

KROPP OCH RÖST

10 - 14 aug 2026

För trettonde året i rad presenterar Dansalliansen ÖPPEN SOMMARTRÄNING som är utan kostnad för professionella frilansdansare/skådespelare och ingen föranmälan krävs. Drop-in!

En veckas morgonträning där du kommer arbeta med att värma upp både kropp och röst genom olika övningar, med starkt fokus på rytmiskt arbete samt hur du kan koppla ljud och rörelse till din kroppen som instrument.

Träningen kommer vara grundande och med med groove för att hitta sätt att få tillgång till en fysikalitet som är både avslappnad och rytmiskt tajt. Detta kommer att göras med hjälp av musik och olika somatiska verktyg.

DROP-IN!

Morgonträningen görs i samarbete mellan Dansalliansen, Danscentrum Syd och Teateralliansen - både skådespelare och dansare är välkomna att delta.

Alma Söderberg koreograf och scenkonstnär som arbetar med musik och dans. Hon använder sin röst och kropp för att spela med rummet som om det vore ett instrument. Hennes pågående forskning handlar om hur vi lyssnar medan vi tittar; relationen mellan örat och ögat. Hon har grundat sin praktik i ett antal soloföreställningar där hon utvecklade ett idiorytmiskt sätt att skapa. I de två pågående musikprojekten wowawiwa och John the Houseband har hon samarbetat tillsammans med artisterna Anja Muller, Dennis Deter, Hendrik Willekens, Roger Sala Reyner och Melkorka Sigridur Magnusdottir. I alla sina verk samarbetar hon nära med ljudkonstnären Hendrik Willekens. Alma Söderberg har tilldelats Thaliapriset och har fått Cullbergs stipendium.

Ansök på https://dansalliansen.se/w/516

Ledare	**Alma Söderberg**
Startdatum	2026-08-10
Slutdatum	2026-08-14
Tider	09.15-10.30
Antal dagar	5 dagar
Sista ansökningsdag	-
Plats	Danscentrum Syd
Adress	Bergsgatan 29