

## Muriel Jeanne Mollet

Ist Dozentin an der Höheren Fachschule für zeitgenössischen und urbanen Bühnentanz in Zürich.

Sie arbeitet als Tanz- und Bewegungspädagogin, Tänzerin, Choreographin, im Wasser und mit systemischer Prozessbegleitung / Erlebnispädagogik, so wie mit dem Thema Gewaltprävention an diversen Schulen als Anleiterin Kampfes Spiele®.

Freudvolles Tanzen, Spiele, Experimentieren mit physischen Kräften, Extreme und Grenzen entdecken, Rhythmus, Musik und „Flow“ (Bewegungsfluss) sind die wichtigsten Aspekte in ihrem Unterricht und Tanzen. In ihren Workshops versucht sie eine Balance zu finden zwischen Technik, Improvisationsaufgaben und sensitiven Wahrnehmungs- und Bewusstseinsübungen.

Weitere Informationen:  
[www.murielmollet.com](http://www.murielmollet.com)



MURIEL JEANNE MOLLET

**T:** 056 221 23 48 **M:** 078 976 53 53

**Mail:** [murielmollet@hotmail.com](mailto:murielmollet@hotmail.com)

**W:** [www.murielmollet.com](http://www.murielmollet.com)

# BERÜHREN & BEGEGNEN



TANZ & IMPROVISATION

AB 60 JAHRE



DATEN: 31.8. / 7.9. / 14.9. 2018  
3 X FREITAG MORGEN

ZEIT: 9:30 - 11:30 UHR

ORT:  
TANZWERKSTATT, MAGNUSSTR. 3, 8004 ZÜRICH  
HALTESTELLE „BÄCKERANLAGE“ BUS 31 / TRAM 8

PREIS: CHF 150.-  
(AUF ANFRAGE ÜBERNIMMT DER VEREIN TANZMEHR  
EINE REDUKTION VON 20%)

TEILNEHMERINNENZAHL: MIN. 6 / MAX. 18 TN

ANMELDESCHLUSS: 21.8.2018

ANMELDUNG MIT ADRESSE UND TELEFONNUMMER:  
murielmollet@hotmail.com,  
www.murielmollet.com, 078 976 53 53

DER KURS KANN BEI GENÜGEND INTERESSE  
WEITERGEFÜHRT WERDEN.

COLLABORATION & UNTERSTÜTZUNG:  
VEREIN TANZMEHR, WWW.TANZMEHR.CH

# BERÜHREN & BEGEGNEN

## TANZ & IMPROVISATION FÜR MENSCHEN AB 60 JAHRE

3 X FREITAG MORGEN, 9:30-11:30 UHR  
TANZWERKSTATT, MAGNUSSTR. 3, 8004 ZÜRICH

### KUR SINHALT

IN DIESEN 3 LEKTIONEN WIRST DU EINE EINFÜHRUNG IN DIE  
CONTACTIMPROVISATION ERLEBEN, WELCHE SPEZIELL AUF DEN  
KÖRPER IM SENIORENALTER ABGESTIMMT IST.

\* FREUDIGES BEWEGEN UND IMPROVISIEREN - BERÜHREN &  
BERÜHRT WERDEN - KREATIV VERSPIELT - LACHEN -  
WAHRNEHMUNG SENSIBILISIEREN - GENIESSEN - TANZEN \*



### CONTACTIMPROVISATION

IST EINE AM ANFANG DER 70ER JAHRE IN DEN USA ENTWICKELTE TANZFORM. ES IST TANZ DURCH IMPROVISATION UND  
INTERAKTION ZWISCHEN ZWEI ODER MEHREREN KÖRPERN. MAN SPIELT UND EXPERIMENTIERT MIT DEM VERSCHIEBEN DES  
KÖRPERGEWICHTS UND MIT DEN GESETZEN DER PHYSIK, WIE BEISPIELSWEISE DEM GEWICHT/SCHWERKRAFT, DER TRÄGHEIT, DEM  
SCHWUNG, DER REIBUNG ODER DER BESCHLEUNIGUNG. ES HANDELT SICH UM EINEN KREATIVEN, SPONTANEN PROZESS, IN DEM  
SICH ZWEI ODER MEHRERE PARTNER\_INNEN MITEINANDER BEWEGEN UND DAS SPIEL MIT DER BALANCE WAGEN.

### UNTERRICHT

IM UNTERRICHT ARBEITEN WIR AN DER EIGENEN KÖRPERWAHRNEHMUNG UND AN DEN VERSCHIEDENEN  
BERÜHRUNGSQUALITÄTEN. ER BEINHÄLTET AUFWÄRMTRAINING, SPEZIFISCHE WAHRNEHMUNGSÜBUNGEN UND TECHNISCHE  
ÜBUNGEN ZU ZWEIT, ALLEINE ODER IN DER GRUPPE, ENTSPANNUNG, STRUKTURIERTE IMPROVISATION UND FREIES TANZEN MIT  
UND OHNE MUSIK.

WILLKOMMEN SIND ALLE, DIE FREUDE AM TANZEN UND BEWEGEN HABEN, GERNE IMPROVISIEREN UND NEUES ERFORSCHEN UND  
ENTDECKEN WOLLEN.

MITNEHMEN: LOCKERE, BEQUEME TRAININGSKLEIDER, KLEINE ZWISCHENVERPFLEGEUNG, GETRÄNK, EV. KNIESCHONER