

# INSTANT COMPOSITION WORKSHOPS



Zeitgenössischer Tanz und Improvisation

## INSTANT COMPOSITION ZEITGENÖSSISCHER TANZ & IMPROVISATION

**matrakala**  
BEWEGUNG | ZEITGENÖSSISCHER TANZ

*Instant Composition ist die Kunst im Moment zu choreografieren und mit Zeit, Raum und Form zu improvisieren. Durch die Arbeit mit verschiedenen Prinzipien der Improvisation wird die Wahrnehmung des eigenen Körpers und des eigenen Bewegungsrepertoires erweitert. Anschließend können die erforschten Elemente in der (Gruppen-) Improvisation und Kreation genutzt werden und sich weiterentwickeln.*

*Ziel der Workshops ist es, einen Raum zu schaffen, in dem gespielt und geforscht werden kann, um das eigene Bewegungsmaterial zu vergrößern und Neues zu entdecken.*

*Jeder der vier Abende hat seinen eigenen Schwerpunkt. Zusammen geben sie einen vertieften Einblick in das Feld der Tanzimprovisation. Die Kurse können auch einzeln besucht werden.*

*Mit und ohne Vorerfahrung.*

**4 Termine je 19:00 - 21:30 Uhr**

Das Gesamtpaket 150€

Einzel buchbar, pro Termin 40€

**Leitung: Sarah Herr**

Tänzerin, Choreografin und Kulturpädagogin. Unterrichtet Zeitgenössischen Tanz, Partnering, Instant Composition, verschiedene Zirkuskünste und Contact Improvisation.

[www.5elephants.com](http://www.5elephants.com)

**Freitag, 18.10. • 1.11. • 15.11. • 29.11.2019**

**Information und Anmeldung unter [www.matrakala.de](http://www.matrakala.de) und [www.5elephants.com](http://www.5elephants.com)  
Telefon 0621 - 981 81 28 und [zarah.herr@gmail.com](mailto:zarah.herr@gmail.com)**

*Janna Schimka & Jasmin Ungemach GbR*

Uhlandstraße 7 • 68167 Mannheim • 0621 - 981 81 28 • [info@matrakala.de](mailto:info@matrakala.de)

**WWW.MATRAKALA.DE**