



# WEBBSESSION I SOMATISK PRAKTIK - Introduktion

5 May 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/workshop/webbsession-i-somatisk-praktik-introduktion>**

<b>Ledare</b>	Karolin Kent
<b>Startdatum</b>	2020-05-05
<b>Slutdatum</b>	2020-05-05
<b>Tider</b>	Klassrummet öppnar: 12.00 Start: 13.30 Slut: 16.30 Klassrummet 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