

FELDENKRAIS®

18 - 21 mar 2024

På ett respektfullt och generöst sätt kommer Vesna Puric leda kursdeltagarna i Feldenkrais-övningar och improvisationsrörelser. Under veckan kommer du ges redskap för att kunna förändra rörlighet, smidighet och självkänsla

Feldenkraismetoden utvecklades av **Moshe Feldenkrais** (1904-1984). Under kursveckan kommer du få verktyg för att inte alltid göra samma saker i invanda handlingsmönster och beteenden utan istället kunna se andra vägar och möjligheter.

Vesna Puric: utbildad Feldekrais- och rörelseinstruktör som praktiserar i bl.a. Belgien, England, Frankrike, Australien, Sverige och Chile. Hon har utvecklat en egen undervisningsmetod för scenkonsnärer som är en blandning av Feldenkrais-övningar och den kreativa praktiken genom improvisationsspel. Övningarna introducerar ett nytt sätt att uppleva kroppen och varje individ blir uppmärksammad utifrån sina behov.

Språk: svenska
Antal deltagare: 8-12

Kursen görs i samarbete med Teateralliansen dvs både skådespelare och dansare deltar.

Ansök på https://dansalliansen.se/index.php/w/301

Ledare	**Vesna Puric**
Startdatum	2024-03-18
Slutdatum	2024-03-21
Tider	13.00-17.00 (måndag-torsdag)
Antal dagar	4 dagar
Sista ansökningsdag	2024-02-18
Plats	Dansalliansens studio
Adress	Ryssviken 2, 5tr