

Tanz & Akrobatik // Workshop mit Ana Jordão und Vincent Kollar

**Freitag 22. Oktober -
Sonntag 24. Oktober
2021 // 11:00 - 16:00**

Neues Kursdatum!

UPSIDE DOWN & ALL AROUND

Wo?

7543 Lavin
in der Mehrzweckhalle

Kurskosten:

270.- regulär, Anmeldeschluss 15. September 2021
240.- Early Bird, Anmeldeschluss 15. August 2021

Übernachtung im Haus La Vouta 60.- pro Person und Nacht
im DZ, Anmeldung bis 1. September 2021

In diesem Kurs werden wir Tanzakrobatik und Partnering erforschen und verschiedene Arten der Annäherung und des Verlassens des Bodens erfahren. Der Boden ist unser Freund. Wir praktizieren mit super funky Tunes, viel Lächeln und guter Energie!

Werkzeuge wie Atem, Vorstellungskraft und Emotion werden uns helfen, Bewegungen wieder zu entdecken und Leichtigkeit zu finden. Diese Leichtigkeit wird uns auf unserem Weg zur Energieeffizienz führen. Wir werden die Architektur unseres Körpers durch Gewichtsverlagerungen, Diagonalen, Spiralen, Drehpunkte und Impulse erforschen. Das Üben, wie man diese Elemente benutzt, wird zur Flüssigkeit unserer Bewegung beitragen und ein Lächeln auf dein Gesicht zaubern!

Detaillierter Kursausschrieb, Anmeldungen und Fragen an sara.zollinger@gmx.ch