



tanzwerkstatt

Rolf Amendt

pilatesraum

Franklin-Methode-Hamburg

Rolf Amendt o33 | Eifflerstraße 1 | 22769 Hamburg

Zeitgenössischer Tanz

mit **ANGELA KECINSKI**

Blockkurs 5 Einheiten á 90 Minuten

26.04. - 31.05.2018 (nicht am 10.5.18)

donnerstags 10.45 h - 12.15 h für Anfänger/innen geeignet

Kosten für 5 Einheiten á 90 Min. € 75,00

Wichtige Aspekte und Beginn meiner Arbeit sind sensitive Körperwahrnehmung, Alignment, Anatomie und Bewusstwerdung für Bewegungsansätze. Im Verlauf mobilisieren wir den Körper mit einfachen Übungen, stärken die tiefliegenden Muskeln und fordern während der Warm-up Phase Kondition und Koordination heraus. In der kreativen Phase widmen wir uns dem Thema der Funktionalität. Wie kann ich Anatomie und physikalische Gegebenheiten nutzen, um klare, direkte und doch durchlässige Bewegungen zu entwickeln?

In einem weiteren Schritt werden wir uns dieselbe Frage in der Verbindung zweier Körper oder der Gruppe stellen. Die Klasse endet mit einer Entspannungsphase und Dehnung.

ANGELA KECINSKI studierte Tanz an der Academy of Dance Arts Hamburg und schloss den BA of Dance am ArtEZ in Arnheim ab. Angela ist als Tänzerin seit einigen Jahren in Produktionen der Hamburger Tanzszene zu sehen. 2017 kooperierte sie als Tänzerin mit den Choreografinnen Ursina Tossi, Patricia Carolin Mai sowie Fernanda Ortiz in Hamburg, mit Jessica Nupen in Südafrika und mit Sabine Glenz in München.

Als Dozentin ist sie immer wieder als Gasttrainingsleitung im Bremer Theater tätig, unterrichtet im Rahmen von Jugendprojekten, u.a. bei K3 Hamburg und unterrichtet momentan im Hamburger Schauspielhaus für das „Backstage Projekt“ *Love is a Battlefield*.

Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich zum **Blockkurs v. 26.4.-31.5.2018 mit Angela Kecinski** an:

Name:.....

Anschrift:.....

E-Mail:..... **Tel.**.....

Unterschrift:

Zahlung der Kursgebühr bitte bis 1 Woche vor Kursbeginn per Überweisung oder bar im Studio
Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für in Zusammenhang mit dem Workshop entstandene Personen oder Sachschäden, auch nicht für den Verlust mitgebrachter Gegenstände.
Wenn aus Krankheits- oder anderen Gründen die Teilnahme an dem Workshop versäumt wird, kann der Teilnahmebeitrag nicht rückerstattet werden.