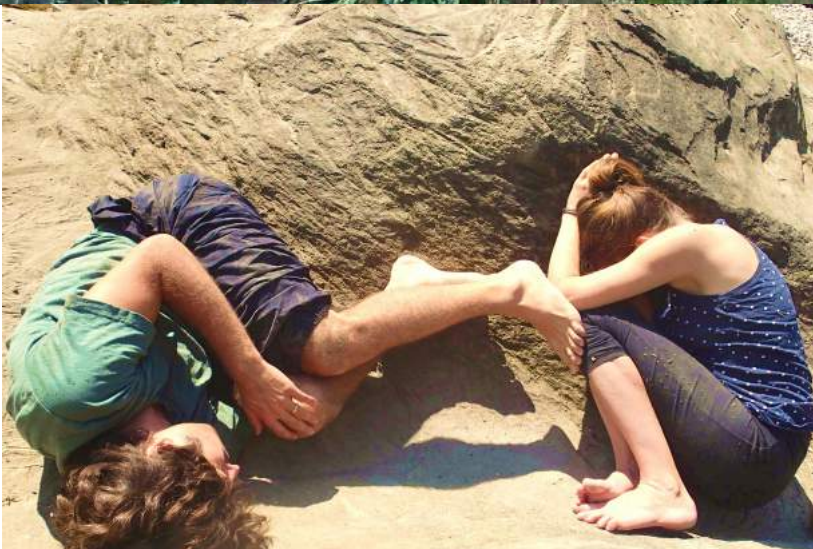


**L'EVEIL DE LA CHRYSALIDE  
DAS ERWACHEN AUS DEM KOKON**

**13.-14. JUNI 2020 BEI BERN/FRIBOURG MIT MANOU BLANCHARD**



[WWW.EARTHANWATERDANCE.COM](http://WWW.EARTHANWATERDANCE.COM)



**CONTACT IMPROVISATION  
& DANCE IN NATURE**



## « Das Erwachen aus dem Kokon » – Contact Improvisation & Tanzmeditationen in der Natur & Yourte 13.-14. Juni 2020 bei Guggisberg (Fribourg/ Bern) mit Manou Blanchard

Seinen Saft aus der Erde ziehen, sich in einem vorbeiziehenden Körper einnisten, dort vertrauensvoll ruhen und das unbekannte Wesen in sich entstehen lassen. Wach für den Tanz, der aus diesem Moment entstehen will lauschen wir der wortlosen Sprache der Erde, treffen wir unsere Partner in einer fließenden und organischen Bewegungsqualität und werden pure Lebendigkeit. Umgeben von Naturkräften erleben wir eine tiefe transformative Reise und einen tiefen Zustand der Entspannung.

**Der Unterricht beinhaltet** neben der Vermittlung von Bewegungsprinzipien vor allem Wahrnehmungsübungen, Improvisationsaufgaben, Tanzmeditationen und Sharings. Es wird Raum geben für freien Tanz im Solo, Duett und in der Gruppe, verbalen Austausch und Stille.

Dieser Workshop in der Natur lädt dich ein, mit deinen Wurzeln in die verschiedenen Elemente (Fluss, Wasserfall, Strand, Bäume und Kieselsteine) einzutauchen, das Wochenende im warmen Kokon einer gemütlichen Gruppe zu verbringen. Der Ort, der uns willkommen heißt, mit seiner Yourte, dem Haus im Grünen, lädt uns ein, ganz einfach zu sein.

**Manuela Blanchard** unterrichtet seit 16 Jahren Contact Improvisation, Neuen Tanz, Tanz im Wasser in der Schweiz und im Ausland. Ebenfalls beeinflussen Butoh, Authentic movement und Body Mind Centering ihr Bewegungsmaterial.

## « L'Eveil de la Chrysalide » – Contact Improvisation & Méditations dansées dans la nature & en yourte près de Fribourg (CH)

Puise sa sève dans la terre, se nicher dans un corps de passage, s'y reposer en toute confiance, laisser émerger cet être inconnu en devenir que nous sommes.

La danse improvisée en contact avec les éléments et avec d'autres êtres dansants, le massage et les méditations actives nous emportent dans un flux lent et conscient, dans une voluptueuse vitalité et dans des connexions ludiques et à l'écoute de nos partenaires. Nous explorons des qualités de mouvement fluides et douces dans différents éléments. Entourés de forces naturelles, nous vivons un profond voyage de transformation et un état de relaxation profonde.

Ce stage dans la nature t'invite à plonger tes racines dans les différents éléments qui t'entourent et à passer le week-end dans le cocon chaleureux d'un petit groupe. Le lieu qui nous accueille, avec sa yourte, la maison en pleine verdure, nous invite à être, tout simplement.

**Ort / Lieu:** in der Natur oberhalb von Guggisberg (Region Sense / Singine / Bern-Fribourg).

Wir werden sowohl in der Nähe am Fluss und am Waldrand, sowie in der Yourte tanzen. Danse dans la forêt, au bord du fleuve, dans la yourte

**Übernachtung** (für 30.-/ Nacht): in der Yourte, in der Wohnung, im Garten... oder bei dir zu Hause. Wir werden gemeinsam am Abend kochen und als Option gibt es eine Schwitzhütte am Samstag abend. Possibilité de **dormir** pour 30.- dans la yourte, dans la maison ou le jardin et de cuisiner en commun. **Offen für Alle. Ouvert à tou(te)s**

**Datum/e:** 13.-14. Juni 2020, Sa. 11:00-17:00, So./di. 10.00 -16.30. **Anmeldung** bitte spätestens bis 4 Tage vorher. **Inscription** SVP au +tard 4 jours avant.

**Preis /Prix:** CHF 180.- (mit Anzahlung von 80.- bis am 30.5., dann / avec versement de 80.- d'arrhes > 30.5, puis CHF. 200.-.

**Social Distancing:** Anpassung an den jeweils gültigen Bedingungen eventuell möglich/ Possibilité év. de s'adapter aux directives du moment.