



INFORMATIONSBLATT FOLGE 492

AFRO SUNRISE

Sanft in den Tag einsteigen, Ressourcen aktivieren, Kraft und Energie schöpfen mit westafrikanischen und karibischen Tänzen, basic Training und Stretching mit Yoga-Komponenten. Körper und Seele, Gefühl und Verstand beeinflussen sich gegenseitig und gehören zusammen. Afro Sunrise soll die bewusste Erfahrung dieser Verbindung ermöglichen.

Westafrikanische und Haitianische Tänze erzählen vom Leben, von der Befreiung fremder Herrschaft. Sie sind Freiheit, spirituell und so vielfältig wie das Leben selbst. Im Mittelpunkt steht das Nachzuspüren und Folgen von Bewegungen, die das Baumwollpflücken imitieren, die anstrengende Arbeit mit der Machete, das Säugen von Kindern, das Kochen - sie sind alltäglich und spirituell zugleich, andere erzählen von der schönen Meerjungfrau in fließenden Bewegungen wie der Wellengang des Meeres oder von den SklavInnen die rudern. Sie sind geschmeidig wie eine Katze und stark wie eine Löwin!

Die Morgenstunde streckt sich aus und LaBel begleitet Sie tanzend, sanft und angenehm crescendo in das Erwachen von Natur und Mensch und deren Tagesablauf. Jeder Tanz hat ein Thema und bringt den Kreislauf in Schwung, verbessert die Ausdauerleistungen, steigert die Aufmerksamkeit und wirkt sich positiv auf die Konzentrationsfähigkeit aus.

Karine Label ist in Haiti geboren und im Lakou Souvenance, dem wichtigsten Zentrum des Vodou, initiiert und in Tanz ausgebildet, ist international eine der geschätztesten hochprofessionellen Afro Tänzerinnen und Tanzpädagogin mit jahrelanger Bühnenerfahrung – unter anderem in Paris und auf Tour mit Georges Momboy - sowie Workshopführung auf den renommiertesten Festivals wie beispielsweise ImPulsTanz, verzaubert und fasziniert mit ihrer atemberaubenden Ausstrahlung, perfekter Technik und einzigartigem Stil und Ausdruck und ist eine passionierte, von ihren SchülerInnen heiß geliebte Lehrerin.