

Bern 18.-20. Oktober 2019

Moving from the center Feldenkrais and Contactimprovisation

Workshop mit Michel Casanovas und Patrick Collaud

Wir beginnen und beenden jeden Tag mit einer Feldenkrais Session, welche uns thematisch in die Contactimprovisation führt. Die ruhigen verbalen Anleitungen der Feldenkrais Methode vermitteln Klarheit und Leichtigkeit und öffnen den Raum für Kreativität. Die Contactimprovisation führt uns in die frühen Phasen unserer Bewegungsentwicklung und in die räumliche, dynamische und soziale Dimension der Bewegung.

Die von unserer Aufmerksamkeit begleiteten Bewegungen erlauben es, das Zentrum - die Beckenregion und ihre Bewegungsmöglichkeiten - spielerisch zu erkunden. Das Zusammenspiel des Zentrums mit der Wirbelsäule, dem Kopf, und schliesslich dem ganzen Körper lässt erkennen, dass hier der hauptsächlichste Antrieb unserer physischen Aktivität liegt.



Freitag 18.10. 18-21 Uhr // **Samstag 19.10.** 10-17 Uhr // **Sonntag 20.10.** 10-14 Uhr

Kursort: Studio Freiform, Speichergasse 4 im Progr Bern

Kosten: 13 Stunden 240.-

Anmeldung und Information: p.collaud@bluewin.ch

Michel Casanovas ist Tänzer, Choreograph und Lehrer der Feldenkrais Methode. Er lebt und arbeitet in Südfrankreich, Indien und der Schweiz. In Collioure (FR) hat er die ONA gegründet, ein Verein zur Förderung der Feldenkrais Methode und des zeitgenössischen Tanzes. Mit Patrick Collaud ist er der Mitbegründer der Compagnie Morespace in Basel.

Patrick Collaud arbeitet als Tanzpädagogie und Psychomotoriktherapeut. Er unterrichtet Contactimprovisation seit 26 Jahren. Er ist Mitbegründer der dialogischen Körperarbeit, Danced Body Work, die auf seinen Erfahrungen mit der CI aufbaut. Als Tänzer und Choreograph leitete er zusammen mit Michel Casanovas die Tanztheater-Compagnie Morespace in Basel.