



photo credit: Günther Krämmer

FLOOR WORK

18:30 - 20 Uhr donnerstags im Matrakala
mit Rebecca

Der Schwerpunkt dieses Kurses liegt auf der Bodenarbeit basierend auf der zeitgenössischen Tanztechnik. Wir vertiefen die Basics (Körperverbindungen, Swings, Rollen, ...) und erarbeiten komplexere Kombinationen in und aus dem Boden. Wir wenden uns dem Atem, organischen Bewegungen, der Körperwahrnehmung und Effizienz zu um mehr Leichtigkeit und Flow zu erleben.

Alle mit Tanzerfahrung in verschiedenen Stilen sind willkommen.
Das Level wird an die Gruppe angepasst.

Block I
Januar 9., 16., 30.

Block II
Februar 6., 13., 20.

Flexibles Preissystem:
Wähle deinen Beitrag pro Block zwischen 51€ und 63€.
Buchung über rebeccaheusler.com/teaching



Photo credit: Günther Krämmer

Movement Exploration

20 - 21:30 Uhr donnerstags im Matrakala
mit Rebecca

„Tanz ist Bewegung die bewusst um ihrer selbst willen als Ausdruck erlebt wird
- die Musik des Körpers.“

Dieser Kurs bietet einen Rahmen um Bewegung als Ausdruck des Moments und den Körper als Instrument zu erfahren. Verschiedene Ansätze helfen dabei mehr Freiheit und Möglichkeiten zu finden, Bewegungsimpulsen nachzugehen und bewertungsfrei im Moment - ob spielerisch, funktional oder emotional - im Tanz aufzugehen.

Alle mit und ohne Tanzerfahrung sind willkommen.
Das Level wird an die Gruppe angepasst.

Block I

Januar 9., 16., 30.

Block II

Februar 6., 13., 20.

Flexibles Preissystem:

Wähle deinen Beitrag pro Block zwischen 51€ und 63€.

Buchung über rebeccaheusler.com/teaching

Kolleg:innen Rabatt auf Anfrage