GUIDAD IMPROVISATION

14 - 18 aug 2023

För tionde året i rad presenterar Dansalliansen ÖPPEN SOMMARTRÄNING som är utan kostnad för professionella frilansdansare och ingen föranmälan krävs. Den öppna sommarträningen genomförs i samarbete med Danscentrum Syd.

Lava Markusson, ger en dynamisk klass där målet är att bli varm och redo för dagen och framtiden, både fysiskt och mentalt. Genom att använda andning, kroppens intelligens och intuition leds du genom en guidad improvisation som fokuserar på artikulation och mjukgörande av lederna samt kickstartar de stora muskelgrupperna. Vi varvar mellan fysiska övningar och har stort intresse av att använda, utmana och utveckla kroppen på ett naturligt sätt, i form av övningar inspirerad av yoga och naturlig träning. Ibland leker vi, och vi tycker det är viktigt att ha roligt både i arbetet och i livet. Fantasi är en stor del av arbetet, genom att introducera bilder och texturer till kroppens fysikalitet vill vi att en inre medvetenhet skapas som ger deltagarna möjlighet att utveckla egna praktiker.

Lava Markusson föddes i Jokkmokk i norra Sverige. Hon utbildade sig vid P.A.R.T.S, Balettakademien och Danshögskolan i Stockholm. Lava började sin danskarriär på Norrdans i Härnösand där hon arbetade med bland andra Mari Carrasco, Jo Strømgren och Thomas Noon. Hon har även frilansat med olika koreografer från Sverige och Norge, Örjan Andersson, Ina Christel Johannessen, Ingun Bjørnsgaard och Camilla Ekelöf med flera. 2015 började hon skapa sina egna koreografiska verk för barn och unga där hon fokuserar på att få barn och unga att vara en del av den konstnärliga processen. Sedan 2018 leder hon kompaniet Bobb i Lo Produktion som fokuserar på interaktiv scenkonst för barn och unga.

Träningen är utan kostnad för professionella frilansdansare och ingen föranmälan krävs.

Ansök på https://dansalliansen.se/w/262

Ledare	**Lava Markusson**
Startdatum	2023-08-14
Slutdatum	2023-08-18
Tider	09.30-10.30 (måndag-fredag)
Antal dagar	5 dagar
Sista ansökningsdag	-
Plats	Danscentrum Syd
Adress	Bergsgatan 29