



## Herbstintermezzo – 10. bis 13. Oktober 2022

### 10. Leipziger Tanztheaterwochen

#### **Dancing is just a fancy way of walking**

Wir laufen, rennen, balancieren und springen auf unseren Füßen. Aber können Schritte auch schweben, fallen, klettern oder rollen?

Tanzen ist wie eine fantasievolle Art zu gehen... dadurch wollen wir die Freude an der Bewegung genießen, eigene Bewegungsmuster neu entdecken, das Ausdrucksspektrum erweitern und in Kontakt miteinander treten.

In diesem Workshop erkunden wir die Alltäglichkeit der tänzerischen Fortbewegungen und die Kunst hinter den Schritten. Wir finden lustige, verrückte und neue Wege des Laufens und erfinden dadurch kleine Tänze.

Dauer: 75 Min.

#### **ContactImprovisation (Ana Claudia Ronzani)**

ContactImprovisation (CI) ist ein spontaner, spielerischer Partnertanz. In diesem Workshop werden die Grundsätze der CI erarbeitet, die aus der Erkundung improvisierter Körperbewegungen wie Berührung, Gewichtsverlagerung und Körperbewusstsein bestehen. CI ist ein körperlicher Dialog zwischen zwei oder mehreren Personen durch das sensorische Vokabular, das aus Berührung, Gewicht und Druck entsteht. Es ist eine hervorragende Technik zur Körperwahrnehmung, ohne physische und kulturelle Barrieren.

Wir werden in diesem Kurs an grundlegenden Contactimprovisationstechniken arbeiten, sowie lernen, sensibel und empfänglich für den ständig wechselnden Tanzfluss und die Kommunikation durch Bewegung in Kontakt zu sein. Über die Vielfalt von weichen, meditativen bis hin zu sportlichen und akrobatischen Bewegungen, können Leichtigkeit, Loslassen und Verspieltheit in einem breiten Spektrum von Intensität erreicht werden. Partner\*in und Boden sind dabei freundliche Helfer.

Dauer: 75 min.

#### **Hatha Yoga (Brit Böttge)**

Yoga des Körpers und der innewohnenden Energien. Finde sowohl Dein körperliches, als auch Deine mentales Gleichgewicht zwischen Anspannung und Entspannung in individuell angepassten Asanas (Übungen) geführt von Deinem Atem, in Deinem Tempo.

Erlebe jenen inneren Zustand, in dem die seelisch-geistigen Vorgänge zur Ruhe kommen.

Dauer: 75 min.

### **Donnerwetter (Maria Seidel)**

Vom Leder ziehen. Blaffen. Donnern. Schnauzen. Wetterern. Drauflosschimpfen. Keifen. Zetern. Einfach mal alles rauslassen.

Inspiziert von dem Kinderbuch „Das große Schimpfen“ (Michael Escoffier) soll es in diesem Workshop um kreative Schimpfwörter gehen. Das heißt, den Mut und die Fantasie entwickeln für außergewöhnliche Wortneuschöpfungen. Diese versuchen wir in Bewegungen umzusetzen. Welche Bewegungsqualität hat mein erfundenes Wort? Welchen Rhythmus kann ich aufgreifen? Wie sieht das ganze ohne das Wort aus?

Am Ende heißt es dann, Bühne frei für die tanzenden Schimpfwörter.

Dauer: 75 min.

### **Partner Yoga (Eva Thielken & Brit Böttge)**

Gemeinsam begegnen wir uns auf der Yogamatte und geben unseren Körpern Zeit für Länge, Kraft, Atmung und Entspannung.

Wir halten und werden gehalten, geben und nehmen, lassen los und schenken einander Vertrauen.

Zusammen finden wir Balance, Harmonie und Leichtigkeit und legen den Fokus auf unsere Beziehung zu den Anderen und die Freude des Miteinander.

Dauer: 90 min.

### **Diversität im Tanz (Bettina Werner)**

Der Geschmack einer in Tee getunkten Madeleine (Petite Madeleine–Törtchen, Marcel Proust) erinnert den Ich–Erzähler an seine Kindheit und wird damit zum Katalysator des gesamten Werkes.

Der Workshop steht für eine kleine Handlungshilfe, eigene Bewegungsbilder und –dynamiken zu finden und macht Mut zur eigenen tänzerischen Vielfalt.

Dauer: 75 min.

### **Raum-Körper-Kontakt (Charlie Fouchier)**

Durch Recherche und Improvisation bietet die Klasse einen sensiblen Weg, um mit dem Körper und mit dem Raum in Kontakt zu kommen.

Dauer : 90 min.