

# Tanzlabor-Camp

mit Laura Gary

**Vorgeschlagenes Datum:** Montag bis Freitag

## **Beschreibung des Workshops:**

Eine Woche lang können Groß und Klein ihren körperlichen Ausdruck entdecken und entwickeln, lernen, den Moment beim Improvisieren zu erfassen und vor einem Publikum aufzutreten.

Mithilfe von Werkzeugen, die für alle zugänglich sind, werden wir uns durch verschiedene Welten tanzen, mit Emotionen, mit den Elementen und Klängen arbeiten. Wir werden lernen, mit anderen zu tanzen, andere zu beobachten und vor allem, uns körperlich auszudrücken und frei und ohne Urteil zu tanzen.

Die Woche endet mit einem Treffen der drei Gruppen und der Vorbereitung auf den Auftritt vor Publikum: eine Mehrgenerationen-Show.

Die ganze Familie ist willkommen, um an diesem einzigartigen kreativen Moment teilzuhaben. Laura wird im zweiten Teil der Show eine Performance aufführen, die als Geschenk und Dankeschön für die Teilnahme aller gedacht ist.

## **Gruppen:**

3 Gruppen bestehend aus 10 bis 12 Personen pro Gruppe, Tanzerfahrung ist nicht erforderlich.

Gruppe A: Kinder zwischen 8 und 12 Jahren

Gruppe B: Jugendliche zwischen 13 und 17 Jahren

Gruppe C: Erwachsene ab 18 Jahren

## **Planung:**

	<b>TAG #1 Montag</b>	<b>TAG #2 Dienstag</b>	<b>TAG #3 Mittwoch</b>	<b>TAG #4 Donnerstag</b>	<b>TAG #5 Freitag</b>
<b>10:00 bis 12:00</b>	Gruppe A: Tanzen mit den Elementen	Gruppe A: Tanzen mit Emotionen	Gruppe A: Tanzen mit Klängen	Gruppe A: Tanzen mit dem Publikum	
<b>14:00 bis 16:00</b>	Gruppe B: Tanzen mit den Elementen	Gruppe B: Tanzen mit Emotionen	Gruppe B: Tanzen mit Klängen	Gruppe B: Tanzen mit dem Publikum	Gruppen A, B und C: Generalprobe
<b>17:00 bis 18:00</b>					<b>SHOW !</b>
<b>18:00 bis 20:00</b>	Gruppe C: Tanzen mit den Elementen	Gruppe C: Tanzen mit Emotionen	Gruppe C: Tanzen mit Klängen	Gruppe C: Tanzen mit dem Publikum	

### Gesamtstunden :

- Pro Gruppe: 11h
- Gesamtstundenzahl Workshop: 28h

### Jeden Tag :

- Vorstellungsrunde im Kreis mit Rhythmusarbeit
- Aufwärmen von Kopf bis Fuß
- Lernen, die anderen anzuschauen, lernen, angeschaut zu werden
- Lernen, sich mit anderen auszutauschen: durch Bewegung oder im Gespräch.
- Solo-, Partner- oder Gruppenarbeit

### TAG #1 Montag - Tanzen mit den Elementen

Beschäftigung mit den Elementen und Entwicklung der Fähigkeit, ihnen Arten von Bewegungen und die damit verbundenen Energien zuzuordnen.

<b>Erde</b>	<b>Wasser</b>	<b>Feuer</b>	<b>Wind</b>
. Arbeit am Boden . Arbeit mit der Schwerkraft . Erleben des Bodens als Unterstützung ...	. Fließende Bewegung . Die Energie fließt . Kontinuierliche Bewegungen ...	. Dynamik von Energien . Läufe, « Blitz »-Bewegungen . Kontraste (z.B. Kaminfeuer vs. Waldbrand) ...	. Bewegungen in der Luft . Sprünge / Drehungen . Leichtigkeit und Schnelligkeit ...

### TAG #2 Dienstag - Tanzen mit Emotionen

Emotionen mit unseren Bewegungen verbinden, versuchen, Emotionen zu tanzen, ohne zu theatralisieren.

Eine Emotion zähmen lernen, die zunächst negativ sein und dann positiv werden kann.

<b>Überraschung*</b>	<b>Angst</b>	<b>Wut</b>	<b>Freude</b>	<b>Entspannung</b>
. Duschen sehr heiß, dann sehr kalt . Wenn man ein Geschenk erhält ...	. Wenn man einen Geist sieht . Wenn mir schwindelig wird ...	. Mama weigert sich, mir dieses Spielzeug zu kaufen ...	. Ich fahre in den Urlaub . Wir feiern eine Party ...	. Ich bin bereit, einzuschlafen . Es wird ausgeschlafen ...

\*Die Details der Emotionen sind nicht fixiert und können sich bis zur Workshopwoche wahrscheinlich noch ändern. Die konkreten Beispiele werden an die jeweilige Gruppe angepasst.

## **TAG #3 Mittwoch - Tanzen mit Klängen**

Jede Person bringt ein Instrument mit (oder es wird zur Verfügung gestellt?).

Arbeit in Zweiergruppen, eine Person erzeugt Töne, die andere tanzt.

Die Rollen wechseln

Diskutieren

Den anderen zuschauen

## **JOUR #4 Donnerstag - Tanzen mit dem Publikum**

- Erlernen einer einfachen Bewegungsabfolge, die von Laura gelehrt wird.
- Erstellung einer Choreografie für jede\*n :
  - o Festlegen des eigenen räumlichen Weges während der Aufführung
  - o Was hat mir an den drei vorangegangenen Tagen gefallen und was möchte ich zeigen?
  - o Eine vorgegebene Bewegungssequenz in die Choreografie integrieren
  - o Das Unerwartete der Live-Performance akzeptieren lernen

## **TAG #5 Freitag - Generalprobe und SHOW !**

Generalprobe:

- Alle drei Gruppen treffen sich
- Wiederholung der Partituren, lernen den Raum mit anderen zu teilen, Betreten und Verlassen der Bühne
- Stressbewältigung vor der Aufführung

**SHOW !**

- 45 min > Showing der Gruppen des Workshops
- 25 min > Performance von Laura Gary

**Arbeitsraum:**

Ein Studio oder eine Bühne mit Tontechnik, einer Fläche zwischen 150 und 250 m<sup>2</sup>, einem Holzboden oder Tanzteppich und mit Platz für ein Publikum (etwa 40 Personen?).

Es wäre ideal, die ganze Woche im selben Raum zu bleiben, damit die Tänzer damit vertraut sind und sich am Tag der Aufführung wohlfühlen.

**Laura Vergütung:**

Etwa 1500€ netto, freiberuflicher Vertrag möglich.

Dieser Punkt ist definitiv noch aufzubauen und zwischen dem Organisator und Laura zu definieren.

**Zu erledigende Vorarbeiten:**

- Musikplaylists für jeden Tag und für die Show
- Arbeit an der Übersetzung ins Deutsche
- Vorbereitung auf die Solo-Performance
- Vorbereitung gemeinsame Choreographie und Show

**Kurzbiografie Laura:**

Ich stamme aus Frankreich und beschäftige mich seit meiner frühesten Kindheit mit Tanz und Improvisation. Angefangen hat alles mit Modern Jazz, Modern Dance und zeitgenössischem Tanz. Ich habe für kurze Zeit Ballettstudios besucht und wurde während meines Studiums von Urban- und Clubtänzen beeinflusst.

Das Leben brachte mich dazu, Management und Logistik zu studieren und für ein Luxusunternehmen zu arbeiten. Dort entdeckte ich die Kunst des Perfektionismus und verband mich mit den Bereichen Handwerk und der Do-It-Yourself-Ideologie zu Arbeiten. Von 2018 bis 2020 hatte ich das Glück, bei der Entwicklung meines künstlerischen Universums und einer neuen beruflichen Tätigkeit unterstützt zu werden, reiste um die Welt und schuf so meinen persönlichen Curriculum, um Vollzeitchoreografin, -performerin und Lehrerin für Tanz und Bewegung zu werden.

Als Meditationspraktizierende, die jetzt auf dem Land in Brandenburg lebt, möchte ich unterrichten und Kindern wie Erwachsenen die Möglichkeiten bieten, sich durch Bewegung auszudrücken und die Poesie um ihre eigene Person herum wachsen zu lassen.

**Sie können mich kontaktieren:**

Für künstlerische und pädagogische Zusammenarbeit / unabhängige Dienstleistungen wie Tanzperformance / Choreografie / Tanz-, Bewegungs- und Kompositionsunterricht / Management- und Organisationscoaching / Bewegungsworkshops / und auch Grafik- und Webdesigns.

Mail. [laura.gary.berlin@gmail.com](mailto:laura.gary.berlin@gmail.com)

Tel. +49 (0) 176 29898746

Fotos: für die Verwendung von Fotos bitte nach Credits/Autoren fragen



