

CONTEMPORARY DANCE

15 - 17 sep 2026

Tillsammans med Dansalliansen och Dancentrum Syd bjuder Julia in till en workshop som skapar utrymme för kreativ utforskning, rörelse och mod. Deltagarna får arbeta med Julias rörelsespråk och tillsammans skapa koreografi.

Workshopen inleds med en teknisk uppvärmning (ca 45 min) med inslag av golvarbete, styrka och stretch. Julia undervisar i samtida dans med fokus på ryggradens artikulation, release-teknik och ett organiskt sätt att röra sig, samtidigt som tekniken utmanas och rörelseomfånget maximeras. Därefter arbetar gruppen med en koreografisk fras, där stor vikt läggs vid att hitta en personlig tolkning och ett naturligt flöde i kroppen.

Julia Ehrstrand, är utbildad vid DOCH i Stockholm och har en internationell karriär som dansare, koreograf och pedagog. Hon har arbetat i New York i över ett decennium, undervisat på välkända dansstudios och visat verk på festivaler i bl.a. NYC och Mexico City. Sedan 2018 driver hon *Ehrstrand Dance Collective* med projekt och föreställningar världen över, samt håller årligen sin “Styggbo Residency” i Sverige.

Workshopen arrangeras i samarbete mellan **Dansalliansen** och **Danscentrum Syd**.
Foto: Harald Nilsson (BA Gbg)

Ansök på https://dansalliansen.se/w/515

Ledare	**Julia Ehrstrand**
Startdatum	2026-09-15
Slutdatum	2026-09-17
Tider	11.00-15.00
Antal dagar	3 dagar
Sista ansökningsdag	2026-09-06
Plats	Danscentrum Syd
Adress	Bergsgatan 29