



# FLOATING

## **WORKSHOP ERLEBEN UND TANZEN IM WASSER**

Wahrnehmen – Fliesen – Sich tragen lassen – Floaten – Erleben – Umgang mit dem Atem unter & über Wasser – Mit den PartnerInnen in den Flow kommen – Schweben – Leichtigkeit – Vorbereitung für Wasserjam – Berühren und berührt werden – Sensibilität aktivieren – Improvisieren – Entdecken – Erforschen – Spielen wie ein Delfin

Sonntag, 30. Sept. 2018, 14:30 - 19:00 Uhr  
Zürich Wiedikon

Leitung: Muriel Jeanne Mollet / Kooperation mit Zwischenwelten  
Anmeldung: [sidonia@zwischenwelten.ch](mailto:sidonia@zwischenwelten.ch) / Info: [www.murielmollet.com](http://www.murielmollet.com)

# FLOATING - Erleben und Tanzen im Wasser mit PartnerInnen

**Sonntag 30. September 2018**

**14:30 - 19:00 Uhr** (ab 14:10 Uhr Ankommen, Umziehen)

Privatbad Wiedikon, Zürich

Birmensdorferstrasse 56, 8004 Zürich. Ecke Teppichgeschäft.

Maximal 10 Teilnehmende

CHF 150.-

Die Anmeldung ist erst gültig mit der Einzahlung von CHF 150.- auf: IBAN CH81 0900 0000 3185 8471 2

Postkonto 31-85471-2, Sandra Sidonia Guyer, Zentralstrasse 150, 8003 Zürich

Die Haftung für Unfälle und Verletzungen ist Sache der Teilnehmenden.

Mitbringen:

Kleine Verpflegung, Badtuch, Badeanzug, Schwimmbrille, Nasenklemme oder Taucherbrille.

Leitung / Organisation: Muriel Jeanne Mollet, 078 976 53 53, [www.murielmollet.com](http://www.murielmollet.com)

Assistenz / Organisation Bad: Sébastien Chabouté

Administration / Assistenz: Sandra, [sidonia@zwischenwelten.ch](mailto:sidonia@zwischenwelten.ch), <https://zwischenwelten.ch>

## **Workshop Inhalt:**

Im körperwarmen Wasser lernen wir andere Zustände kennen, die wir mit der Schwerkraft (Gravitation) beim Tanzen auf dem Boden nicht in dem Ausmass erleben können. Im Workshop werden wir das Fliesen und Schweben im Wasser und im Luft-Raum erforschen und erfahren. Wir entdecken und improvisieren mit der Leichtigkeit und Schwerelosigkeit des Körpers im Wasser und der Begegnung der Körper unter und über Wasser. Im Wasser lernen wir durch verschiedene Improvisationsthemen (z. Bsp. Führen-Folgen, Manipulation, Widerstand-Nachgeben und Unterstützen) die eigenen Verhaltensweisen des Wassers, des Raumes und dessen Einfluss auf uns und unsere PartnerInnen kennen, experimentieren und spielen damit.

Wahrnehmen – Fliesen – Sich tragen lassen – Floaten – Erleben – Umgang mit dem Atem unter und über Wasser – Mit den PartnerInnen in den Flow kommen – Schweben – Leichtigkeit – Vorbereitung für Wasserjam – Berühren und berührt werden – Sensibilität aktivieren – Improvisieren – Entdecken – Erforschen – Spielen wie ein Delfin

## **Muriel Jeanne Mollet:**

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

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

Nach dem SBTG-Diploms als Bewegungspädagogin (1989) folgte das Studium Elementarer Tanz an der Sporthochschule Köln. Danach kontinuierliche Weiterbildung in verschiedenen Tanz- und Improvisationstechniken, sowie Kampfkünsten (Capoeira, Shinson Hapkido und Stockkampf). Fortbildungen und Assistenzen in Wassertanzen bei Arjana Brunswiler (Gründerin WATA®). Sie war Leiterin und Gründerin des SURIEL tanztheaters 1993-97 und 2003-2012 Mitglied des Improvisations-, Research- und Performancekollektivs „x-group“. Auftritte mit eigenen Soloproduktionen, Gruppenstücken und Capoeirashows in der Schweiz und im Ausland. 2011 Diplom Systemische Prozessbegleitung/Erlebnispädagogik (2009-2011). 2012/2013 Weiterbildung mit Diplom Anleiterin Kampfes Spiele® (Gewaltprävention mit Jungen). Freudvolles Tanzen, Spiele, Experimentieren mit physischen Kräften, Extreme und Grenzen entdecken, Rhythmus, Musik und „Flow“ sind die wichtigsten Aspekte in Ihrem Unterricht und Tanzen. In den Workshops bietet sie eine Balance zwischen Technik, Improvisationsaufgaben und sensitiven Wahrnehmungs- und Bewusstseinsübungen.