

## SOMMARTRÄNING

# FERAL MOVEMENT MED ARON BLOM

6–17 AUGUSTI 2018

**Öppen för:** Professionellt yrkesverksamma dansare

**OBS!** Begränsat antal platser till 10 deltagare per dag. Först till kvarn principen gäller.

**Tidpunkt:** 12.00–14.00 (måndag - fredag)

**Plats:** SITE Sweden, Mårbackagatan 11, Farsta



### FERAL MOVEMENT MED ARON BLOM

The practice is based on natural human movement skills like - breathing, ground positions & transitions, ground locomotion, walking & running, lifting & carrying, throwing & catching, climbing, jumping & vaulting. The movements will be combined into circuits, combinations and games. The goal is to teach efficiency in practical and adaptable movement skills, i.e. movements that can be performed in response to a variety of environmental and situational demands. In the process, restore our bodies inherent capacity for moving naturally. The training will take place indoors and outdoors.

”MovNat och naturlig rörelseträning är ett sätt för mig att rehabilitera både kropp och sinne. Att lära mig ett mer praktiskt sätt att närma mig rörelse som hjälper mig att röra mig genom livet med glädje, självkänsla och tacksamhet gentemot min kropp och de rörelsefärdigheter den besitter. Jag ser fram emot att dela det med er.” /Aron

**Aron Blom** - född och uppvuxen i Stockholm. Han studerade på Kungliga Svenska Balettskolan (2004-2006) och P.A.R.T.S (2006-2010). De senaste åtta åren har han huvudsakligen arbetat som dans & performance -konstnär i olika projekt bl.a. Cesena - 2011 och Golden Hours (As you like it) - 2015 av Anne Teresa De Keersmaecker / Rosas, La Substance, but in English - 2014 av Mårten Spångberg och Middleworld - 2015 av Aron Blom & Mikko Hyvönen. Han är MovNat / Natural Movement certifierad tränare nivå 1 & 2 och Born To Run certifierad löpningscoach nivå 1 & 2. Grundare av Feral Movement och coach på MovNat Stockholm.

**OBS! [Träningen är öppen och utan kostnad för professionella frilansdansare och ingen föransmälan krävs](#)**