

## 2307 Aerial Silks Contemporary Dance Beginner/ Intermediate Workshop

### Tanz - Meditation - Flow

Neben der korrekten anatomischen Ausführung der statischen Positionen und der dynamischen Bewegungsabläufe im ersten Workshopteil wird sich Trainerin Dani im zweiten Workshopteil kreativen und inspirierenden Impro-Übungen aus dem Aerial Dance und dem zeitgenössischen Tanz widmen.

Die Sequenz am Silk wird über ein bewusstes Zusammenspiel mit unserem individuellen Atemrhythmus und einem Dialog mit der Schwerkraft fluider, individueller, ausdrucksstärker und tänzerischer.

Aerial (-Silks) Vorkenntnisse sind von Vorteil, aber nicht nötig, um mitzumachen, da wir eine Beginner-Choreographie tanzen werden!

Ort: Turnsaal Am Kaisermühlendamm 2, 1220 Wien

### Trainerin:

[Daniela Staudinger](#)

Daniela unterrichtet seit 9 Jahren Luftakrobatik und hat zahlreiche Aus- und Weiterbildungen in Yoga, Pilates, Partnerakrobatik und Aerial Arts absolviert. Sie ist Mitbegründerin vom Verein Aerial Arts Austria und ist auch als Künstlerin und Artistin im zeitgenössischen Zirkus- und Performance - Bereich tätig.

Homepage: <http://www.aeriality.at>

Facebook: <https://www.facebook.com/aerialityaustria>

Instagram: <https://www.instagram.com/dani.aeriality/>

Videolink: <https://www.aeriality.at/kursangebot/aerial-silks/>