

dance - fight - create

langstock im zeitgenössischen tanz und in der kampfkunst



mit pia andré

kampfkünstlerin, bewegungspädagogin,
tänzerin und lehrerin für alexandertechnik

ort: freie waldorfschule böblingen/sindelfingen
herdweg 163
71032 böblingen

zeiten: samstag 12.00 - 18.00 uhr
sonntag und montag 10.00 - 16.30 uhr
dienstag 9.30 - 14.30 uhr
(jeweils inkl. 1h Pause)

kosten: 280,-€ diese sind bei veranstaltungsbeginn
zu bezahlen.
(stöcke können auf bestellung erworben werden.)

infos & anmeldungen:

graziella wittenberg, auf der steinge 8, 72827 wannweil
mail: g.wittenberg@gmx.de



dance - fight - create

www.pia-andre.com

langstock im zeitgenössischen tanz und in der kampfkunst

der erste teil des seminars besteht aus technischem bewegungs-, tanz- und (stock-)kampftraining. ein grundvokabular in der bewegung, im tanz und im kampf. wir lassen uns von der dynamik und der kraft des langstocks entführen in eine welt voller fluss, kreativität und innerer ruhe. drills und differenzierte schlagfolgen von fließender eleganz fördern die koordinatation und bringen uns in unsere aufrichtung und balance. rollen, drehungen, sprünge, lifts (hebetechniken)... geben uns durchlässigkeit und flexibilität. im zweiten teil integrieren wir das bewegte und geübte. körperarbeit, entspannung, entschleunigung unterstützen uns im moment wach und klar auch ohne worte zu kommunizieren. sich berühren und bewegen lassen, eintauchen ins sinnliche, wahrnehmungsschulung, miteinander, zueinander hin, voneinander weg... ein raum voller ideen, einzigartigkeit, bildern und geschichten entsteht. was bedeutet es im moment zu sein? wir führen die improvisation aus der liebebigkeit und staunen über das ergebnis und den einfluss auf unseren alltag.



weitere kurse in tübingen: 16./17.11.2019 "dance - fight - grow" neuer tanz & stockkampfkunst