

Movement Masterclass w/ Adrian Russi (CH)

Saturday 19.10 - Sunday 20.10.

Momentum

"Die CI fasziniert mich in ihrer Vielschichtigkeit und ihrem Facettenreichtum immer wieder aufs Neue. In jedem Tanz und jeder Klasse kann ich aus einem immensen Spektrum an Möglichkeiten das gerade Passende wählen bzw. mir widerfahren lassen - und so mit der belebenden, fortwährenden Dynamik zwischen klarer Absicht und Hingabe an das Unbekannte spielen.

Dieses Mal liegt der Fokus auf dem Schwungvollen im Tanz, was Leichtigkeit und Lust auf mehr vermitteln soll. Der für Manche unverständliche Fachbegriff heisst «Momentum». Unser Körper kennt dieses Momentum seit Kindesbeinen. Es ist etwas sehr Organisches und Selbstverständliches, das in der CI aber oft verloren geht, weil zu verhalten getanzt oder mit zu viel Kraft gepusht wird. Momentum ist spannend und beinhaltet verschiedene Aspekte. Es hat mit Schwung und eher bogenförmigen Bewegungen zu tun. Es hängt mit Schwerkraft und dem physikalischen Begriff der Trägheit zusammen. Ein gutes Timing ist grundlegend, um die Energie des Momentums lustvoll zu nutzen. Und: Bewegungen mit Momentum sind nicht immer schnell, sondern können auch sehr gemächlich von statten gehen. Wie gewohnt geht es in diesem Workshop darum, tanzend zu forschen und zu geniessen, die Wahrnehmung zu schulen und ein vertieftes Verständnis für die CI zu erlangen. Ich freue mich sehr auf das Thema, welches schon lange Teil meines Unterrichts ist, jedoch noch nie so richtig im Zentrum stand.

BIOGRAFIE

Adrian Russi ist Lehrer für Contact Improvisation und Neuen Tanz und wird europaweit zum Unterrichten und Performen eingeladen. Nach seiner Ausbildung bei „bewegungs-art“ in Freiburg/D bildete er sich bei verschiedenen LehrerInnen kontinuierlich weiter, u.a. bei Steve Paxton, Nancy Stark Smith und Nita Little. Ihm sind eine präzise Bewegungstechnik und differenzierte Wahrnehmung wichtig, sowie eine Kreativität, die dem differenzierten Körperbewusstsein entspringt. Die Freude am Spiel und das Sich-Wirklich-Einlassen sind für ihn die Grundlage, um im Tanz aus dem Vollen zu schöpfen. Weitere Einflüsse stammen von seinem Studium verschiedener Kampfkünste und der Craniosacraltherapie sowie von seiner eigenen Forschungsarbeit (u.a. über die Faszien).

Offen für TeilnehmerInnen mit Erfahrung in CI.

Sprache: Deutsch (english if necessary)

www.adrianrussi.com

Samstag 19. Oktober

13-18h

Sonntag 20. Oktober

13-18h

Tanzhaus Zürich

Wasserwerkstrasse 129

8037 Zürich

<https://www.facebook.com/events/414465029103158/>

CHF 180.- Reguläre Teilnehmer

CHF 160.- Early Bird Anmeldung (bis Ende September) und Profitänzer

Versicherung ist Sache der TeilnehmerInnen.