



Bewegungsart oder BewegungsArt mit Ariane

Achtung an alle:

- Menschen, die sich nicht trauen
- Anfänger
- Bewegungsmuffel
- Männer
- Frauen
- Menschen, die «nicht tanzen können», wie sie es von sich behaupten

bewegungs art

Bewegungs Art

(angelehnt an CI / Contact Improvisation)

Miteinander, intuitiv, nonverbal, wohlwollend, wertschätzend

Gewichtung ändern – vom Denken ins Herz. Nonverbale Herzkommunikation in Be-Weg-ung.

Anregung zu mehr Freiheit im Tanz. Mehr Kontakt, mehr Fantasie, mehr Spiel, mehr Spass.

Sich selbst und den/die Tanzpartner neu entdecken. In jedem Moment sich frisch überraschen lassen, welche Bewegungen entstehen wollen. Völlig leicht, kein Stress, keine Erwartung, nur kindliche Neugier und frohes Staunen über das, was sich formt ausserhalb von unseren Gedanken.

Ariane gibt Anregungen, verbunden mit praktischem Ausprobieren mit allen Teilnehmern/innen.