

français voir plus bas!

# Corps e(s)t Langage

Körpersprache... Contact Improvisation in Bern

mit Adrian Russi &  
Manuela Blanchard Russi

7. - 8. März 2015

[www.earthandwaterdance.com](http://www.earthandwaterdance.com)

[www.adrianrussi.com](http://www.adrianrussi.com)

## Corps e(s)t Langage: Körper und Sprache – Körpersprache

## Contact Improvisation Basisworkshop

**Im Spiel** vom gemeinsamen Rollen, Fallen, Gleiten und Springen kommunizieren wir auf eine sehr ursprüngliche Weise über unsere Körper. Die Contact Improvisation kann in diesem Sinn als Sprache betrachtet werden, die es zu erlernen gilt, um dann im gemeinsamen Tanz frei und spontan anzuwenden. Indem wir lernen, unserer Wahrnehmung und unseren Bewegungsimpulsen zu vertrauen, finden wir Zugang zum Instinktiven und Intuitiven in unserem Tanz. Die Begegnung mit den anderen wird so gleichzeitig authentisch, kraftvoll und subtil. In einer Atmosphäre von gegenseitigem Respekt entwickeln wir ein Gespür für die Grenzen, die eigenen und die der anderen.

**In unserem Unterricht** legen wir Wert auf die Differenzierung der Wahrnehmung und die Vermittlung von präzisen Bewegungstechniken. Humor ist uns ebenso wichtig wie Tiefgang und mit Hilfe von poetischen Bildern, bewusstem Hinspüren und kraftvollen Übungen soll die Freude an der Bewegung und die Lust auf Begegnung geweckt und gefördert werden.

Dieser Workshop richtet sich sowohl an **NeueinsteigerInnen** als auch an **erfahrene Contact-TänzerInnen**, die sich mit dem Aspekt der Kommunikation vertieft auseinandersetzen wollen.

7. - 8. März 2015 10.30-17.00 (mit Pause)

Studio Create, Mühlenplatz 15, 3011 Bern

**Fr. 220.- bzw. Fr. 200.-** bei Anmeldung bis zum 21. Februar 2015. Die Anmeldung ist gültig mit einer Anzahlung von Fr. 60.-, die im Falle eines Rücktritts nicht zurückerstattet wird. **Schlafen** im Studio möglich, Fr. 10.-/Nacht.

**Zahlung** auf PC: 30-788840-7, M. Blanchard, 3013 Bern IBAN CH22 0900 0000 3078 8840 7

**Versicherung** ist Sache der TeilnehmerInnen.

**Manou & Adrian** leben und unterrichten seit vielen Jahren als Paar zusammen und bringen so eine besondere Qualität in ihre Workshops. Ihre Palette ist sehr breit und reicht von Präzision in Bewegung und Wahrnehmung über poetische Bilder und Assoziationen bis hin zum Spiel mit den Sinnen - im Studio, in der Natur und im Wasser. Individuelle Lebensläufe finden sich auf ihren Websites.

## Anmeldung

[manou.blanchard@bluewin.ch](mailto:manou.blanchard@bluewin.ch)

+41-31-332'50'06

+41-79-641'91'19

[www.earthandwaterdance.com](http://www.earthandwaterdance.com)

# Corps e(s)t Langage

Stage de Contact Improvisation à Berne

avec Adrian Russi &  
Manuela Blanchard Russi

7 - 8 mars 2015

[www.earthandwaterdance.com](http://www.earthandwaterdance.com)

[www.adrianrussi.com](http://www.adrianrussi.com)

## Corps e(s)t Langage:

### Stage de base en Contact Improvisation

**La communication non verbale** est un élément central de la danse Contact Improvisation. L'attention portée à ses propres sensations combinée à l'écoute de l'autre favorise l'éclosion de danses intuitives et joueuses, basées sur l'échange de poids et sur le jeu avec la gravité (tomber, rouler, glisser, sauter). Nous apprenons à suivre nos impulsions spontanées et nous nous connectons avec nous-même et notre partenaire dans un climat de confiance, d'humour et d'expérimentation.

**Notre enseignement** comporte deux bases principales: la différenciation de la perception et l'apprentissage de techniques de mouvement spécifiques. Nous stimulons le plaisir de bouger et l'envie de se rencontrer à travers des images poétiques et des exercices dynamiques.

**Ce stage s'adresse** autant à des débutants qu'à des personnes intéressées à la thématique de la communication dans le contact improvisation.

7 - 8 mars 2015 10.30-17.00 (avec pause)

Studio Créarte, Mühlenplatz 15, 3011 Bern

Fr. 220.- resp. Fr. 200.- en cas d'inscription jusqu'au 21 février 2015. L'inscription est validée par le versement d'un acompte non remboursable de CHF 60.-. Il est possible de **dormir dans le studio** pour 10.-/ nuit.

Compte postal: 30-788840-7, M. Blanchard, CH-3013 Berne IBAN CH82 0900 0000 3078 8840 7

L'assurance est à la charge des participant-e-s.

**Manou & Adrian** vivent en couple et enseignent ensemble depuis de nombreuses années, ce qui amène une tonalité particulière à leurs stages. Ils offrent une large palette pédagogique, alliant la précision dans le mouvement, les jeux sensoriels et une perception différenciée, avec un recours occasionnel à des images poétiques – Ils travaillent en studio, dans la nature et dans l'eau. CV individuels sur leurs sites respectifs.

### Inscription:

[manou.blanchard@bluewin.ch](mailto:manou.blanchard@bluewin.ch)

+41-31-332'50'06

+41-79-641'91'19

[www.earthandwaterdance.com](http://www.earthandwaterdance.com)