

GENOMFÖRDA AKTIVITETER INOM KOMPETENSUTVECKLING OCH FÖRMEDLING 2016

Röstimprovisation med **Stephen Rappaport**, 18-22 januari, Stockholm
Forsythe teknik med **Heidi Vierthaler**, 25-29 januari, Malmö
Möte med koreografen **Kimberly Karpanty**, 1-4 februari, Göteborg
Möte med koreografen **Gisèle Vienne**, 16-17 februari, Stockholm
Gaga och improvisation med **Emma Rozgoni** och **Noam Carmeli**, 7-11 mars, Malmö
Seminariedag med gäst från Danscentrum, 21 mars Stockholm
Gaga och improvisation med **Emma Rozgoni** och **Noam Carmeli**, 29 mars – 1 april, Stockholm

Improvisation med **Manuel Ronda**, 4-8 april, Stockholm
Gaga och improvisation med **Emma Rozgoni** och **Noam Carmeli**, 10 april, Göteborg
Möte med koreografen **Margreth Sara Gudjonsdottir**, 13-15 april, Stockholm
Möte med koreografen, **Sebastian Lingserius**, 16-18 maj, Malmö
Möte med koreografen **Max Stone**, 23-27 maj, Stockholm
Presentationskurs med **Imor Hermann**, 7-10 juni, Stockholm
Improvisation med **Anton Lachky**, 13-17 juni, Stockholm
Seminariedag med gäster från Teaterförbundet, 20 juni, Stockholm

Öppen sommarträning - Jiva Mukti Yoga med **Eric Ernerstedt**, 8-12 augusti, Stockholm
Öppen sommarträning med **Anna Grip**, 8-12 augusti, Stockholm
Möte med koreografen **Shahar Binyamini**, 15-19 augusti, Piteå
Selftape med **Anders J Larsson** och **Håkan Larsson**, 15-17 augusti, Stockholm
Gyrokinesis och modern balett med **Libby Farr**, 22-26 augusti, Stockholm
Gaga for pro's med **Ian Robinson**, 26 augusti, Göteborg
Master Class med **Wim Vandekeybus**, 27 augusti, Göteborg
Röstimprovisation med **Stephen Rappaport**, 29 augusti – 2 september, Stockholm

Basalträning med **Kristina Hedberg**, 1 klass/v från 5 september – 14 november, Göteborg
Träningsplanering med **Patric Söderblom**, **Dejan Mirkovic** o **Inyang Eyoma Bergenstråle**, 7-9 september, Stockholm
Föreställningsanalys med **Karin Helander**, 3 möten från 12-28 september, Stockholm
Möte med koreografen **Marie Carrasco**, 12-16 september, Malmö
Body Mind Centering med **Bonnie Bainbridge Cohen**, 17-19 september, Stockholm
Möte med koreografen **Ambra Succi**, 30 september-2 oktober, Göteborg
Ultima Vez arbetsmetoder med **Laura Aris**, 3-7 oktober, Malmö
Möte med koreografen **Cristina Caprioli**, 17-28 oktober, Stockholm

Improvisation med **Manuel Ronda**, 7–11 november, Malmö
Kontaktimprovisation med **Ralf Jaroschinski**, 12-13 november, Göteborg
Improvisation och komposition med **Ted Stoffer**, 21-25 november, Stockholm
Möte med koreograferna **Angela Schubot** och **Robert Steijn**, 26-27 november, Göteborg
Möte med koreografen **Stephen Delattre**, 28 november-2 december, Stockholm
Gaga med **Rebecca Hytting**, totalt 17 klasser, 10 december-14 februari, Stockholm
Röstworkshop med **Annika Holmberg**, 12-16 december, Stockholm
Seminariedag med gäster från Trygghetsrådet TRS/SOK-stiftelsen, 19 december, Stockholm

INTUITION IN ACTION med Stephen Rappaport (US/SE)

18–22 januari, Loftet Subtopia, Alby

Syftet med workshopen var att bygga deltagarnas förtroende till sin intuition, sina impulser och idéer. Workshopen erbjöd de medverkande en ram för att artikulera och expandera sina olika konstnärliga röster. Stephen guidade de närvarande under tre dagar genom en mängd olika kreativa processer som både var stärkande och utmanande. **Stephen Rappaport** är en amerikansk skådespelare, dramatiker, regissör, sångare och musiker nu bosatt och verksam i Stockholm.

8 deltagare – 3 kvinnor och 5 män

MOVEMENT RESEARCH WORKSHOP med Heidi Vierthaler (US/NL)

25–29 januari, Danscentrum Syd, Malmö

Heidi utgick från metoden Streamflow med erfarenheter från hennes arbete med William Forsythe. Workshopen var utformad så att dansaren genom metoderna kunde söka utveckla sin egen personliga rörelsevokabulär. Det fanns ett starkt fokus på dynamik, ”timing” och kroppslighet i hennes handledning. **Heidi Vierthaler** började sin professionella danskarriär med The Pacific NW Ballet och Ballet Chicago i USA. Arbetet ledde henne sedan vidare till Europa och koreografer som Jiri Kilian, Ohad Naharin och därefter ett mångårigt samarbete med William Forsythe. Workshopen genomfördes i samarbete med Danscentrum Syd.

15 deltagare – 9 kvinnor och 6 män

CHOREOGRAPHY FOR SOCIAL CHANGE med Kimberly Karpanty (US)

1–4 februari, Danscentrum Väst, Göteborg

Workshopen var uppdelad i en träningsdel med Pilates eller Limon-teknik och en workshop del där deltagarna bl.a. fick möjlighet att arbeta med Stanislavsky-metoden för att kunna agera och utveckla sin karaktär i en koreografi. Deltagarna fick sedan undersöka värdet av att skapa och integrera ursprungliga gester för uttryck och kommunikation med sin publik. **Kimberly Karpanty** är professor i dans vid Kent State University där hon bl.a. undervisar i moderndans, jazzteknik, danskomposition, pedagogik och dansvetenskap. Workshopen genomfördes i samarbete med Danscentrum Väst och Kulturakademin Trappan.

3 deltagare - varav alla kvinnor

MASTER CLASS med Gisèle Vienne (FR/AT) och Anja Rötterkamp (DE/BE)

16-17 februari, MDT, Stockholm

Syftet med mötet var att ge deltagarna möjlighet att närma sig Gisèle Viennes repertoar och arbetsmetod. Materialet under workshopen kretsade kring dynamisk stillhet, levande bilder, stoppad rörelse, splittrad rörelse dess flytande utveckling och slutliga upplösning. **Gisèle Vienne** är koreograf, regissör, artist och bildkonstnär. Efter examen i filosofi studerade hon på *l'École Nationale Supérieure des Arts de la Marionnette* i Frankrike. **Anja Rötterkamp** är dansare/terapeut som har medverkat i ett flertal av Gisèle Viennes verk samt i verk av L'Esquisse, Raffaella Giordano, Marco Berrettini, Louise Vannest mfl. Workshopen genomfördes i samarbete med MDT – The place to be.

10 deltagare – 7 kvinnor och 3 män

BE-LONGING med Emma Rozgoni (SE) och Noam Carmeli (IL)

7–11 mars, Danscentrum Syd, Malmö

För att berika varje dansares individualitet utforskades principerna om Gaga, FloWork och kontaktimprovisation. Baserat på individen, fick deltagarna improvisera tillsammans som grupp. Fokus under veckan var förhållandet mellan individen och gruppen, och att på ett fysiskt sätt få möjlighet att utforska det i studion. **Emma Rozgoni** har en BA-examen i dans från National Academy of Arts, Oslo. Hon är certifierad Gaga ledare. Hon undervisar nu Gaga för välkända danskompanier runt om i världen. **Noam Carmeli** studerade arkitektur i Israel och Amsterdam. Han började att dansa i London 2000 och har sedan fortsatt sin forskning och studier av dans, kropp och rörelse. Workshopen gavs i samarbete med Danscentrum Syd.

8 deltagare – 5 kvinnor och 3 män

SEMINARIEDAG med gäst från Danscentrum Riks

21 mars, Dansalliansen, Gäddviken

Verksamhetsledaren **Lollo Moberg** presenterade Danscentrums verksamhet och de insatser som görs för att stärka det fria dansområdet.

23 deltagare – 9 kvinnor och 14 män

BE-LONGING med Emma Rozgoni (SE) och Noam Carmeli (IL)

29 mars – 1 april, Danscentrum Stockholm, Stockholm

Under veckan utforskades principerna om Gaga, FloWork och kontaktimprovisation. Baserat på individen, fick deltagarna improvisera tillsammans som grupp. **Emma Rozgoni** har en BA-examen i dans från National Academy of Arts, Oslo. Hon är certifierad Gaga ledare och undervisar Gaga för välkända danskompanier. **Noam Carmeli** studerade arkitektur i Israel och Amsterdam. Han började att dansa i London 2000 och har sedan fortsatt sin forskning och studier av dans, kropp och rörelse. Workshopen genomfördes i samarbete med Danscentrum Stockholm.

16 deltagare – 12 kvinnor och 4 män

WORKSHOP FOR PEOPLE INTERESTED IN MOVEMENT med Manuel Ronda (IT/BE/SE)

4–8 april, Danscentrum Stockholm, Stockholm

Manuel Rondas morgonklass tog sitt avstamp i övningar för att få kontakt med den egna kroppen och få en förståelse för dess möjligheter och gränser. Workshopen inriktade sig därefter på olika typer av partneringarbete. **Manuel Ronda**, dansare och skådespelare, född i Italien nu bosatt i Stockholm, har medverkat i uppsättningar inom både dans och teater med Ultima Vez/Wim Vandekeybus, Bryssel, RootLessRoot Dance Company i Aten och Teatro del Piccione i Genoa. Workshopen arrangerades i samarbete med Danscentrum Stockholm.

16 deltagare – 11 kvinnor och 5 män

BE-LONGING med Emma Rozgoni (SE) och Noam Carmeli (IL)

10 april, Danscentrum Väst, Göteborg

Under dagen utforskades principerna om Gaga, FloWork och kontaktimprovisation. Baserat på individen, fick deltagarna möjlighet att improvisera tillsammans som grupp. **Emma Rozgoni** har en BA-examen i dans från National Academy of Arts, Oslo. Hon är Gaga ledare och undervisar Gaga för välkända danskompanier. **Noam Carmeli** studerade arkitektur i Israel och Amsterdam. Han började att dansa i London 2000 och har sedan fortsatt sin forskning och studier av dans, kropp och rörelse. Workshopen genomfördes i samarbete med Danscentrum Stockholm.

16 deltagare – 12 kvinnor och 4 män

MÖTE MED KOREOGRAFEN Margrét Sara Guðjónsdóttir (IS)

13–15 april, MDT, Stockholm

Margrét Sara gav deltagarna en introduktion till ett annat förhållningssätt till dans och dansarkroppen. Workshopen erbjöd ett alternativt sätt att närma sig kroppen på en professionell nivå för att därigenom nå en ökad närvaro. **Margrét Sara Guðjónsdóttir**, performer och koreograf, var en av grundarna till Panic Productions i Reykjavik. Hon har medverkat som performer i sina egna verk men även i stycken av bl.a. Gisèle Vienne, Erna Ómarsdóttir och Jan Fabre. Workshopen gavs i samarbete med MDT-the place to be.

10 deltagare – 8 kvinnor och 2 män

DEADLY DANCES med Sebastian Lingserius (SE)

16–18 maj, Danscentrum Syd, Malmö

Morgonklassen var för deltagarna en fysisk kroppsresa genom ett flertal stadier och ideologier. Workshopen utvecklades utifrån skiftet mellan praktisk tillämpning och diskussion, där deltagarna själva fick utveckla en gemensam praktik. **Sebastian Lingserius**, koreograf och dansare, startade efter avslutad Masterutbildning i koreografi vid Danshögskolan i Stockholm sin koreografiska plattform KASS produktion. Workshopen genomfördes i samarbete med Danscentrum Syd.

10 deltagare – 5 kvinnor och 5 män

MÖTE MED KOREOGRAFEN Max Stone (US)

23–27 maj, Danscentrum Stockholm, Stockholm

Workshopen innehöll solo- och grupparbete med både givet och improviserat material. Genom att förstå och tillämpa den speciella dynamiken i fall och rebound (studs), momentum och flow (flöde) var målet att skapa direkta vägar till ett enkelt uttryck för lyriska och moderna discipliner. **Max Stone** innehar en Master of Fine Arts (MFA) i dans. Han har undervisat och koreograferat för en rad prestigefulla skolor och kompanier i USA och verkar som lektor på fakulteten vid Southern Methodist University. Workshopen gavs i samarbete med Danscentrum Stockholm.

16 deltagare – 15 kvinnor och 1 man

MOD, KOMMUNIKATION OCH PRESENTATION med Imor Hermann (SE)

7–10 juni, Dansalliansen, Gäddviken

En kurs där deltagarna under fyra dagar fick möjlighet att analysera och presentera sitt yrkeskunnande, sin erfarenhet och sitt personliga konstnärskap. Genom situationsanpassade och praktiska övningar, belystes varje individs styrka och svaghet samt det egna kunnandet. **Imor Hermann** är i botten teaterregissör, men har de senaste åren arbetat mer med film och då huvudsakligen som castingansvarig. Han delar numera sin tid som castingdirector och som legitimerad psykoterapeut.

6 deltagare – 3 kvinnor och 3 män

MÖTE MED KOREOGRAFEN Anton Lachky (SK/BE)

13–17 juni, SITE, Stockholm

Anton har utvecklat sin egen undervisningsmetod, att baserad på rörelseglädje skapa ett individuellt, unikt och personligt sätt att röra sig på. Under workshopen arbetade han med dansarnas fysiska egenskaper genom att vägleda dem att göra egna fraser och rörelsesekvenser. Både hans arbete och klass byggde på lusten att få röra sig fysiskt. **Anton Lachky** är dansare och koreograf, baserad i Belgien och en av grundarna till dansgruppen Les Slovaks.

8 deltagare – 7 kvinnor och 1 man

SEMINARIEDAG med gäster från Teaterförbundet för scen och film

20 juni, Dansalliansen, Gäddviken

Vice ordförande **Minna Krook** och förbundsdirektören **Mika Romanus** presenterade Teaterförbundets verksamhet och det arbete som görs för att stödja dansområdet och frilansande dansare.

20 deltagare – 12 kvinnor och 8 män

JIVAMUKTI YOGA med Eric Ernerstedt (SE)

8–12 augusti, SITE, Stockholm

Yogaklasserna genomfördes två timmar på förmiddagen och ingick i Dansalliansens öppna sommarträning. Jivamukti yoga är en fysiskt utmanande och dynamisk yogaform, som inkluderar flödande asana-sekvenser, musik, mantran, meditation och filosofiska frågor. Arbetet gav en allsidig fysisk praktik, där deltagarna fick arbeta igenom hela kroppen. Klasserna avslutades med stilla avslappning och meditation. **Eric Ernerstedt** är utbildad på Kungliga Svenska Balettskolans moderna inriktning och har sedan examen 2005 arbetat både utomlands och i Sverige. Han gjorde sin yogaläro utbildning i New York och har sedan dess undervisat både i Sverige och internationellt.

25 deltagare – 21 kvinnor och 4 män

MODERN TRÄNING med Anna Grip (SE)

8–12 augusti, SITE, Stockholm

Träningen bestod av övningar vid väggen och korta fraser ute i rummet, enligt klasstrukturen av balett men med alternativa principer och utgångspunkter. Klassen handskades med viktfördelning, rytm och organisation av de båda. Arbetet skedde två timmar på eftermiddagen och ingick i Dansalliansens öppna sommarträning.

Anna Grip har under 30 års tid undervisat vid institutioner, utbildningar samt inom det fria dansområdet. Hon har bl.a. varit chef för Skolen for Moderne Dans i Danmark och konstnärlig ledare och ensemblechef för Cullbergbaletten.

25 deltagare – 19 kvinnor och 6 män

GAGA/MÖTE MED KOREOGRAFEN med Shahar Binyamini (IL)

15–19 augusti, Musikhögskolan, Piteå

Dagen började med en Gaga klass som är det rörelsespråk som Ohad Naharin, Batsheva Dance Companys konstnärliga ledare, har utvecklat. Därefter lärde Shahar ut valda delar ur kompaniets och sin egen repertoar. **Shahar Binyamini** är dansare, koreograf och pedagog baserad i Israel där han anslöt Batsheva Dance Company 2008. Idag arbetar han som frilansande dansare och koreograf. Workshopen skedde i samarbete med Dans I Nord.

10 deltagare – 6 kvinnor och 4 män

SELFTEJP med Anders J Larsson och Håkan Larsson (SE)

15–17 augusti, Dansalliansen, Gäddviken

Det här var en kurs för dansare som ville lära sig filma dans och presentera sig själva som danskonstnärer. Kunskapen kunde sedan användas direkt för att skapa en skraddarsydd film efter ändamål, en s.k. Selftape. På kursen gick kursledarna igenom vikten av dramaturgi, inspelning, klippning och redigering samt distribution. **Håkan Larsson**, fotograf och filmare med bakgrund som dansare. **Anders J Larsson**, fotograf och filmare

6 deltagare – 5 kvinnor och 1 man

GYROKINESIS/MODERN BALETT med Libby Farr (US/DE)

22–26 augusti, Danscentrum Stockholm, Stockholm

Detta var i huvudsak en utforskande workshop för deltagarna att uppleva vilka förändringar som sker i kroppen från dag till dag. Genom att börja dagen med Gyrokinesis™ och efter en paus fortsätta in i en modern balettklass som avslutades med ett samtal gavs deltagarna möjlighet att i ord uttrycka sina upplevelser av de båda klasserna. Syftet med workshopen var att få tillgång till de båda teknikerna för att kunna använda dessa i olika sammanhang. **Libby Farr** är utbildad klassisk dansare i USA och en certifierad Gyrokinesis lärare. Hon har arbetat på och med många olika kompanier både i USA och Europa. Workshopen genomfördes i samarbete med Danscentrum Stockholm.

15 deltagare – varav alla kvinnor

GAGA FOR PROFESSIONALS med Ian Robinson (EN)

26 augusti, Högskolan för scen och musik, Göteborg

Den 75 minuter långa klassen genomfördes i samarbete med Göteborgs Dans och Teaterfestival och leddes av **Ian Robinson** från Batsheva Dance Company som gästade festivalen. Gaga är det rörelsespråk som Ohad Naharin, Batsheva Dance Companys konstnärliga ledare, har utvecklat. Metoden ger förutsättningar för flexibilitet, uthållighet och smidighet och kan öka medvetenheten kring fysiska svagheter och skapa möjligheter för att upptäcka nya delar av kroppen.

15 deltagare – 13 kvinnor och 2 män

MASTERCLASS med Wim Vandekeybus (BE)

27 augusti, Högskolan för scen och musik, Göteborg

Ett exklusivt möte med koreografen **Wim Vandekeybus**, konstnärligledare för danskompaniet Ultima Vez som arrangerades i anslutning till kompaniets besök på Göteborgs Dans och Teaterfestival. Syftet med mötet var att utforska hur dans är kopplad till skådespeleri och vice versa, hur bräcklighet skrattar åt styrka och att misslyckas på scenen är mycket mer attraktivt än att spela tuff. Master Classen genomfördes i samarbete med Göteborgs Dans och Teaterfestival.

25 deltagare – 22 kvinnor och 3 män

INTUITION IN ACTION med Stephen Rappaport (US/SE)

29 augusti – 2 september, Kompani1, Stockholm

Syftet med workshopen var att bygga deltagarnas förtroende till sin intuition, sina impulser och idéer. Workshopen erbjöd de medverkande en ram för att artikulera och expandera sina olika konstnärliga röster. Stephen guidade de närvarande under tre dagar genom en mängd olika kreativa processer som både var stärkande och utmanande. **Stephen Rappaport** är en amerikansk skådespelare, dramatiker, regissör, sångare och musiker bosatt i Stockholm.

7 deltagare – varav alla kvinnor

BASALTRÄNING med Kristina Hedberg (SE)

5 september – 14 november, Danscentrum Väst, Göteborg

Kompletterande och stärkande träning en gång i veckan för dansare verksamma i Göteborg. Basalträning är ingen ny dansteknik – den är snarare ett förhållningssätt som ska hjälpa dansare att arbeta skadeförebyggande för ett hållbart resultat. **Kristina Hedberg** är utbildad klassisk dansare vid Malmö Stadsteater och utbildad koreograf vid Danshögskolan och Louis/Nikolais D Th Lab, N.Y. Sedan tio år är Kristina legitimerad fysioterapeut/sjukgymnast. Workshopen var ett samarbete med Kulturakademin Trappan och Danscentrum Väst.

14 deltagare varav alla var kvinnor

BÄTTRE FÖRBEREDD FÖR PRESTATION med Patric Söderblom, Dejan Mikovic och Inyang Eyoma (SE)

7–9 september, Enskede IP, Stockholm

Kursen pågick i tre dagar och innehöll moment som träningsplanering, skadeprevention, träning i praktik och teori, tejpning och kost. Kursen leddes av naprapaten **Patric Söderblom**, friidrottstränaren och naprapaten **Dejan Mikovic** samt näringsfysiologen **Inyang Eyoma Bergenstråle**.

6 deltagare – varav 2 kvinnor och 4 män

MÖTE MED KOREOGRAFEN med Marie Carrasco (SE)

12–16 september, Danscentrum Syd, Malmö

Under workshopen arbetade deltagarna med improvisation, skapade och utforskade material samt arbetade med olika rörelsekviteter. Fokus låg på att utforska, leka och undersöka rörelsen tillsammans. Maries önskan för denna workshop var att få dela med sig av sitt sätt att skapa koreografi där hennes mål var att väcka nyfikenhet och lust som inspiration för dansarens eget fysiska arbete. **Mari Carrasco** har frilansat som koreograf och dansare sedan sin examen från Balettakademien Sthlm. Hon driver ett eget projektbaserat kompani, Carrasco Dance som gjort beställningsverk för bl-am åt Riksteatern, Unga Klara, Norrdans, Turnékompaniet och Black Box Company i Danmark. Workshopen var ett samarbete med Danscentrum Syd.

7 deltagare – 4 kvinnor och 3 män

FÖRESTÄLLNINGSANALYS – med Karin Helander (SE)

12–28 september, Dansalliansen, Gäddviken

Kursen utmanade deltagarna att analysera, diskutera och skriva om scenkonst? I kursen ingick två aktuella föreställningar som sedan låg till grund för diskussioner och reflektioner. Tre kursdagar med samtal kring föreställningsanalys, och scenkonstkritikens grunder, uppgift och uppdrag. **Karin Helander** är professor i teatervetenskap och vice rektor vid Stockholms universitet. Hon har skrivit ett flertal böcker, undervisar skådespelarstudenterna på Stockholm dramatiska högskola och skriver regelbundet scenkonstkritik i Svenska Dagbladet. Kursen var ett samarbete med Teateralliansen.

6 deltagare – 5 kvinnor och 1 man

BODY MIND CENTERING® AND DANCE med Bonnie Bainbridge Cohen (US)

17–19 september, DOCH, Stockholm

Ett exklusivt möte med grundaren av BMC rörelsen, **Bonnie Bainbridge Cohen** för Dansalliansens och Cullbergbalettens anställda samt studenter på DOCH. Body Mind Centering® är ett integrerat förhållningssätt till rörelse, kropp och medvetande. Workshopen var ett samarbete med DOCH och Cullbergbaletten.

Dansalliansen förfogade över 10 platser

10 deltagare – 7 kvinnor och 3 män

ATT ARBETA MED KOREOGRAFI I PROCESS – med Ambra Succi (FI/SE)

30 september – 2 oktober, Danscentrum Väst, Göteborg

En kreativ process under tre dagar där deltagarna fick bidra med sina idéer och erfarenheter som integrerades i det material som kursledaren förberett. I slutet av kursen fanns möjlighet att bjuda in gäster för att ta del av processens resultat. **Ambra Succi** är dansare och koreograf, VD och konstnärlig ledare för Diambra Dans AB, håller workshops, anordnar dansklasser och anlitas som pedagog. Ambra var en av grundarna till dansgruppen Bounce. Workshopen gavs i samarbete med Kulturakademien Trappan och Danscentrum Väst.

9 deltagare – 7 kvinnor och 2 män

OMKRETZ med Christina Caprioli (IT/SE)

17–28 oktober, CCAP, Stockholm

Workshopen gav deltagarna en möjlighet att få praktisk och teoretisk insikt i Cristina Capriolis förhållningssätt till koreografi och till hennes arbetsmetoder. Hennes arbete tar avstamp utifrån några få och enkla idéer om rörelse som förändring, o-jämvikt och fallande, och om koreografi som produktion av meningsöverflöd genom eliminering. Deltagarna fick under de två veckorna ta del av och fördjupa sig i material från produktionen Omkretz. **Cristina Caprioli**, född i Italien, är en Stockholmsbaserad dansare och koreograf. Sedan 2008 professor i koreografisk komposition vid Dans och Cirkushögskolan i Stockholm.

10 deltagare – 9 kvinnor och 1 man

I ULTIMA VEZ VOCABULARY med Laura Aris (IT/BE)

3–7 oktober, Danscentrum Syd, Malmö

Genom dansaren Laura Aris personliga erfarenheter fick deltagarna närma sig Ultima Vez arbetsmetoder. Under veckan utforskade hon tillsammans med deltagarna några teman och idéer från olika verk och delade med sig av fysiska nycklar till Wim Vandekeybus rörelseförråd. **Laura Aris** är dansare, koreograf och danspedagog. Hon arbetade över tio år i det belgiska danskompaniet Wim Vandekeybus / Ultima Vez. De senaste sex åren har hon arbetat som frilansande artist och utvecklat sina egna kreativa metoder. Workshopen skedde i samarbete med Danscentrum Syd.

10 deltagare – 7 kvinnor och 3 män

WORKSHOP FOR PEOPLE INTERESTED IN MOVEMENT med Manuel Ronda (IT/BE/SE)

7–11 november, Danscentrum Syd, Malmö

Manuel Rondas morgonklass tog sitt avstamp i övningar för att få kontakt med den egna kroppen och få en förståelse för dess möjligheter och gränser. Workshopen inriktade sig därefter på olika typer av partneringarbete. **Manuel Ronda**, dansare och skådespelare, född i Italien nu bosatt i Stockholm, har medverkat i uppsättningar inom både dans och teater med Ultima Vez/Wim Vandekeybus, Bryssel, RootLessRoot Dance Company i Aten och Teatro del Piccione i Genoa. Workshopen arrangerades i samarbete med Danscentrum Syd.

16 deltagare – 11 kvinnor och 5 män

KONTAKTIMPROVISATION med Ralf Jaroschinski (DE)

12–13 november, Danscentrum Väst, Göteborg

Fokus under workshopen låg på kroppens centrerings och medvetenhet. Korrekt anatomisk anpassning av ryggraden och lemmar är avgörande för att kunna röra sig och vara aktiv. Under klassen tränade deltagarna på att uppnå och försöka bibehålla en god hållning genom ett antal tydligt strukturerade övningar baserade på release teknikens principer. **Ralf Jaroschinski** är utbildad dansare i Tyskland och har sedan 90-talet undervisat i kontaktimprovisation. Workshopen skedde i samarbete med Kulturakademien Trappan, Danscentrum Väst och Cullbergbaletten.

12 deltagare – 11 kvinnor och 1 man

TOOLS FOR CREATIVITY AND COMPOSITION med Ted Stoffer (US/BE)

21–25 november, Danscentrum Stockholm, Stockholm

Under workshopen fick deltagarna fokusera på fem principer för rörlighet och uthållighet inom improvisation. Principer som används för att koncentrera sig på kreativa energier. Deltagarna uppmanades att arbeta utanför sina vanliga rörelsemönster, att följa energin i rörelsen och att vara närvarande i nuet utan att döma.

Ted Stoffer är en Brysselbaserad koreograf, lärare och artist. Hans arbete spänner över: modern dans, teater, butoh, performance och tanztheater. Han är en återkommande lärare för kompanier som Ultima Vez, Rosas, Sasha Waltz, Carte Blanche och DV8. Workshopen genomfördes i samarbete med Danscentrum Stockholm.

11 deltagare – 9 kvinnor och 2 män

NO HOLDING BACK med Angela Schebst (DE) och Robert Steijn (AT/MX)

26–27 november, Danscentrum Väst, Göteborg

Kursledarna visade metoder för att deltagarna skulle få kontakt med den fysiska kroppen, genom att ha ett öppet förhållningssätt för att låta saker hända, istället för att kontrollera dem. De ville tillsammans med deltagarna försöka omdefiniera hur man genom kroppen kan upptäcka saker man inte upplevt tidigare.

Angela Schubot är dansare och en av grundarna av danskollektivet Two Fish med Martin Clausen i Berlin. Sedan 2009 arbetar hon med scenkonstnären Jared Gradinger, där de tillsammans undersöker den mänskliga kroppens olika uttryck. Hon har även samarbetat med koreografen Margret Sara Gudjonsdottir. **Robert Steijn** är artist och skribent, tidigare baserad i Wien, och nu i Mexico City. Influerad av shamanism, undersöker han fantasins omvandlande och läkande kraft. Workshopen var i ett samarbete med Danscentrum Väst och Kulturakademien Trappan

10 deltagare – varav alla vara kvinnor

MÖTE MED KOREOGRAFEN Stephen Delattre (IT/DE)

28 november – 2 december, Balettakademien Stockholm, Stockholm

Workshopen som utgick från en neo-klassisk och modern teknik innehöll olika kreativa improvisationer och kompositioner. Efter en kort uppvärmning skapades duetter och trios tillsammans med de deltagande dansarna. **Stéphen Delattre**, dansare och koreograf, med en bakgrund som solist vid ett flertal kompanier. Han är numera konstnärlig ledare för Delattre Dance Company som är baserat i Mainz. Workshopen var i ett samarbete med Balettakademien Stockholm.

8 deltagare – 6 kvinnor och 2 män

TOTAL VOCAL TECHNIQUE med Annika Holmberg (SE)

12–16 december, Work & Sound, Stockholm

”Komplett Sångteknik” innehåller strategier och tekniker för att förstå, vårda och kontrollera rösten samt för att skapa och nå fram med sitt musikaliska uttryck. Deltagarna fick grundläggande kunskaper om hur man rent praktiskt kan använda metoden för att utveckla sina rösttekniska och uttrycksmässiga förmågor. Kursen var genreövergripande, där deltagarna kunde använda teknikerna till alla former av sångsätt, stilar och tal.

Annika Holmberg sångare röstcoach, introducerade metoden i Sverige för över 10 år sedan och har därefter utvecklat pedagogiken ytterligare.

10 deltagare - 9 kvinnor och 1 man

SEMINARIEDAG med gäster från Trygghetsrådet TRS/ SOK-stiftelsen

19 december, Dansalliansen, Gäddviken

VD **Helene Bergstedt** och verksamhetschef **Annika Hamrin** presenterade TRS/ SOK-stiftelsens verksamhet och informerade om det stöd som frilansande dansare kan ta del av.

15 deltagare – 11 kvinnor och 4 män