

CONTEMPORARY BALLET

10 - 14 aug 2026

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

Genom att flöda genom balettens rörelsemönster undersöker vi hur kropp, tanke och närvaro samverkar i ständig rörelse. Arbetet fokuserar på att fördjupa medvetenheten i det du redan gör – hur teknik, perception och uttryck hänger samman i praktiken. Vi utforskar komplexiteten i relationer: mellan olika delar av kroppen, mellan dansare i rummet och mellan form och frihet. En möjlighet för frilansdansare som vill förfina sitt rörelsespråk, lyssna djupare in i kroppen och låta teknik bli ett levande, dynamiskt och personligt verktyg.

Agnieszka Sjökvist Dlugoszewska är utbildad vid National Ballet School i Bytom och deltog tidigt i Swiss International Coaching Project for Choreographers under konstnärlig ledning av bland andra Rui Horta, Richard Wherlock, Jorma Outinen, Ismael Ivo, Jochen Heckmann och Nils Christe.

Agnieszka har dansat med Polish Dance Theatre – Ballet Pozna?, Tanztheater Osnabrück och Ballet Theatre Augsburg, innan hon anslöt till Cullbergbaletten säsongen 2007/2008. Hon återvände till Cullberg som gästdansare under säsongen 2022/2023 i Jefta van Dinthers verk *On Earth I'm Done: Mountains*. Idag är Agnieszka verksam som repetitör (Rehearsal Director) vid Cullberg. Foto: Ninja Hanna

Conny Laxell, är en multiinstrumentalist med grunden i slagverk, men han spelar också cigar box-gitarr, kalimbas, flöjter och piano. Att spela live på dansklass handlar mycket om att skapa rätt sorts energi i rummet.har specialiserat sig på att spela live för olika konstformer och har genom åren utvecklat ett skarpt öga för vad som behövs för att förstärka och stödja det som uttrycks. Han använder olika loopmaskiner för att lägga flera lager av instrument i realtid, vilket ger mig möjligheten att spela och komponera live i stunden.

Ansök på https://dansalliansen.se/w/520

Ledare	**Agnieszka Sjökvist Dlugoszewska**
Startdatum	2026-08-10
Slutdatum	2026-08-14
Tider	12.00-14.00 (mån-fre)
Antal dagar	5 dagar
Sista ansökningsdag	-
Plats	Dansalliansen Studio
Adress	Ryssviksvägen 2B