

Contact Improvisation

Basis / Mittelstufe

Eine Tanzform, in der Physikalität, Kommunikation und Verspieltheit in unerwarteter und kreativer Weise aufeinandertreffen.

mit Adrian Russi

Dienstag, 9:30 - 11:30

Tanzpfeiler, Bern

Salsadancers, Dalmaziquai 69, 3005 Bern

*Weitere Infos und Anmeldung:
adrianrussi.yep@bluewin.ch, 079 600 87 80*

www.adrianrussi.com



Foto@Peter Aerni

Contact Improvisation

zum kennen lernen, auffrischen oder vertiefen ...

Die **Contact Improvisation** ist eine Tanzform, in der Physikalität, Kommunikation und Verspieltheit in unerwarteter und kreativer Weise aufeinandertreffen. Sie hat das Potential, in die Tiefe zu gehen und unterschiedlichste Ebenen des Seins zu berühren.

Ein Contact-Tanz beginnt oft damit, dass zwei Tänzer:innen gegeneinander lehnen, in den Kontaktpunkt hineinhören und über dessen ständige Verlagerung in einen gemeinsamen Bewegungsfluss finden. Durch die Kommunikation über den Körper, das Lösen und wieder Aufnehmen des Körperkontakts sowie das Spiel mit Gewicht und Berührung ergeben sich immer wieder neue Möglichkeiten wie rollen, fallen, fliegen oder getragen werden - und daraus das Eingebundensein in einen Tanz, der sich wie von selbst entwickelt. Vom ersten Moment an ist es eine Reise ins Unbekannte.

Indem die Tänzer:innen präzisen Bewegungsprinzipien folgen und der Wahrnehmung des eigenen Körpers und der Schwerkraft vertrauen, eröffnet sich ihnen ein weites Spektrum an Qualitäten: der Tanz kann sanft und weich bleiben oder schnell und wild werden, je nach den Vorlieben und Fähigkeiten der TänzerInnen und der momentanen Atmosphäre im Raum. Es ist ein Tanz im Hier und Jetzt, es ist pure Improvisation, es geht um Instinkt und Intuition.

Offen für alle Erfahrungsstufen

Der Kurs kann quartalsweise besucht werden und orientiert sich an den Stadtberner Schulferien.

Zahlung auf PC: 30-92'944-2, A. Russi, 3612 Steffisburg

IBAN CH33 0900 0000 3009 2944 2

Versicherung ist Sache der Teilnehmer:innen

adrianrussi.yep@bluewin.ch

+41-79-600'87'80

www.adrianrussi.com