

## CONTEMPORARY FLOW // ZEITGENÖSSISCHER TANZ



### CONTEMPORARY FLOW // ZEITGENÖSSISCHER TANZ

mit **Sara Lanner**

Level: **Anfänger\*innen**

Wenn du erfahren möchtest wie man auf dem Boden *fliegen* und im stehen *wirbeln* kann oder wenn du dich selbst schon mal gefragt hast wie sich die Worte *Flow*, *Rebound* und *Slide* im eigenen Körper anfühlen - dann bist du hier richtig!

In diesem Kurs bauen wir auf Grundlagen des Zeitgenössischen Tanzes/Contemporary Dance auf. Ausgehend von den Grundelementen wie Schwung und Impuls werden die Teilnehmenden raumgreifende dynamische Choreografien erlernen, in denen stets auch Platz zum Erforschen des ganz eigenen, individuellen Ausdrucks bleibt. Erlernte Schritte und Bewegungsabfolgen sowie Tanztechnische Zugänge werden abwechselnd mit spielerischen oder improvisatorischen Übungen verbunden, damit Spaß und Freude an der Bewegung als Lernmotoren garantiert sind!

Der Workshop richtet sich an Personen mit wenig bis kaum Tanz-Vorerfahrung, auch ohne Vorerfahrung bist Du herzlich willkommen, und bietet so ein ideales erstes Kennenlernen zeitgenössischer Tanzgrundlagen.

Info <https://www.saralanner.at>

Foto: Theresa Wey