

CONTACTIMPRO

WORKSHOP MANNHEIM

QUALITIES OF FLOW

Sa. 14.09.2019

OPENING THE BACKSPACE

Sa. 02.11.2019



QUALITIES OF FLOW

In diesem Workshop erforschen wir mit Hilfe von Bodywork, Awareness-Übungen und gezielten Explorationen spielerisch die Themen Zeit, Fluss, Dynamik und Energie. Diese sind die grundlegenden Prinzipien von Bewegungsfluss und -qualität, die wir in unserem Kontakt-Tanz integrieren wollen.

Sa. 14. September 2019 · 10:00 -16:00 Uhr

inkl. 1h Mittagspause

OPENING THE BACKSPACE

In diesem Workshop richten wir unsere Aufmerksamkeit auf die Sensibilisierung unserer Rückseite und die dadurch veränderte Raumwahrnehmung. Die neu entdeckten Möglichkeiten nutzen wir, um gewohnte Muster zu durchbrechen und spezielle Lifts zu entwickeln, die sich aus der Thematik ergeben.

Sa. 02. November 2019 · 10:00 -16:00 Uhr

inkl. 1h Mittagspause

Crystal Schüttler ist Tänzerin, Choreografin, Tanzpädagogin und Yogalehrerin. Sie leitet die Semilla-Schule für Tanz, Performance und Yoga und unterrichtet dort. Regional ist sie in verschiedenen Tanzprojekten tätig.
www.crystal-semilla.de



Sarah Herr ist Tänzerin, Choreografin und Kulturpädagogin. Sie unterrichtet Zeitgenössischen Tanz, Partnering, Instant Composition, verschiedene Zirkuskünste und Contact Improvisation.
www.5elephants.com

Wo

Matrakala

Studio für Zeitgenössischen Tanz

Uhlandstraße 7 · 68167 Mannheim
(Haltestelle »Alte Feuerwache«)

Für wen

für alle mit und ohne Vorerfahrung

Wieviel

pro Workshop 70 € / erm. 65 €

beide Workshops zusammen 120 € /
erm. 110 €

Anmeldung

Mail: zarah.herr@gmail.com

Web: www.contactimpro-mannheim.de