

LABAN/BARTENIEFF BASIERTE WÖCHENTLICHE KURSE

mit Antja Kennedy
CMA, Master Teacher



**SEPTEMBER 2018 -
JULI 2019**
in Berlin-Kreuzberg



Montags 19 - 21 Uhr
FASCIAL FUNDAMENTALS
SOMATISCHE BEWEGUNGSARBEIT

KURS 1: 3. Sept. - 10. Dez. 2018
außer 1.10., 22.10. & 29.10.18
(12 Termine)

KURS 2: 7. Januar - 8. April 2019
außer 11.3. & 18.3.19 (12 Termine)

KURS 3: 29. April - 17. Juni 2019 (8 Termine)

Drop-in ist möglich

Wir werden mit dem Körpergewicht auf verschiedenen Bällen und Rollen mit „Wohlweh“ in die Faszien hineinschmelzen, danach sie aufwühlen, um sie dann zu spülen. Am Ende der **Faszienarbeit** entsteht ein faszinierendes neues Körpergefühl. Diese Arbeit wird thematisch mit den **Bartenieff Fundamentals** kombiniert – als Kontrollbewegungen und um die Faszienketten in Bewegung zu bringen mit Federn, Dehnen und Schwingen in alle Raumrichtungen.



Dienstags 9:30 – 11:30 Uhr
FUNDAMENTAL DANCE
KÖRPERARBEIT UND TANZTRAINING

KURS 1: 4. Sept. - 11. Dez. 2018
außer 2.10., 23.10. & 30.10.18
(12 Termine)

KURS 2: 8. Januar - 9. April 2019
außer 12.3. & 19.3.19 (12 Termine)

KURS 3: 30. April - 18. Juni 2019 (8 Termine)

Drop-in ist möglich

In diesem Tanztraining werden wir die effektiven und körperlich verbundenen Bewegungen der Fundamentals-Bodenarbeit mittels dynamischer Sequenzen im Raum fortführen.

Fundamental Dance ist ein gesundheitsförderndes, grundlegendes Tanztraining basierend auf der somatischen Arbeit von Irmgard Bartenieff und den Bewegungsgrundlagen von Rudolf Laban.



Donnerstags 20 – 22 Uhr
BEWEGTES WISSEN
EINFÜHRUNG IN DIE LABAN BEWEGUNGSSTUDIEN

KURS 1: 6. Sept. - 13. Dez. 2018
außer 4.10., 25.10. & 1.11.18
(12 Termine)

Wollen Sie Ihre:

- Ausdruckskraft steigern?
- kreativen Fähigkeiten ausbauen?
- persönlichen Präferenzen erkennen?
- Bewegungsbeobachtung verfeinern?
- Kommunikation über Bewegung verbessern?

Die Vielfalt und Komplexität von Bewegung kann mit den **Laban Bewegungsstudien** – den Kategorien Körper, Raum, Form und Dynamik (Antrieb) – genau erfasst werden. Dieses "bewegte Wissen" zu erfahren, ist eine Entdeckungsreise, die zu einem bewussten und klaren Umgang mit Bewegung und Tanz führt.

Donnerstags 20 – 22 Uhr
CORE CONNECTIONS
EINFÜHRUNG IN DIE BARTENIEFF FUNDAMENTALS

KURS 2: 10. Januar - 11. April 2019
außer 14.3. & 21.3.19 (12 Termine)

Die Koordination und die Verbindungen von den Extremitäten zum Zentrum werden trainiert. Der Einführungskurs in die **Bartenieff Fundamentals** zeigt einen strukturierten Weg den Körper mit Basisbewegungen (Übungen und angeleiteten Improvisationen) zu erkunden und jedes Mal aufs Neue Verbindungen herzustellen. Dies kann erstaunlichen Nutzen im Tanz und auch im Alltag bringen.

Donnerstags 20 – 22 Uhr
KÖRPER-SCAN
ANATOMISCHE GRUNDLAGEN IN BEWEGUNG

KURS 3: 2. Mai - 20. Juni 2019
außer 30.5.19 (7 Termine)

Die anatomischen Grundlagen für die somatische Bewegungsarbeit und für den Tanz werden mit „Hands-on“ (einer begleitenden Handauflegetechnik) praxisnah erworben.

Diese Kurse gelten - bei Wahrnehmung aller Termine - als Voraussetzung für die **EUROLAB Zertifikatsprogramme in Laban/Bartenieff Bewegungsstudien**. www.laban-bartenieff-berlin.de



Antja Kennedy ist seit 1982 freischaffende Tanzpädagogin, Tänzerin und Choreographin. Seit 1990 ist sie Lehrerin und seit 1995 Direktorin der EUROLAB Zertifikatsprogramme in Laban/Bartenieff Bewegungsstudien (www.laban-bartenieff-berlin.de). Ihr Buch "Bewegtes Wissen - Laban/Bartenieff Bewegungsstudien verstehen und erleben" erschien 2010.

Sie ist Mitgründerin der **Tanzfabrik** Berlin und war 11 Jahre aktiv in Company und Schule. Bei **impuls** (Bremen) bildete sie über 13 Jahre Tanzpädagogen aus. An mehreren Universitäten und Hochschulen hatte sie Lehraufträge, z. B. an der FU Berlin für Labans Tanznotationen. An der Uni Hamburg war sie Gastprofessorin. Seit 2016 ist sie zertifizierte Faszientrainerin.

ANMELDEBEDINGUNGEN / KURSKOSTEN

Probestunde kostenlos

13,- €/Termin bei gesamter Kurszahlung

18,- €/Termin bei Drop-in

40,- €/Einzelstunde/Coaching

ADRESSE FÜR DIE KURSE

PHYNIX tanzt Hasenheide 54, 10967 Berlin, Tür 2. & 3. Hof, 3. OG, U-Bahn Südstern

ANMELDUNG akennedy@laban-ausbildung.de