

Bern 22.-24. Oktober 2021

Moving from the center III

Feldenkrais und Contactimprovisation

Workshop mit Michel Casanovas und Patrick Collaud

Wir beginnen und beenden den Tag mit einer Feldenkrais Session, welche uns thematisch in die Contactimprovisation führt. Die ruhigen verbalen Anleitungen der Feldenkrais Methode vermitteln Klarheit und Leichtigkeit und öffnen den Raum für Kreativität. Die CI führt uns in die frühen Phasen unserer Bewegungsentwicklung, sowie in die räumliche, dynamische und soziale Dimension der Bewegung.

Die von unserer Aufmerksamkeit begleiteten Bewegungen erlauben es, das Zentrum - die Beckenregion und ihre Bewegungsmöglichkeiten - spielerisch zu erkunden. Das Zusammenspiel des Zentrums mit der Wirbelsäule, dem Kopf, und schliesslich dem ganzen Körper lässt erkennen, dass hier der hauptsächliche Antrieb unserer physischen Aktivität liegt. Das Gefühl von Kraft, gepaart mit Feingefühl erzeugt einen Fluss, aus dem der Tanz entstehen kann.



Freitag 22.10. 18-21 Uhr // **Samstag 23.10.** 10-17 Uhr // **Sonntag 24.10.** 10-14 Uhr

Kursort: Studio Freiform, Speichergasse 4 im Progr Bern

Kosten: 13 Stunden 260.-

Anmeldung und Information: p.collaud@bluewin.ch

Michel Casanovas ist Tänzer, Choreograph und Lehrer der Feldenkrais Methode. Er lebt und arbeitet in Südfrankreich, Indien und der Schweiz. In Collioure (FR) hat er die ONA gegründet, ein Verein zur Förderung der Feldenkrais Methode und des zeitgenössischen Tanzes. Mit Patrick Collaud hat er zahlreiche Tanztheaterprojekte realisiert, unter anderem «Le corps déporté», «Isola», Heart of Darkness». **Patrick Collaud** arbeitet als Tanzpädagoge und Psychomotoriktherapeut in Bern. Er unterrichtet Contactimprovisation seit 30 Jahren. Er ist Mitbegründer der dialogischen Körperarbeit, Danced Body Work, die auf seinen Erfahrungen mit der CI aufbaut. Als Tänzer und Choreograph leitete er zusammen mit Michel Casanovas die Tanztheater-Compagnie Morespace.

