

Laban/Bartenieff basierte Kurse

mit Antja Kennedy

Certified Movement
Analyst



September 2017 -
Juli 2018

in Berlin-Kreuzberg



Fundamental Dance

Wöchentlich

Dienstags 9:30 – 11:30 Uhr

Kurs 1: 19. Sept. - 12. Dez. 2017 – außer
3.10. & 17.10.17 (9 Termine)

Kurs 2: 23. Jan. - 20. März 18 (9 Termine)

Kurs 3: 17. April - 3. Juli 2018 – außer
1.5., 29.5. & 5.6.18 (9 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.

Niveau: Anfänger bis Mittelstufe



Fascial Fundamentals – somatische Bewegungsarbeit

Wöchentlich

Dienstags 17 – 19 Uhr

Kurs 1: 19. Sept. - 12. Dez. 2017 – außer
3.10. & 17.10.17 (9 Termine)

Kurs 2: 23. Jan. - 20. März 18 (9 Termine)

Kurs 3: 17. April - 3. Juli 2018 – außer 1.5.,
29.5. & 5.6.18 (9 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.

Niveau: offen für alle



Core Connections – Einführung in die Bartenieff Fundamentals

Donnerstags 20 – 22 Uhr

28. Sept. 2017 bis 24. Mai 2018

11 Termine, siehe Terminplan nebenan

Drop-in ist möglich

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

Niveau: Anfänger bis Fortgeschrittene

Themenschwerpunkte:

| | |
|----------|--|
| 28.09.17 | Prinzipien: Verbundenheit, Erdung, Intention |
| 12.10.17 | Prinzipien: Phrasierung, Atemunterstützung |
| 09.11.17 | Muster: Zentrum-Distal & Spinal |
| 23.11.17 | Muster: Homolog & Homolateral |
| 07.12.17 | Muster: Contralateral & Respiration |
| 01.02.18 | Basic Six: Hüftbeugung, Sagittale Gewichtsverlagerung |
| 15.02.18 | Basic Six: Laterale Gewichtsverlagerung, Körperhälften |
| 01.03.18 | Basic Six: Diagonaler Kniezug, Armkreise |
| 15.03.18 | Themen: Stabilität/Mobilität, Funktion/Ausdruck |
| 26.04.18 | Themen: Verausgabung/Erholung, Innen/Außen |
| 24.05.18 | Zusammenfassung, Abschluss |

Wenn alle Termine wahrgenommen werden, dann wird der Einführungskurs als Voraussetzung für das **Zertifikatsprogramm in Laban/Bartenieff Bewegungsstudien** anerkannt.

(www.laban-bartenieff-berlin.de)

Bartenieff Fundamentals Einzelstunden/Coaching

Termine nach Vereinbarung



Kurzbiographie

Antja Kennedy ist seit 1982 freischaffende Tanzpädagogin, Tänzerin und Choreographin. Seit 1990 ist sie Lehrerin und seit 1995 Direktorin der EUROLAB Zertifikatsprogramme für 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 Tanzpädagog_innen 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 für 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