

Begegnung in Bewegung
4. - 7. April 2013 · Tempelhof

3. Contact Improvisation Festival

Contact Improvisation, eine leichte und ästhetische Art, in die Berührung zu gehen. Überraschende Augenblicke, die sich aus dem Geben und Nehmen des Gewichts, des inneren Seins ergeben. Sich selber dabei kennenlernen. Täglich forschen in unterschiedlichen Workshops!



Im Jahre 1972 begannen in New York City moderne Tänzer mit alltäglichen Bewegungen wie Fallen und Springen und freiem Tanzen ohne feste Schrittfolgen zu experimentieren und die bis dahin gültigen Gesetze des Klassischen und Modernen Tanzes praktisch zu hinterfragen. Bald entstand daraus eine Tanzform, die heute in der ganzen Welt zu finden ist. In Japan wie Brasilien, in Finnland wie Ibiza kann man sie finden und tanzend die Welt bereisen.



Begegnung
in Bewegung

In der Contact Improvisation finden sich Anleihen und Gemeinsamkeiten aus Kampf- und Bewegungskünsten wie Aikido oder Tai Chi, Akrobatik, Feldenkrais, Rock'n Roll, dem Modernen Tanz und Vielem mehr.

Contact meets Massage, Sauna, Livemusik ...

Wir, ein Team von LehrerInnen, ForscherInnen und OrganisatorInnen eröffnen das dritte Festival für etwa 80 TeilnehmerInnen. Das viertägige Programm umfasst vielfältige Angebote für Beginner und Fortgeschrittene.

Neben Technik im Contact Impro lädt die Tanzform auch dazu ein, mit unseren emotionalen, geistigen, physischen und energetischen Körpern zu forschen. Du entscheidest, ob du dich über Erfahrenes austauschen oder in Stille sein willst.

Zwischen den Tanzeinheiten gibt es Zeit für Laboratorien. Die abendliche Jam, begleitet von Live-MusikerInnen, gibt Möglichkeiten für Kreativität und Hingabe in achtsamen Begegnungen.

Wir freuen uns auf euch!

advanced &
intermediate



Ulli Wittemann

Mit Leichtigkeit Fliegen

In diesem Workshop geht es ums weich sein, bereit sein, körperlich wie geistig, zum Unterstützen und Fliegen, den richtigen Tonus, den Genuss an der Desorientierung und wie ich dabei sicher bin mit mir, dem Boden und meinem Partner. Klare Signale zu geben und zu erkennen, dem Bewegungsfluss zu folgen und sich dem Tanz hinzugeben, neue Räume zu erobern und mühelos zu liften. Forschen, Spielen, Lernen und gemeinsam Spaß haben.

Ullrich Wittemann begegnete Contact Improvisation im Jahr 2001 während seines Schauspielstudiums. Nach acht Jahren am Theater widmet er sich seit 2010 neben dem Schauspiel intensiv dem Unterrichten von CI, Schauspiel und Kommunikation. Im Bereich Tanz wurde er maßgeblich beeinflusst durch die Arbeit mit Dieter Heitkamp, Ray Chung, Angela Doniy und Nancy Stark-Smith. Unterricht auf zahlreichen Festivals: Ibiza, Barcelona, Warschau, Goa/Indien, ...

all levels



Heike Pourian

Funny Legs: In Kontakt mit den Beinen

Sie scheinen als Kontaktpunkte eine untergeordnete Rolle zu spielen, wir nutzen sie lieber zum Draufstehen, Schwingen, Springen oder als Hebel. Klar, denn es ist nicht leicht, den Rolling Point an einem Bein zu verfolgen, auf dem ich gleichzeitig stehe. Nehmen wir die Herausforderung mal an: Kontakt mit den Beinen. Wir werden in dieser Klasse weder das Balance- noch das Kopfüber-Thema auslassen, vor allem aber viel Spaß haben mit ungeahnten Positionen, in die wir vielleicht gelangen, wenn wir beharrlich und spielerisch dem Weg des Beinkontakts folgen.

Heike Pourian ist 1967 geboren. Sie ist Dipl.-Kulturpädagogin, Tanz- und Theaterpädagogin und Mutter von zwei Kindern. Seit 1992 unterrichtet sie Contact Improvisation in verschiedensten Zusammenhängen.

all levels



Benno Enderlein

Contact Principles und darüber hinaus

In diesem Kurs werden wir mit grundsätzlichen Prinzipien aus der Contactimprovisation in Berührung kommen und darüber hinaus gehen. Spielerisch werden wir im Spiegel der Improvisation unsere persönlichen Muster und Grenzen erforschen. Mit Leichtigkeit verankern wir uns im Fluss der Improvisation, offen für den sich entfaltenden Tanz: Leicht und schwer, langsam und schnell, sensibel für mich und die, die mit mir tanzen. Im Zentrum des Kurses steht die Lust am Sich-Bewegen und Im-Austausch-Sein.

Benno Enderlein ist selbstständiger Tanzpädagoge, unterrichtet seit 22 Jahren Contact Improvisation. Er erforscht seit vielen Jahren die Grenzbereiche von Contact. Inspirierende Bereiche sind Shiatsu, Watsu, Schwimmen mit Delphinen, Aikido und Tango. Vor allem die Arbeit mit Shiatsu eröffnet ihm ganz neue Erfahrungsräume im Tanz, in denen die Qualität der Berührung eine ganz zentrale Rolle spielt. Er ist Mitgründer und Organisator des internationalen Contactfestivals Freiburg.

all levels



Ingo Rosenkranz

Aus der Mitte schöpfen

Die Tanzreise zur eigenen Mitte geht über das Körperbewusstsein und die Achtsamkeit und lässt daraus die Leichtigkeit im Tanz entstehen. Körperorientierte und technische Ansätze wie „die eigene Mitte erfahren“, „Gewicht aus der Mitte geben und nehmen“ und „mit dem Zentrum des Partners verbunden bleiben“ machen das Spiel dieser Bewegung zu einem Genuss und gehen auch mal in die Höhe. Somit hat der Tanz das Potential unterschiedliche Ebenen des Seins zu berühren.

Ingo Rosenkranz Studium Tanz- und Bewegungstheater. Unterricht von Contact Improvisation, Tanz- und Bewegungstheater, Shiatsu, Tai Chi und Qi Gong seit mehr als 15 Jahren. Östliche Philosophien, einige Kampfkünste, Authentische Bewegung, sowie diverse Körperarbeits- und Heilungsformen begleiten ihn auf seinem Weg. Unter anderem organisiert er das Osterimprofestival in Göttingen.

special



Manfred Kraft

Massage trifft Contact Impro

In der Massage rückt die Berührung in den Mittelpunkt, Körperkontakt findet unmittelbarer statt. Bewegungen werden langsamer. Wir wollen den Raum erforschen zwischen Contact und Massage. Spielerisch ausprobieren, wie Contact-Impulse in die Massage und Massage-Qualitäten in den Tanz einfließen können.

Manfred Kraft praktiziert seit 5 Jahren die aus Kalifornien stammende Esalen Massage. Besonders am Herzen liegt ihm dabei die Qualität der Berührung. Tanzen, vor allem in Form von Contact Impro und 5-Rhythmen, begleiten ihn seit 2004. Berührung, Gewahrsein, Intuition, Begegnung, Spiel.

special



Martina Rozic

Wir sind Alles

„Yoga hilft uns bei der Entwicklung von Bewusstheit und Loslassen. Wenn wir beginnen, die angstvollen Reaktionen unserer Persönlichkeit zu sehen, können wir Mitgefühl für unseren Mangel an Mut entwickeln. Durch Mitgefühl verstehen wir, dass es nichts zu verlieren gibt. Es gilt, nichts festzuhalten und nichts zu erlangen – wir sind alles. Die Beweglichkeit des Geistes und des Körpers gibt uns die Möglichkeit zu Anpassung und Leichtigkeit in einer sich ständig verändernden Welt.“ (unbek. Autor)

Martina Rozic liebt Yoga, Contact Improvisation und Tango. Sie unterrichtet, übersetzt und genießt es, mit Menschen zu arbeiten. Seit über fünf Jahren unterrichtet sie Ashtanga Yoga. Für ihre Yogaausbildung (RYT 500) hat sie neben Marco und Sandra Bianco auch mit David Swenson, Neil Barker, Katiza Satya, Paul Dallaghan und vielen anderen Lehrern gearbeitet. Im Bereich Tanz hat sie Erfahrung in Ballett, Cunningham Technique, Zeitgenössischen Tanztechniken und Feldenkrais.

3. Contact Improvisation Festival

tanz



Lella Heindl

GrenzgängerIn

Was fühlen wir, wenn wir achtsam und bewusst in uns hineinhorchen, uns unsere Körperlichkeit bewusst machen? Als Individuum, als BeobachtendeR, als TanzpartnerIn. Wo hört das Ich auf, wo fängt das Du an und was liegt dazwischen? Wir erforschen gemeinsam unterschiedliche Berührungsqualitäten und beobachten die Emotionen, welche diese in uns hervorrufen: meine Grenze, deine Grenze und der Zwischenraum. Lustvoll erlebt im spielerischen Tanz der Contact Improvisation. Von mir zu Dir, von Dir zu mir. Zum WIR

Lella-Elayla Heindl Integrative Tanz- und Bewegungspädagogin, Ensemblemitglied bei Vimprodao-Vienna Improvisation Dance Company, Multimediale Kunsttherapeutin, Yogalehrerin-Schwerpunkt Prana-Energiearbeit; Chakren, Nadis, Koshas, Energetikerin, Bodyworkerin, Co-Leitung TAFF-Performance-Werkstatt, Workshop Performancetanztheater mit Kunsttherapeutischer Begleitung, Organisation und Leitung von CI-Workshops. Contact Improvisation verbinde ich mit meditativer Achtsamkeit, maximaler Aufmerksamkeit und Spaß am individuellen Spiel des Tanzes.

tanz



Karunesh

Tango Argentino und Contact improvisation

Tango Argentino hat eine eigene Seele. Unter anderem spielen die Art der Führung und Haltung eine besondere Rolle für den Tanzgenuss. Wir lernen Grundlagen des Tango-Argentino. In Kombination mit Contact-Improvisation entdecken wir Gemeinsamkeiten und wertvolle Bereicherungen und Ergänzungen für eine erweiterte Tanzspielweise.

Karunesh: Mit Contact Improvisation bin ich seit ca. zwei Jahrzehnten in Liebe verbunden.

Tango Argentino und Contact gehören zu den Tänzen die ich intensiv über Jahre getanzt und unterrichtet habe. Ebenso fließen Erfahrungen aus meiner Atempädagogik- und spiritueller Herzensbildung mit ein.

basic & music



Viola Einsiedel

Meditation-Livemusik

In meinem Workshop geht es um den Moment der Herzens-Verbindung zwischen Mensch und Erde, initiiert durch meine Musik, Stimme und mein Gedicht. Impulse aus der authentic movement und grundlegende Techniken der Contact Improvisation führen zur Bewegung mit sich selbst und mit Anderen und bilden die Basis für eine Livemusic-Jam mit geschlossenen Augen, bei der ich den musikalischen Rahmen gestalte und den Focus bis zum Ende halte.

Viola Einsiedel ist Musikerin und spielt Violine, Viola, Nyckelharpa, Gesang und Perkussives. Sie füllt den Raum, der betanzt wird mit ihrer Musik und Stille, sie reagiert auf Bewegungen und Geschichten der Tänzer, so entsteht Musik, so entsteht Tanz, so beginnt Kommunikation. Sie hat zahlreiche Contactfestivals im In- und Ausland (Glarisegjam, Osterimprofestival, Konstanzjam, Freiburg Cfestival, IbizaCifestival, IsraelciFestival, Italien-Adriaticjam, usw.) in den letzten 6 Jahren mit ihrer Musik begleitet und die Festivals auch inhaltlich mitgestaltet.

timetable

| | Donnerstag | Freitag | Samstag | Sonntag |
|---------------|------------------------------|--|--|----------------------------------|
| 7.20 Uhr | | Yoga | Yoga | Yoga |
| 8.00 Uhr | | Frühstück | Frühstück | Frühstück |
| 9.30 Uhr | | Einklang | Einklang | Einklang |
| 10.00 Uhr | | Klasse Benno Klasse Heike Workshop Manfred | Klasse Ingo Klasse Ulli Forum | Klasse Lella Underscore Heike |
| 13.00 Uhr | Anmeldung | Mittagessen | Mittagessen | Mittagessen |
| 14.00 Uhr | Eröffnungsrunde | | | Abschlussritual |
| 15.00 Uhr | Klasse Benno Klasse Heike | Klasse Ulli Klasse Ingo Klasse Viola | Klasse Karunesh Klasse Lella Labor | |
| 18.00 Uhr | Abendessen | Abendessen | Abendessen | |
| 20.00 Uhr | Jam | Jam & Disco mit TempelhoferInnen | Jam | |
| bis 23.30 Uhr | Sauna | Sauna | Sauna | |

Preise & Anmeldung

Preise

Am Besten gleich für das Festival vom 4. bis 7. April 2013 anmelden:

Im Preis enthalten sind alle Klassen, Jams, Sauna, drei Übernachtungen in Schlafräumen für Isomattenlager (Bettzimmer mit Aufpreis auf Anfrage), Bio-Vollverpflegung aus eigener Tempelhoflandwirtschaft und Kinderbetreuung während der Workshopzeiten.

| | |
|-------------------------|---------|
| Teilnehmerbeitrag | 230,- € |
| Anmeldungen ab 25. März | 250,- € |
| Kinder von 3-12 Jahren | 65,- € |
| Kinder von 13-16 Jahren | 110,- € |

Anmeldung

Ansprechpartnerin für Anmeldung, Fragen und weitere Infos: **Inna Philippsen**, inna.philippsen@schloss-tempelhof.de

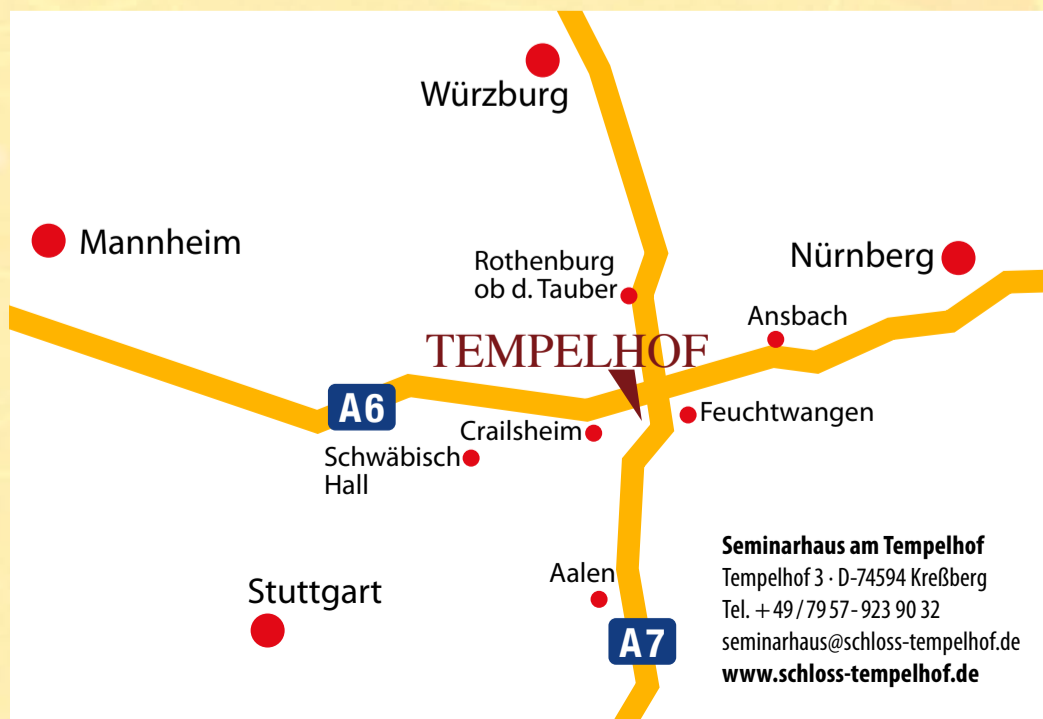
Die Anmeldung wird erst nach Kontaktaufnahme per E-Mail und anschließender Überweisung der Teilnahmegebühr gültig.

Kontoverbindung:

Schloss Tempelhof e.V.
Kto-Nr. 8781700 Bfs Bank · BLZ 660 20 500
Zahlungsvermerk "Contact Impro Tanz 2013"



Anfahrt Tempelhof



Seminarhaus am Tempelhof
Tempelhof 3 · D-74594 Kreßberg
Tel. +49/7957-923 90 32
seminarhaus@schloss-tempelhof.de
www.schloss-tempelhof.de