



# from falling to flying

## Sa/So, 2./3. Dez. 2023

### WORKSHOP CONTACTIMPROVISATION

Der Kurs ist sowohl für Einsteiger mit etwas Bewegungs- & Tanzerfahrung als auch fortgeschrittene Contacter geeignet. Er besteht aus einer Mischung von Technikübungen und Experimentieren in unterschiedlichen Themenfelder. **Speziell in diesem Workshop wird der Fokus auf das Fallen, Landen und das Fliegen gelegt.** Am ersten Tag werden wir uns vor allem mit den Basisthemen Gewicht teilen, Rollender Punkt, der Technik vom Fallen & Landen und dem Beginn vom Fliegen und Gewicht heben befassen. Am zweiten Kurstag werden wir Erlerntes vertiefen und ergänzen und den Fokus mehr auf das Fliegen legen. Dabei wird mit strukturierter Improvisation und freiem Tanzen mit und ohne Musik gearbeitet. Aufgelockert werden die Forschungsreisen mit Wahrnehmungs-, Vertrauens- und Entspannungsübungen.

Leitung:

**Muriel Jeanne Mollet**, Dozentin HF Bühnentanz Zürich, dipl. Tanz- & Bewegungspädagogin, Tanzen im Wasser, Choreografie, Systemische Erlebnispädagogik, Anleiterin Kampfes Spiele®

**Wann:** Samstag/Sonntag, 2./3. Dez. 2023, jeweils 13-18 Uhr

**Ort:** m.a.studio, Oederlin Areal, Landstr. 2 B, 4. Stock, 5415 Rieden bei Baden  
Busstop: Oederlin (5 Min. BHf Baden)

**Kosten:** CHF 220.- (200.- bis 1. Nov. Frühbucherrabatt)

**Information/Anmeldung:** [murielmollet@hotmail.com](mailto:murielmollet@hotmail.com), [www.murielmollet.com](http://www.murielmollet.com), 078 976 53 53