

BODY RESPONSE

Σεμινάριο με κίνηση & έκφραση

Σε προσκαλούμε να παίξεις, να πειραματιστείς με το σώμα σου, τις κινήσεις σου. Το σεμινάριο είναι χώρος παιχνιδιού όπου κάποιος μπορεί να αναζητήσει, να ερευνησει θέματα σε ασφαλή και καθοδηγούμενη ατμόσφαιρα. Με αυτή την προσέγγιση, κίνηση και χορός δεν σημαίνουν χορογραφία, παραδοσιακές έννοιες του «ωραίου» και της «παράστασης» δεν υπάρχουν. Υπάρχει συνεχώς χορός μέσα σου, στις σχέσεις σου, στην καθημερινή σου ζωή.

Η βασική ιδέα προέρχεται από τα αρχαία χρόνια, πώς η στάση του σώματος καθρεφτίζει δυνάμεις, εμπειρίες και συναισθήματα του ανθρώπου. Όπως επίσης μαρτυρά ιστορίες για το πώς κάποιος ζει τη ζωή του και πώς συνδέεται με άλλους.

Όλα όσα συμβαίνουν μέσα μας επηρεάζουν το σώμα μας και ό,τι επηρεάζει το σώμα μας επηρεάζει και την ψυχή μας. Για παράδειγμα κράμπες, σταμάτημα της αναπνοής, ο περιορισμός στις κινήσεις μπορεί να είναι ένα παιχνίδι της αλληλεπίδρασης σώματος και ψυχής.

Αυτή η προσέγγιση προσανατολισμένη στη διαδικασία φέρνει δημιουργικότητα, αυθορμητισμό στη ζωή. Οι περίπλοκες αλληλεπιδράσεις του ανθρώπου με τον περίγυρο μπορούν να εξεταστούν σε μια συγκεκριμένη κατάσταση. Οι αυθεντικές κινήσεις, φαντασίες, σύμβολα, προσωπικοί μύθοι είναι ευπρόσδεκτοι και παρόντες να χτίσουν ένα ολοκληρωμένο ανθρώπινο σώμα.

ημερομηνίες : Ιανουάριος 15-16 (Σάββατο πρωι-Κυριακή βράδυ) 2010

αριθμός θέσεων : 20

εκπαιδευτές : Kriszta Zsiday (Somatics Trainer - Budapest HU)

πρόγραμ. σεμιναρίου: 15/01 (Σάββατο) 10:00 - 14:00 & 16:00 - 21:00

16/01 (Κυριακή) 10:00 - 14:00 & 16:00 - 21:00

συνολικά είναι 18 εκπαιδευτικές ώρες
οι συμμετέχοντες δικαιούνται να λείψουν έως 5 εκπαιδ. ώρες

γλώσσα : Το σεμινάριο είναι στην Αγγλική γλώσσα.
Μετάφραση στην ελληνική διατίθεται.

κόστος συμμετοχής : 60 euros

Χώρος : Werk:statt - Lindy Hop Greece
Βαλαωρίτου 12 - 1ος όροφος

“Υπάρχει συνεχώς χορός μέσα σου,
στις σχέσεις σου, στην καθημερινή σου ζωή”

τι θα αποκομίσεις ?

συμμετέχοντας σε αυτό το training :

- Να συνειδητοποιήσεις καλύτερα το σώμα σου
- Να αποδεχτείς το σώμα σου
- Να δημιουργήσεις χώρο για αυθορμητισμό
- Να εξερευνείς τον κόσμο με τρόπους παρόμοιους με αυτούς που χρησιμοποιούσες όταν ήσουν παιδί
- Να εκφράσεις πράγματα χωρίς να ασκείς κριτική
- Να απολαύσεις και να εξασκήσεις τον αυτοσχεδιασμό
- Να ενωθείς με τον εαυτό σου και με το περιβάλλον σου ταυτόχρονα

target group είναι
οποιοσδήποτε από τις παρακάτω
κατηγορίες:

- Εκπαιδευτές (σε ΜΚΟ, δημόσια και ιδιωτικά σχολεία)
- Άτομα που δουλεύουν με νέους
- Νέοι
- Σπουδαστές δραματικής σχολής
- Θεατρολόγοι

**ΔΕΝ απαιτείται προηγούμενη εμπειρία με χορό,
θέατρο ή οποιαδήποτε μορφή τέχνης.**

εγγραφή & πληροφορίες



GLOBAL SOMA

www.globalsoma.org

global.soma@gmail.com

+306907532925

Φράγκων 22, 5ος οροφ.
Θεσσαλονίκη