



## ***Earth- and Waterdance***

Contact Improvisation im Wasser (& im Studio)  
in Lana / Bozen (IT), 9. - 10. April 2016  
mit Manuela Blanchard Russi (CH)

Bei der « **Contact Improvisation im Wasser** » spielen die TänzerInnen damit, sich gegenseitig in Spiral- und Wellenbewegungen zu führen, die aus dem Zusammenspiel ihrer Bewegungen entstehen. Dabei folgen sie ihren Empfindungen und ihrer Intuition und schaffen so einen « Tanz des Augenblicks ».

Das Wasser präsentiert sich als vollwertiger Partner, indem es der Bewegung Widerstand bietet und eine eigene Dynamik besitzt. Seine umhüllende Wärme (34°C) erlaubt, loszulassen und sich den Wellen der bewegten Körper hinzugeben. Zudem ermöglicht « Contact Improvisation im Wasser », auf der Suche nach Subtilität und Hinhören eine organische und fließende Bewegungs-sprache zu erleben.

**Der Wechsel ins Studio** ermöglicht, das Gefühl für den Bewegungsfluss und die mühelose und bewegliche Art der Unterstützung in unsere Tänze auf festem Boden zu übertragen. Keiner steuert den Tanz wirklich, dafür engagieren sich beide PartnerInnen intensiv in einer non-verbalen Kommunikation, die das gemeinsame Dritte entstehen lässt und uns durch den Raum und ins Unbekannte führt. Contact Improvisation im Studio hilft zu erden, uns der Schwerkraft hinzugeben und der Unterstützung der PartnerInnen zu vertrauen.

**Manuela Blanchard Russi** unterrichtet seit 12 Jahren Tanzimprovisation (Contact Improvisation, Neuer Tanz, Tanz im Wasser & in der Natur) in der Schweiz und im Ausland und bietet Körperarbeit im Wasser und in der Praxis an (WasserShiatsu®, WasserTanzen®- und Esalen Massage® Praktikerin). Ihre Begeisterung für organische ausdrucksvolle Bewegungsqualitäten führte sie zu Butoh, zeitgenössischem Tanz, und Body Mind Centering. Vom Synchronschwimmen bis zu « Healing Dance » hat sich ihre Faszination fürs Wasser bereits früh und vielfältig ausgedrückt. Mit « Contact Improvisation im Wasser » hat sie ihre eigene aquatische Bewegungssprache entwickelt, mit der sie immer wieder die unterschiedlichsten Menschen zu begeistern vermag. Ihr Unterricht unterstützt, dass sich jede/r mit dem verbinden kann, das sie/ihn in die Lebendigkeit, Authentizität, Präsenz und Offenheit führt.

## **Earth- and Waterdance - Contact Improvisation in acqua / im Wasser**

La « **Contact Improvisation in acqua** » potrebbe essere descritta come un viaggio condiviso all'interno di un mondo di gioiose spirali, dolci abbracci e sospensioni senza fine. L'acqua calda invita all'abbandono e a sperimentare un modo di muoversi organico e fluido. Apprenderete come giocare con le resistenze dell'acqua e con la sua dinamica, come fluire in maniera armoniosa tra quiete e movimento. Accederete ad esplorazioni acquatiche e sub-acquatiche con i vostri compagni, sperimentereτε il respiro senza sforzo e giocherete con l'equilibrio tra peso ed assenza di gravità.

Il passaggio **dall'acqua alla sala** vi consentirà di portare la sensazione di fluidità ed il sostegno leggero del movimento nelle danze a terra. Dato che nessuno conduce la danza, ognuno sarà coinvolto in una comunicazione non verbale profonda, che consentirà di percepire ciò che ci accomuna e ci guida attraverso lo spazio. La « Contact Improvisation » al suolo vi aiuterà a radicarvi, ad arrendervi alla gravità e a confidare nel sostegno del vostro compagno, senza perdere la qualità della presenza e dell'ascolto .

**Manuela Blanchard Russi** (Svizzera) insegna « Contact Improvisation » e « New Dance » (improvvisazione) in Svizzera ed all'estero, dopo una formazione intensiva di danza (contemporanea, butoh, Body Mind Centering, etc.) e nuoto sincronizzato per diversi anni. La scoperta della danza improvvisazione ha sensibilizzato il suo lo più profondo, conducendola ad incontrare grandi maestri e a continuare ad esplorare questa forma con altri. Manuela è anche terapeuta corporea acquatica diplomata in WATSU®, WaterDance® ed appassionata dalla Healing Dance®. La sua passione per la « Contact Improvisation » ed il massaggio acquatico l'ha condotta a sviluppare una nuova danza acquatica che trasmette con entusiasmo ad ognuno.

**Orte / luogo:** Therapiebad Sta Anna, Lana (i.d. Nähe von Bozen-Bolzano, Italia)

**Preis / prezzo:** 135€ (mit Anzahlung von / con prepagamento di 65€ → 27. März/ marzo.), dann/poi 155€.

**Zeit / orario :** 9.-10. April / aprile 2016 , Samstag/ sabato 10:00 – Sonntag / domenica ca. 15:30 (ca. ½ Zeit im Wasser/ circa ½ tempo nel acqua)

**Anmeldung und Info/ iscrizioni & info:** Karin Kerschbaumer, karin@contactdance.it, T 0039 348 7646504

**Web (D/E/F/I):** [www.earthandwaterdance.com](http://www.earthandwaterdance.com) > Tanz im Wasser > Contact improvisation in water > Danse dans l'eau > Contatto improvvisazione in acqua