



INFORMATIONSBLETT FOLGE 178

TANZ UND BEWEGUNGSIMPROVISATION

Das Spiel mit dem Unvorhergesehenen, Unmittelbaren in Tanz und Bewegung

Bewegung und Tanz aus dem Moment heraus gestalten und damit wach und präsent im Raum zu sein. Urteile und Beurteilungen wahrnehmen, sie loslassen und sich auf die Suche nach der Stimmigkeit des Augenblicks zu begeben.

Ausdruck und Kommunikation geschehen unmittelbar über die Körperlichkeit, deren Sprache der eigene Tanz- und Bewegungsstil ist.

Sensibilitäts- und Empfindungstraining unterstützen diese direkte Form des Seins und Tuns. Das Erweitern des Bewegungsrepertoires verfeinert Ausdruck und Gestaltung des eigenen Tanzes. Unterschiedliche Improvisationsstrukturen dienen dem Bezogen-Sein auf Raum, Personen und Musik.

Experimentieren und ausprobieren, die Freude an Tanz und Bewegung erleben.