BASICS & MORE
CONTACTIMPROVISATION

Workshop mit Muriel Jeanne Mollet

Du lernst Basistechniken der Contactimpro kennen und kannst diese Vertiefen. Freudig verspielt tanzen, forschen, entdecken, improvisieren, miteinander sein, Mischung aus Technik und freiem Tanzen.

m.a. studio Rieden bei Baden

So 4. Feb. / Sa 8. Juni. 2024, 13-18 Uhr

murielmollet@hotmail.com / www.murielmollet.com

Workshop Contactimprovisation
BASICS & MORE

Sonntag, 4. Februar 2024, 13 - 18 Uhr
Samstag 8. Juni 2024, 13 - 18 Uhr

m.a. studio, Oederlin Areal, Landstr. 2 B, 4. Stock, 5415 Rieden, Busstop: Oederlin (5 Min. Bhf

ContactImprovisation ist ein Tanz, der zugleich kraftvoll, leicht, athletisch, sinnlich, kämpferisch, verspielt, energiegeladen, witzig, ernst, poetisch oder sanft sein kann.

Im Kontakt mit anderen Tanzenden kann mit diesen Möglichkeiten experimentiert und improvisiert werden.
Spielerisch verschieben wir das Körpergewicht und experimentieren damit. Es entsteht ein kreativer, spontaner und gemeinsamer Tanzprozess.

Der Kurs ist sowohl für Einsteiger als auch fortgeschrittene Contacter geeignet. Er besteht aus einer Mischung aus Technikübungen und Experimentieren mit unterschiedlichen Themen wie z.B. Gewicht geben und nehmen, Rolling Point, Lifts und Jumps, Counterbalance sowie Wahrnehmungs-, Vertrauens-, und Entspannungsübungen, strukturierte Improvisation und freies Tanzen mit und ohne Musik.

Willkommen sind alle, die Freude am Tanzen und Bewegen haben, gern improvisieren und Neues erforschen.

Mitnehmen: Lockere, bequeme Trainingskleider, ev. Knieschoner, Zwischenverpflegung.

Kosten: CHF 130.- / pro Kurs / Anmeldeschluss: 10 Tage vorher

LEITUNG:

Muriel Jeanne Mollet

Dozentin Höhere Fachschule für zeitgenössischen & urbanen Bühnentanz Zürich / Dipl. Tanz- und Bewegungspädagogin / Choreografie / Wasserarbeit / Systemische Prozessbegleitung & Erlebnispädagogik / Anleiterin Kampfesspiele®.

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