

Frei - Raum - Tanzen

Um die Freude am Tanz in uns lebendig werden zu lassen und zum Ausdruck zu bringen, laden ich Euch ein, die Improvisation kennenzulernen und selbst in den Tanz einzubringen.

Stell Dir zum Beispiel vor Du bist leicht wie eine Feder, die sich im Wind bewegt und schon wirst Du Dich leicht und beweglich fühlen.

Genau durch diese Vorstellungskraft und Fantasie wird ein Körpergefühl und eine Bewegung ausgelöst. Und wie von selbst können wir spielerisch unsere Bewegungsmöglichkeiten erweitern die sich auch im Alltag integrieren lassen.

In den einzelnen Tanzworkshop werden hierzu themenbezogen Beispiele und Anregungen gegeben, die sich innerhalb der Gruppe in einem dynamischen Prozess weiterentwickeln können.

Wir geben uns die Möglichkeit die Bewegungsfähigkeit und Grenzen unserer Körpers zu erweitern und stellen uns der Herausforderung etwas Neues - etwas Anderes in uns wachzurufen. Denn jeder von uns hat eine andere Ausdrucksweise - eine andere Beweglichkeit.

Wir brauchen keine tänzerischen Vorerfahrungen oder spezielle Tanzpartner. Und es ist egal - wie alt oder jung wir sind. Jeder ist willkommen!

ABLAUF:

1. Einführungs- Begrüßungsrunde
2. Kurzes Warm
3. Tanzimprovisationsthema
4. Freies Tanzen
5. Abschlussrunde

KONTAKT:

Marion Krause
Am Ölberg 16
49451 Holdorf
0172 4231894
info@marion-krause.de
www.marion-krause.de

KLEIDUNG:

getanzt wird Barfuß oder mit Socken in bequemer Kleidung

MUSIK:

sanft bis beatig, meditativ u. Freestyl

ORT:

TEILNEHMERZAHL:

6 bis max. 15 Personen

ZEIT:

sobald es wieder möglich ist. Ort und Zeit werden frühzeitig bekannt gegeben.

MARION KRAUSE:

1998 - 2008 Qi Gong und Tai Qui Quan
Lehrerin Barbara Redlich, Vechta

2004 - 2006 Tanztheatergruppe Vechta
Choreografin Anni Averbek, Lohne

2011 - 2012 Tanzausbildung Tanzimprovisation, Körpersymbolik, Tanztheater
Institut für Tanz - Dr. Detlev Kappert, Essen

seit 2008 Tango Argentino
Lehrerin Gertrud Ahrlinghaus u. weitere...

seit 2012 Contact-Improvisation
Teilnahme an Festivals, Workshops, Kursen
Lehrer, Kai Kaldac, Osnabrück u. weitere...

