

eigenständig & verbunden

Contact Improvisation
und Neuer Tanz
in Bern

mit Adrian Russi
& Manuela Blanchard

9. - 12. Mai 2013
(Auffahrt)

www.earthandwaterdance.com

www.adrianrussi.com



Wir freuen uns, dieses mal eine längere Version unseres Workshops „eigenständig & verbunden“ anzubieten und uns so vertiefter mit dem Thema auseinandersetzen zu können. **Er richtet sich an** alle bisherigen TeilnehmerInnen und auch an neue, die Erfahrung in CI oder anderen Improvisationsformen haben. Der Workshop findet an einem wunderschönen Ort statt mit der Möglichkeit, je nach Wetter **einzelne Unterrichtsblöcke** nach draussen zu verlegen, um das Thema in einer **natürlichen Umgebung** zu erforschen (optional für die, die Lust haben, parallel gibt's Unterricht im Studio)

In der **Contact Improvisation** treffen die Physikalität des Körpers und die Verspieltheit der Bewegung in unerwarteter und kreativer Weise aufeinander. Sie hat das Potential, in die Tiefe zu gehen und verschiedene Ebenen des Seins zu berühren. Durch die Kommunikation über den Körper und aus dem Spiel mit Gewicht und Berührung ergeben sich immer wieder neue Möglichkeiten - und daraus das Eingebunden sein in einen Tanz, der sich wie von selbst entwickelt. Vom ersten Moment an ist es eine Reise ins Unbekannte.

In dieser Workshop-Reihe verbinden wir die Prinzipien der Contact Improvisation mit verschiedenen Elementen des **Neuen Tanzes**. Der Fokus liegt auf dem mühelosen Wechsel vom Duett in den eigenen Tanz bzw. die Gruppenimprovisation, auf der Raumwahrnehmung und der Rhythmizität der Bewegung. Wir werden lernen, auch auf Distanz zu kommunizieren und so den Tanz luftiger und aussagekräftiger werden zu lassen. Sowohl die Autonomie als auch die Verbundenheit mit den PartnerInnen werden gestärkt, was ganz neue Tanzerlebnisse ermöglicht. Erlebnisse, die im Hier und Jetzt verankert sind, Inspiration und Instinkt zusammenbringen und auf purer Improvisation basieren.

9. - 12. Mai 2013 (Auffahrt) 10.30-17.00 (mit Pause)

Weissenheim, Kirchbergerstrasse 60, CH-3008 Bern

CHF 400.- (€ 295.-) bzw. CHF 360.- (€ 265.-) bei Anmeldung bis zum 22. April 2013. Die Anmeldung ist gültig mit einer Anzahlung von CHF 120.- (€ 80.-), die im Falle eines Rücktritts nicht zurückerstattet wird.

Zahlung auf PC: 30-92'944-2, A. Russi, CH-3013 Bern

Versicherung ist Sache der TeilnehmerInnen

Informationen zum Ort und Übernachten: <http://www.earthandwaterdance.com/eigenstaendig-und-verbunden.html>

Manou & Adrian leben und unterrichten seit vielen Jahren als Paar zusammen und bringen so eine besondere Qualität in ihre Workshops. Ihre Palette ist sehr breit und reicht von Präzision in Bewegung und Wahrnehmung über poetische Bilder und Assoziationen bis hin zum Spiel mit den Sinnen - im Studio, in der Natur und im Wasser.

Individuelle Lebensläufe finden sich auf ihren Websites

Anmeldung

Adrian Russi

adrianrussi.yep@bluewin.ch

+41-79-600'87'80

+41-31-332'50'06

www.adrianrussi.com

indépendants & connectés

Contact Improvisation
et Composition instantanée
à Berne

avec Adrian Russi
& Manuela Blanchard

9 - 12 mai 2013
(Ascension)

www.earthandwaterdance.com

www.adrianrussi.com



Nous nous réjouissons, de proposer une version longue et approfondie d'„indépendants et connectés". **Ce stage s'adresse** aux participant(e)s de stages préalables ainsi qu'aux personnes ayant une base en CI ou en improvisation. Il se déroule dans un lieu idyllique offrant la possibilité, en option, d'expérimenter notre thématique en **milieu naturel pendant un ou deux après-midi**, en fonction de la météo (avec en parallèle un cours en studio, pour ceux qui préfèrent être dedans).

La **Danse Contact Improvisation** est un espace de rencontre créatif, basé sur l'échange de poids, le jeu avec les lois de la gravité, entre communication non verbale et pure physicalité. L'attention portée à ses propres sensations combinée à l'écoute de l'autre favorise l'éclosion de danses intuitives et joueuses, ayant le potentiel d'aller en profondeur et de toucher différents niveaux de l'Etre. Les participants composent avec la forme, l'espace, le rythme et se laissent conduire dans des situations tantôt surprenantes, tantôt émouvantes, à la rencontre des autres et d'eux-mêmes. Les décisions se prennent dans l'instant, en suivant les impulsions corporelles et en étant attentif à ce qui se passe autour.

Dans cette série de stages nous allions les principes du Contact Improvisation à des éléments de **Composition instantanée** en mettant l'accent sur les transitions, les changements de constellations (solo, duo, groupe). Nous proposons des techniques de mouvement connectant les espaces intérieurs et extérieurs, où l'improvisation se compose avec la conscience d'un regard extérieur.

9 - 12 mai 2013 (Ascension) 10.30-17.00 (avec pause repas)

Weissenheim, Kirchbergerstrasse 60, CH-3008 Berne

CHF 400.- (€ 295.-) resp. CHF 360.- (€ 265) en cas d'inscription jusqu'au 22 avril 2013. L'inscription est validée par le versement d'un acompte non remboursable de CHF 60.- (€ 40.-)

Compte postal: 30-92'944-2, A. Russi, CH-3013 Berne

L'assurance est à la charge des participant-e-s

Informations sur le lieu du stage et nuitées: <http://www.earthandwaterdance.com/eigenstaendig-und-verbunden.html>

Manou & Adrian vivent en couple et enseignent ensemble depuis de nombreuses années, ce qui amène une tonalité particulière à leurs stages. Ils offrent une large palette pédagogique, alliant la précision dans le mouvement, les jeux sensoriels et une perception différenciée, avec un recours occasionnel à des images poétiques – Ils travaillent en studio, dans la nature et dans l'eau.

CV individuels sur leurs sites respectifs.

Inscription

Adrian Russi

adrianrussi.yep@bluewin.ch

+41-79-600'87'80

+41-31-332'50'06

www.adrianrussi.com

independent & connected

Contact Improvisation
and New Dance
in Bern

with Adrian Russi
& Manuela Blanchard

May 9 - 12th 2013
(Ascension)

www.earthandwaterdance.com

www.adrianrussi.com



We are very happy to offer a longer edition of our workshop „independent & connected“ in May to dive deeper into this field. **We adress** it to all former participants and also to new ones with experience in CI or another improvisation form. The workshop will take place in a wonderful location with the option to move **some classes** to the outside and to explore the theme in a **natural surrounding** (for those who like - there will be indoor classes at the same time).

Contact Improvisation is a dance form where physicality and playfulness meet in an unexpected and creative way. It has the potential to be very profound and while dancing CI you may be touched on many different layers of your being. By following distinct movement principles and by trusting the own physical perception a wide range of movement qualities can appear. From the very first moment on you will be involved in a journey into the unknown.

In this series of workshops we are integrating the principles of Contact Improvisation with different elements of **New Dance**. We set the focus as much on an easy transition from duet into solo dance or group improvisation as on the perception of space and the rhythmicity of movement. We will learn how to communicate on distance and to use this tool to make our dance more airy and meaningful. Both, the autonomy and the connection with the partners, will be reinforced and this will lead you towards totally new dance experiences. It's all about being present, it's about pure improvisation and communication, where our instincts and intuition play an important role!

May 9 – 12th 2013 (Ascension) 10.30-17.00 (with a break)

Weissenheim, Kirchbergerstrasse 60, CH-3008 Bern

CHF 400.- (€ 295.-) resp. CHF 360.- (€ 265.-) with registration until April 22th 2013. The registration is valid only with a non refundable deposit of CHF 120.- (€ 80.-).

Payment on PC: 30-92'944-2, A. Russi, CH-3013 Bern

Participation is at your own risk

Information about the location and accommodation: <http://www.earthandwaterdance.com/eigenstaendig-und-verbunden.html>

Manou & Adrian share their life a couple and co-teaching since many years. This enables them to create a very specific and special atmosphere in their workshops. They offer a wide range of material, focusing on precision in movement and perception, poetic images and associations as well as the interplay of touch and sensuality. Their teaching takes place indoor, in nature and in water.

For **individual cv's** please check their websites.

Registration

Adrian Russi

adrianrussi.yep@bluewin.ch

+41-79-600'87'80

+41-31-332'50'06

www.adrianrussi.com