtes. Ergänzt werden soll es durch theoretische Gedanken zur Anatomie, die dann angewandt umgesetzt werden, so dass damit experimentiert werden kann.

Tobias Spori (8., 15., 29. 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).

22. Oktober: N.N.

Fabienne Rohrer (5., 12., 19., 26. November)

Wir beginnen das Training damit, unseren Körper mit Kräftigungsübungen aufzuwärmen. Danach werden wir mit choreographierten Bodenelementen arbeiten und uns durch die Ebenenwechsel neues Material aneignen. Aus den choreographischen Bodensequenzen sowie aus erarbeitetem Improvisationsmaterial werden wir neue Tanzabfolgen kreieren. Der Fokus liegt vor allem in der Freude an der Bewegung!

Claudia Grava (3., 10., 17. Dezember)

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.