

INS LEBEN VERTANZT

Contact Improvisation - wöchentlicher Kurs

CONTACT IMPROVISATION

mit *Laura Vogel & Linda Trolese*

montags	19.30 – 21.30
kurs	quartalsweise, Pause in ZH Schulferien
infos	www.contactimprovisation.ch
ort	GZ Buchegg, Gymnastiksaal Bucheggstrasse 93, 8057 Zürich
willkommen	Tanzfreudige mit und ohne Vorkenntnissen
kosten	35 / 30 Fr. (pro Quartal 9 – 12x im Abo) Einsteigerabo jederzeit 100 Fr. (3x)
mitbringen	bequeme Trainingskleider Versicherung ist Sache der Teilnehmer
anmeldung	+41 78 404 48 16 / lauravogel@gmx.de

Contact Improvisation ist eine Tanzform, die zu Beginn der 70er Jahre in den USA entstanden ist und sich seither ständig weiterentwickelt. Im Kontakt mit einem oder mehreren Partnern entsteht der Tanz durch das Spiel mit den Prinzipien der Schwerkraft. Er entwickelt sich jeden Moment neu, ist lebendige Kommunikation der Körper, die in einen gemeinsamen Bewegungsfluss finden.

In diesem Kurs erforschen und vertiefen wir die Grundprinzipien der C.I., um frei und vielfältig damit improvisieren zu können: dem Kontaktpunkt folgen, Gewicht abgeben und annehmen, Schwung nutzen, Rollen, Gleiten, Heben, Fliegen.

Wir lernen, mit dem Körper zu lauschen und klare Impulse zu setzen, uns neugierig auf den Dialog mit dem Partner einzulassen und dem gemeinsamen Bewegungsfluss zu folgen.

Kopfüber erweitern wir unseren tänzerischen Spielraum. Es wird experimentiert, geforscht und getanzt – mal mit Musik, mal ohne.

Immer präsent im Moment, denn **IMMER IST JETZT!**