

Flying and Falling

3.–5. Februar 2012
im WUK
mit Adrian Russi / CH



CONTACT WORKSHOP!!

sich über die Schwerkraft hinaus – „beyond gravity“ –
zu einem kontinuierlichen Fallen und Fliegen
in alle Richtungen in eine neue Dimensionen entwickeln

Flying and Falling

Dieser Workshop richtet sich an TeilnehmerInnen, die mit den Grundlagen der Contact Improvisation bereits gut vertraut sind. Darauf aufbauend werden an diesem Wochenende sowohl allgemeine Prinzipien wie auch spezifische Techniken vermittelt, die einen die Schwerkraft vergessen lassen und Leichtigkeit im Fliegen und Fallen ermöglichen.

Die zu erlernenden Lift- und Flieg-Techniken werden mit Timing und Raumgefühl verbunden. Akrobatische Figuren sollen so nicht mehr primär eine Frage der Muskelkraft sein, sondern auf zwei bewegten Körpern basieren, die auch in herausfordernden Situationen im Fluss und in der optimalen Ausrichtung bleiben.

Beim Fallen – als unabdingbare Vorbereitung für das Fliegen – geht es darum, den Körper weich und flexibel werden zu lassen und ihn so zu organisieren, dass aus unterschiedlichsten Positionen heraus ein sicheres Ankommen auf dem bzw. Hineingleiten in den Boden möglich wird.

Der Unterricht

wird die Vermittlung von Bewegungsprinzipien und Contact-Skills (Techniken, Fertigkeiten) beinhalten sowie Wahrnehmungsübungen und Improvisationsaufgaben mit dem Ziel, der Schwerkraft mit Intelligenz und Kreativität zu begegnen und neue Freiheiten im Tanz zu entdecken. Es wird Raum geben für Stille und Gelegenheit Contact Improvisation frei zu tanzen, um das Gelernte anwenden und ins bisherige Bewegungsrepertoire integrieren zu können.

Adrian Russi

ist Lehrer für Contact Improvisation und Neuen Tanz und unterrichtet und performt in ganz Europa. Ausbildung bei „bewegungs-art“ in Freiburg / D. Kontinuierliche Weiterbildung, u. a. bei Steve Paxton und Nancy Stark Smith. Weitere Einflüsse durch sein Studium verschiedener Kampfkünste und der Craniosakraltherapie.

Mehr Informationen sind zu finden auf www.adrianrussi.com

Wann

Freitag, 3. Februar 2012 18.00–21.00
Sa, 4. Feb. 2012 10.30–17.00 (mit Pause)
So, 5. Feb. 2012 10.30–17.00 (mit Pause)

Wo

WUK, Währingerstr. 59, 1090 Wien

Kosten

€ 180 / erm. € 150 (bei Anmeldung bis 15. Jan. 2012)

Info&Anmeldung

Karin Gsöllpointner
gsoell@hotmail.com
0660-12 55 800

Einzahlung

Konto Karin Gsöllpointner
no 76325117300 / Blzt. 12000 / BA-CA
Anmeldung ist gültig bei Anzahlung von 50,- Euro,
die im Falle eines Rücktritts nicht zurückerstattet wird.

