

**Fortlaufender Abendkurs mit Adrian Russi & Manuela Blanchard**

jeweils **Donnerstags**, 20.00 - 21.45 Uhr:

<b>13. Aug. - 17. Sep. 2009</b>	<b>(6x)</b>	<b>Fr. 175.-</b>	
<b>15. Okt. - 17. Dez. 2009</b>	<b>(10x)</b>	<b>Fr. 280.-</b>	
<b>14. Jan. - 1. April 2010</b>	<b>(12x)</b>	<b>Fr. 350.-</b>	<b>(in 2 Raten zahlbar)</b>

Für den Winter ist eine **Studio-Performance** geplant, Datum & Details folgen noch.

Weitere Serien jeweils gemäss dem Stadtberner Ferienplan.

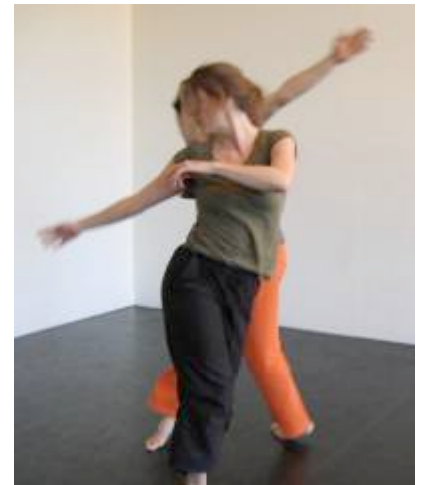
Die Serien können auch unabhängig voneinander besucht werden.

Schnupperstunden nach Absprache (25.-).

Ort: **Studio Créarte**, Mattenquartier, Mühlenplatz 15, 3011 Bern

**Anmeldung:**     [adrian.russi@bluewin.ch](mailto:adrian.russi@bluewin.ch)     **079-600'87'80**  
                         [manou.blanchard@bluewin.ch](mailto:manou.blanchard@bluewin.ch)     **079-641'91'19**

**PC: 30-92'944-2 (A.Russi, 3013 Bern)**  
**oder Festnetz: 031-332'50'06**



**Ziel des Improvisations-Kurses „Neuer Tanz“** ist das Erlangen von Präsenz und Authentizität im tänzerischen Ausdruck sowie das Verstehen des Zusammenspiels in der Gruppe. Ein Zugang über Form, Zeit, Raum und Energie soll die TeilnehmerInnen immer wieder in neue, überraschende Situationen führen und ihnen ermöglichen, sowohl sich selber als auch die anderen emotional zu berühren. Wichtig sind das Umsetzen von Bewegungsimpulsen, die Kommunikation über den Körper sowie das Entscheiden aus dem Moment heraus. Die TeilnehmerInnen sollen Vertrauen gewinnen in ihre individuelle Ausdrucks- und Handlungsweise, diese erweitern und sich gleichzeitig als Teil des Gesamtgeschehens erleben. Innen und Aussen werden verbunden und die Gefahr der Beliebigkeit weicht der Faszination des Nicht-Wissens. Die Freie Improvisation wird so zur „Komposition des Augenblicks“ mit Performance-Qualität.

**Das ergänzende Tanz- und Bewegungstraining** basiert auf organischen Bewegungsprinzipien. Sie zielt darauf ab, die Körperwahrnehmung zu differenzieren, Durchlässigkeit und Flexibilität in den Muskeln und Gelenken zu schaffen, den Körper zu kräftigen und energetische Anteile zu nutzen. Leichtigkeit, Kraft und Dynamik sowie Schlichtheit und die Ausrichtung in Zeit und Raum sind dabei wichtige Orientierungspunkte. Die Technik am Boden ist ein integraler Teil des Trainings.

### **Adrian Russi & Manuela Blanchard**

**Adrian Russi:** Seit rund zwanzig Jahren intensive Auseinandersetzung mit Körperarbeit, Kampfkunst/Energiearbeit und Neuem-Tanz/Contact-Improvisation. Ausbildung in Neuem Tanz bei „bewegungs-art“ in Freiburg/D mit dem Schwerpunkt Freie Improvisation. Craniosacraltherapie-Ausbildung bei Eva Ficzkó in Freiburg/D. Regelmässige Performancearbeit und Unterrichtstätigkeit in der Schweiz und im Ausland. Einflüsse von verschiedenen LehrerInnen, darunter Steve Paxton, Nancy Stark Smith, Andrew Harwood, David Zambrano und Lilo Stahl. [www.adrianrussi.com](http://www.adrianrussi.com)

**Manuela Blanchard:** Tanzt seit über fünfzehn Jahren. Ihre Improvisationsinstrumente sind der Tanz, die Stimme und der Clown. Fortlaufend Weiterbildungen in Improvisation und Contact Improvisation bei verschiedenen LehrerInnen in der Schweiz und im Ausland, sowie Ausbildung in Körperarbeit im Wasser. Manuela unterrichtet zudem Contact Improvisation und Tanz im Wasser und in der Natur. [www.earthandwaterdance.com](http://www.earthandwaterdance.com)