

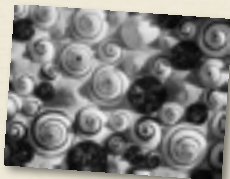
Muriel Jeanne Mollet

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 sensiblen Wahrnehmungs- und Bewusstseinsübungen.

Weitere Informationen:
www.murielmollet.com



MURIEL JEANNE MOLLET

078 976 53 53
murielmollet@hotmail.com
www.murielmollet.com

BERÜHREN & BEGEGNEN



TANZ & IMPROVISATION

AB 60 JAHRE



DATEN: 22.11. / 29.11. / 6.12.2019
3 X FREITAG MORGEN

ZEIT: 10:00 - 12:00 UHR

ORT: OFF DANCE,
ZWEIERSTR. 106, 8003 ZÜRICH
BEIM BAHNHOF ZÜRICH WIEDIKON

PREIS: CHF 120.- (EINZELTERMINE CHF 45.-)
(AUF ANFRAGE ÜBERNIMMT DER VEREIN
TANZMEHR EINE REDUKTION VON 20%)

TEILNEHMERINNENZAHL: MIN. 6 / MAX. 18 TN

ANMELDESCHLUSS: 15.11.2019

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, 10 - 12 UHR
OFF DANCE, ZWEIERSTR. 106, 8003 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