

Kursinnehåll

Vi dansar, skriver och samtalar oss in mot det som gnistrar men även det som "gnisslar"- det som kanske är lite skört eller förvirrande och som därför öppnar möjligheten att beröra och beröras.

Var och en har möjlighet att bli vägledad i sina egna val av uttryck. Du får hjälp att hitta ditt personliga sätt att uttrycka dig genom att välja de sceniska och koreografiska element som ger bäst stöd för din ide.

Att ge det du vill säga en form.

Utifrån Dig själv

Kärnan i detta koncept utgår från vetskapen om att när vi hämtar material ur våra egna livserfarenheter blir det något som engagerar oss. Med hjälp av text, dans rörelse och levande bildskapande berättar Du utifrån Dig själv, och tar hjälp av de andra kursdeltagarna.



Ord och rörelse

Såväl fysiskt som metaforiskt tar vi inspiration från företeelser som; avstånd och närhet, att falla ner/ resa sig upp, att stå på stället, färdas och återkomma, dra sig undan/träda fram.

Dag 1

...får den egna kroppen mycket tid och plats. Syftet är att värma upp kroppen inifrån och ut, till uttryck. Du guidas in i övningar som är elementära och grundande och i olika kvaliteter av rörelse. Sedan tar kontakten med de andra i gruppen vid, improvisationer i rörelser, i tid och rum. Dagen avslutas med skrivande och reflekterande.

Dag 2

...ges möjlighet att jobba med musik och enkel scenografi och rekvisita. Syftet är att öva oss i att säga ja till misstag, och finna ett intresse i det som inte blir som man tänkte. Allt är en del av processen, även det faktum att du kommit hit!

Vi närmar oss en kollektiv skaparprocess och sammanfogar de individuella "gnistorna" till ett eller flera gruppstycken.

Det ges plats till reflektion under olika tillfällen under helgen.

Kursen avslutas med delandet av tankar samt en stunds grundande massage.

Kanske vill du skriva några ord om vad du fick med dig.

Kursen ges i samarbete mellan Big Wind och Move and Mind

www.bigwind.se
info@bigwind.se
031-827728

www.moveandmind.se
stina@moveandmind.se
0708-242941

