

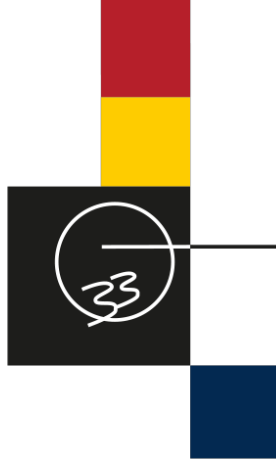
tanzwerkstatt

Rolf Amendt

pilatesraum

Franklin-Methode-Hamburg

Rolf Amendt o33 | Eifflerstraße 1 | 22769 Hamburg



Faszienrotation und Tanz

mit **Swanhild Kruckelmann**

Blockkurs 5 Einheiten á 90 Minuten

donnerstags, 25.04. - 06.06.2019, 10.45 h - 12.15 h

(nicht am 16.05. u. am 30.05.19)

Kosten für 5 Einheiten á 90 Min. € 80,00

Mithilfe unserer Vorstellungskraft machen wir uns auf die Suche nach der Beweglichkeit und Weite in unserem Körper. Eine „Wohlspannung“ im Körper zu finden, die ihre Kraft aus dem Boden und aus der Ausrichtung des Körpers im Raum nimmt, eine Spannkraft, die blitzschnelles Reagieren und Handeln ermöglicht, sich aus dem Zentrum heraus zu bewegen und gleichzeitig das Gefühl zu haben, im Raum aufgespannt und von der Schwerkraft getragen zu sein.

Prinzipien aus der Faszien-Rotation, Elemente der Release Technik und Bodenarbeit fließen ein. Neben der freien Bewegung werden kleine Choreografien mit den erlernten Techniken entstehen.

SWANHILD KRUCKELMANN

ist Tänzerin, Choreografin und Dozentin für Tanz an Schauspielschulen. An der Folkwang Hochschule in Essen ausgebildet, folgten viele Jahre als Tänzerin und Performerin mit Neuer Tanz/VA Wölfl und Ben J. Riepe in Düsseldorf mit Gastspielen im In- und Ausland. In Hamburg arbeitete sie u.a. mit Isabel Schad, Victoria Hauke/Chris Lechner und Anne Schneider und war Co-Leiterin des Bassedanse Projects im Mojo Club, wo sie von 2013 - 2015 eigene Arbeiten präsentierte.

Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Blockkurs v. 25.04.-06.06.2019 mit S. Kruckelmann 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.

Rolf Amendt o33 | Eifflerstraße 1 | 22769 Hamburg | Telefon 040 43 43 40

www.o33-tanzwerkstatt.de | info@o33-tanzwerkstatt.de

Bankverbindung: Rolf Amendt | Hamburger Sparkasse | IBAN:DE86200505501035212651 | BIC:HASPDEHHXXX