

EMBODIED AWARENESS

28 feb - 2 mar 2023

How can we embrace and get to know our sensory bodies? A workshop with the choreographer Helena Franzén

In the workshop we are focusing on different methods how to identify new layers of understanding-*how to embody a movement within a dancer…*
With a guidance of both improvised and set movement material, we discover the imaginative, spacious and energy- filled body
In the practice we embrace details in qualities, how to trace the sensory intelligence provided by the body as a whole.
The workshop invites to bring curiosity and delight in the sharing of dancing together!

Hur kan vi omfamna och lära känna våra sinneskroppar?
I workshopen fokuserar vi på olika metoder hur man identifierar nya lager av förståelse - hur en rörelse förkroppsligas hos en dansare…
Med vägledning av både improviserat och koreograferat rörelsematerial upptäcker vi den fantasifulla, rumsliga och energifyllda kroppen.
I denna praktik omfamnar vi detaljer i rörelse kvaliteter, hur man spårar den sensoriska intelligens som kroppen som helhet tillhandahåller.
Workshopen inbjuder till nyfikenhet och glädje att dela dansandet tillsammans!

En workshop i samarbete med Danscentrum Syd.

Helena Franzén är koreograf och dansare med närmare 35 års verksamhet. Senast var hon aktuell med ett nytt verk för Skånes Dansteater, *Once a Whisper* som turnerade i Sverige under hösten 2022.

www.helenafranzen.se
www.dansfilm.helenafranzen.se

Ansök på https://dansalliansen.se/index.php/w/242

Ledare	**Helena Franzén**
Startdatum	2023-02-28
Slutdatum	2023-03-02
Tider	11.15-16.00 (tisdag-torsdag)
Antal dagar	3 dagar
Sista ansökningsdag	2023-02-22
Plats	Danscentrum Syd
Adress	Bergsgatan 29