



F e l d e n k r a i s
M e t h o d

Foto: Robert Golden



FELDENKRAIS FÜR TANZBEWEGTE

Kurzworkshop am 13.08.23, 16:00 - 18:00 Uhr
In der Norddeutschen Tanzwerkstatt
Nieschlagstr. 10/11, Hannover

Kosten: 20,- € für Mitglieder, 30,- € für Externe



Feldenkrais-Lektionen haben oftmals selber schon etwas Tänzerisches an sich, was die Suche nach dem Bewegungsfluss und der Leichtigkeit der Bewegung angeht. In diesem Kurz-Workshop erforschen wir Bewegungsabläufe und erspüren, welche Teile im Körper noch feiner zusammenspielen können, um die Bewegung leichter, fließender und auch tänzerischer zu gestalten. Von den Impulsen aus dieser Feldenkrais-Lektion lassen wir uns inspirieren und führen die Bewegungen mit mehr Dynamik, und mit ausgewählter Musik, in den Raum. Wir nutzen Elemente aus dem Kreativen Tanz (Laban).

WEITERE INFOS UND ANMELDUNG unter:

Rainer Kuznik // FELDENKRAIS®-Lehrer, Lehrer für Kreativen Tanz, Telefon: 01522-8835674// kuznik@mail.de // www.feldenkrais-kuznik.de

Feldenkrais für Tanzbewegte

Feldenkrais-Lektionen haben oftmals selber schon etwas Tänzerisches an sich, was die Suche nach dem Bewegungsfluss und der Leichtigkeit der Bewegung, aber auch die Bewegungsform angeht.

In diesem Kurz-Workshop erforschen wir bestimmte Bewegungsabläufe und erspüren, welche Teile im Körper noch feiner zusammenspielen können, um die Bewegung leichter, fließender und auch tänzerischer zu gestalten.

Von den Impulsen aus dieser Feldenkrais-Lektion lassen wir uns inspirieren und führen die Bewegungen mit mehr Dynamik in den Raum. Die ausgewählte Musik führt uns und lässt gleichzeitig Raum für ein Ausprobieren und dem Folgen von eigenen Impulsen. Wir nutzen Elemente aus dem Kreativen Tanz (Laban).

Wann: Sonntag 13.08.2023; 16:00 – 18:00 Uhr

Wo: Norddeutsche Tanzwerkstatt Gabriele Hägele,

Nieschlagstraße 10/11, 30449 Hannover

www.norddeutsche-tanzwerkstatt.de

Kosten: 20,- € Mitglieder, 30,- € externe Teilnehmende

Anmeldung und weitere Infos:

Rainer Kuznik

kuznik@mail.de

01522/8835674

www.feldenkrais-kuznik.de