



DANCE STUDIO OLTEN

MODERN · BALLETT · YOGA

Einführungskurs Modern Contemporary Dance mit Spiraldynamik®

Jeweils Donnerstag ab 30. April 2020

Für alle Jugendlichen und Erwachsenen ab 12 Jahren, Mixed Level

Das Spiel mit der Schwerkraft als Entdeckungsreise im und mit dem eigenen Körper. Durch Spiralen (spirals) sowie durch Schwünge (swings) entstehen dynamische und überraschende Bewegungsabläufe bei welchen die Tänzerinnen und Tänzer das eigene Potenzial entdecken.

Der Unterricht startet mit dem Erlernen von Basis-Kenntnissen für die optimale Körperhaltung durch Spiraldynamik® sowie einem technischen Teil mit zeitgenössischen Tanzformen am Boden, im Stand, im und durch den Raum. Der Abschluss der Lektionen findet in Form einer Bewegungssequenz (Choreografie) statt, welche mit Musik, Phantasie und Poesie die Mittanzenden in ihrem persönlichen Ausdruck fördert.

Daten: 30. April / 7., 14., 28. Mai / 4., 18., 25. Juni 2020 (7 Wochen)

Zeit: 18.05 – 19.05 Uhr

Kursleitung: **Ursula Berger**
Dipl. Tanzpädagogin SBTG/Danse Suisse, Choreografin,
Dipl. Spiraldynamik® Fachkraft Level Advanced, Spiraldynamik®
Lizenzpartner, Dipl. Yoga-Lehrerin "Yoga Alliance international", Pilates
Ausbildung, Nachdiplom Tanzkultur Universität Bern

Kursort: Dance Studio Olten, Katzenhubelweg 1, 4600 Olten

Kosten: Fr. 150.-- für 7 Kursabende

Kinder/Jugendliche/Lehrlinge/Studenten erhalten 10% Rabatt.

Einzahlung des Kursgeldes vor Kursbeginn. Nach Anmeldung wird Ihnen eine Rechnung zugestellt.

Durchführung: **Der Kurs findet ab einer Teilnehmerzahl von 8 Personen statt.**

Auskunft: Ursula Berger info@dancestudio-olten.ch / 079 444 99 59

Anmeldung: Ab sofort möglich an Sekretariat, Sandra Marti,
sandra.marti@dancestudio-olten.ch

Anmeldeschluss: 1. April 2020

