

Körperbasierte Improvisation

Workshop zur Gemeinschaftsbildung

Angebot für die Gemeinschaft Schloss Blumenthal im Frühjahr 2024

Unser Körper ist eine reichhaltige Quelle. Mit ihm drücken wir uns aus und gehen in Kontakt. Darauf greifen wir zurück, spielerisch in Ausdrucksübungen und improvisierten Szenen, begleitet von ruhigen Phasen der Körperwahrnehmung.

- Aus dem Kopf in den Körper kommen
- Impulse von innen und außen aufgreifen und sich überraschen (lassen)
- Nicht wissen oder planen - und gerade deshalb voll präsent sein
- Frisch im Körper, klar im Ausdruck, voll im Kontakt.

Wir arbeiten mit Partner:in und in der Gruppe, immer wieder auf der Bühne und auch mal einzeln, bewegen uns viel im Raum und zwischendurch auf dem Boden.

Auswirkungen auf den Alltag nicht ausgeschlossen ...

Gruppe

Mitbewohner:innen der Gemeinschaft

Zeiten

2 Tage

(Freitag Abend bis Sonntag Mittag)

Raum

60–80 qm freie Fläche,
glatter und sauberer Boden,
bevorzugt Holz;
Matten, Decken, Kissen;
Musikanlage

Trainer

Schwerpunkt auf Bewusstheit, Sensibilität, Flexibilität, Präsenz, Ausdruck, Kontakt und Lernen, vorrangig tätig in den Bereichen *Bildung, Forschung, Beratung, Erziehung, Bewegung*, arbeitet mit Menschen, die mit Menschen arbeiten und an *persönlicher Entwicklung* interessiert sind

Kontakt

www.dirkschuka.de

info@dirkschuka.de