

Feldenkrais-Workshop und Tanzkontaktimprovisation

12.-13. Oktober 2024 / Studio Chronos / Basel

„Weg aus der Mitte“



Moderiert von Michel Casanovas und Patrick Collaud

Jeder Kurstag beginnt mit einer Feldenkrais-Sitzung, Achtsamkeit durch Bewegung. Eine sensorische Erkundung durch langsame Bewegungsabläufe am Boden, die es Ihnen ermöglicht, die Qualität der wirklich notwendigen Anstrengung besser zu erreichen, sich so von parasitären Spannungen zu befreien und vor allem neue Zusammenhänge der körperlichen, geistigen und emotionalen Organisation zu entdecken.

Diese Sitzung wird mit Übergängen auf dem Boden und dann im Stehen fortgesetzt, was zu größeren, komplexeren und dynamischeren Bewegungen einlädt.

Das durch die Feldenkrais-Sitzung erzeugte subtile und sensible innere Zuhören auf sich selbst wird so mit der Kontaktimprovisations-Tanzsitzung im sensiblen und nonverbalen Austausch des Körperkontakts auf die Beziehung zu anderen übertragen.

Die Arbeit dreht sich um den Tastsinn und das Spiel mit der Schwerkraft im Raum. Zuerst durch angeleitete kreative Erkundungen und Variationen zu zweit, dann durch freie Gruppenimprovisationen.

Der Tag endet mit einer kurzen Feldenkrais-Sitzung, um alle neuen Informationen und Impulse, die durch die Intensität des kreativen Austauschs entstehen, in Ruhe zu integrieren...

Dieser Ansatz des respektvollen Zuhörens gegenüber sich selbst und anderen lädt dennoch zu einer hohen Qualität der Präsenz und Aufmerksamkeit über einen langen Zeitraum ein, was auch die Herausforderung und den Reichtum dieses Kurses darstellt...



Michel Casanovas ist Tänzer, Choreograf und zertifizierter Praktiker der Feldenkrais-Methode (Training Basel III, 2004-2008, mit Paul Rubin und Julie Casson-Rubin).

Er arbeitete in verschiedenen Unternehmen in Frankreich, Belgien und insbesondere in der Schweiz; 1996 war er zusammen mit Patrick Collaud Mitbegründer der Morespace Company; Gemeinsam führten sie zahlreiche Tanztheaterprojekte durch, unter anderem „Heart of Darkness“, „Isola“, „Le Corps Déporté, voyage d’un cheminot“.

Er setzt seine kreative Arbeit und seine Lehrtätigkeit zwischen Indien, der Schweiz und Südfrankreich fort, insbesondere in Collioure, wo er 2015 ONA gründete, einen Verein zur Förderung der Feldenkrais-Methode, des zeitgenössischen Tanzes und der Improvisation.

www.onacollioure.net



Patrick Collaud wurde von Regina Baumgart in Berlin zum Bühnentänzer ausgebildet. Weiterbildung in Feldenkrais, Alexander, Body Mind Centering, Ballett, zeitgenössischem Tanz und Theater. Er praktiziert seit jungen Jahren Kontaktimprovisation und unterrichtet diese Form seit über 30 Jahren in unterschiedlichen Kontexten.

Heute arbeitet er als Tanzlehrer und Psychomotoriktherapeut in Bern. Er ist außerdem Mitbegründer einer dialogischen Körperarbeit, die auf seinen Erfahrungen mit Kontaktanzimprovisationen basiert.

www.patrickcollaud.ch

Zeit : Samstag von 13h bis 19h / Sonntag von 10h bis 16h.

Preis : 280-frs, *early bird* bis zum 12 september, 300-frs später.

Kontakt : casanovas.michel@yahoo.fr / 0033 6 23 93 23 33 (auch WhatsApp)