



# WEBBSESSION I SOMATISK PRAKTIK - Introduktion

5 maj 2020



## Pröva på - tre timmars session på webben för dansare och alla intresserade

I samarbete mellan Dansalliansen och Kulturakademin i Göteborg

**Beskrivning:** Genom korta föreläsningar och praktiska övningar blir du introducerad till Somatisk praktik utifrån Laban/ Bartenieff and Somatic studies International (LSSI). Sessionen riktar sig till dig som är intresserad av att få en ökad kroppsförståelse och förstå hur du kan använda den i din praktik, samt få ett mer hållbart och integrerat sätt att förhålla dig till ditt arbete.

**OBS: Sessionen kommer sändas med programmet Zoom, se därför till att ha laddat ner det innan. En länk kommer skickas till dig på mejl 90 minuter innan start. <https://zoom.us/download>**

### Upplägg (3 timmar inkl paus)

- **Incheckning** – 90 minuter innan klassen startar
- **Föreläsning 1** - Allmän introduktion av somatisk praktik och LSSI? De olika inriktningar och delar i praktiken
- **Praktik 1** – Praktiska utforskande övningar med utgångspunkt i developmental patterns
- **Diskussion/prata om utforskandet** – Reflektion själv och i grupp
- **Paus** – 15 min
- **Föreläsning 2** – Bartenieff fundamentals introduktion
- **Praktik 2** – Praktiskt utforskande av Bartenieff fundamentals in i rörelse
- **Diskussion/prata om utforskandet** – Reflektion själv och i grupp
- **Föreläsning 3** – Somatisk praktik i ett vidgat perspektiv och som kreativt verktyg
- **Praktik 3** – Enskilt reflektera kring hur somatisk förståelse kan stärka din praktik
- **Slutord** – Sammanfattning samt öppnar upp för frågor
- **Utcheckning** – Klassrummet är öppet ytterligare 30 minuter för er som vill stanna kvar och prata

**Kursledare: Karolin Kent. Läs mer [www.karolinkent.se](http://www.karolinkent.se) [www.somatisk.com](http://www.somatisk.com)**

**Ansök på <https://dansalliansen.se/w/80>**

|                            |  |
|----------------------------|--|
| <b>Ledare</b>              | Karolin Kent   |
| <b>Startdatum</b>          | 2020-05-05   |
| <b>Slutdatum</b>           | 2020-05-05   |
| <b>Tider</b>               | Klassrummet<br>öppnar: 12.00<br>Start: 13.30<br>Slut: 16.30<br>Klassrummet<br>stänger: 17.00 |
| <b>Antal dagar</b>         | 1 dagar  |
| <b>Sista ansökningsdag</b> | 2020-05-04   |
| <b>Plats</b>               | Hemma hos dig  |
| <b>Adress</b>              | Din adress   |