

# Contact Improvisation

Autor/in:



Was ist Contact Improvisation? Contact Improvisation ist eine Tanzform, die von Steve Paxton in den 70-er Jahren in den USA entwickelt wurde. Sie ist eine spielerische Bewegungsform von zwei oder mehreren Tanzenden, denen ein gemeinsamer, sich ständig verlagernder Körperkontaktpunkt als Basis zum Tanz dient.

Der gemeinsame Tanz entwickelt sich allein aus der Kommunikation der Körper. Nichts ist beabsichtigt, alles ist möglich.

Was erreicht Contact Improvisation? Durch Gewichtsverlagerung, Balance und Schwung ergeben sich neue Bewegungsmöglichkeiten: übereinander abrollen, miteinander drehen, zusammen fallen oder schweben. Ganz nah oder weiter voneinander entfernt. Jede/r bringt eigene Fähigkeiten, Empfindungen und Dynamiken in den Tanz mit ein. Durch das Zusammentreffen dieser individuellen Eigenheiten entstehen sehr unterschiedliche Improvisationen: von zart, verspielt und sinnlich bis kraftvoll, kämpferisch und akrobatisch.

Contact-Improvisation erfordert viel Aufmerksamkeit, Offenheit und einen verantwortungsvollen Umgang mit dem Körper, dem eigenen, wie auch mit dem des Partners.

Die in diesem Verzeichnis vorgestellten Therapien und Methoden werden zum Teil seit Jahrhunderten praktiziert und sind auch in heutiger Zeit in Kursen und Seminaren unterrichtet worden. Sie können bei gesundheitlichen Problemen Rat und Hilfe eines Arztes nicht ersetzen. Der Betreiber dieses Verzeichnisses übernimmt keine Haftung für Schäden, die sich aus dem Gebrauch oder etwaigem Missbrauch der hier vorgestellten Therapien und Methoden ergeben.

Alle Inhalte dieser Website copyright ©Heilverzeichnis/Heal24.com und der jeweiligen Rechte-Inhaber. Weiterverbreitung der Inhalte ohne vorherige schriftliche Genehmigung ist nicht zulässig. Alle Rechte vorbehalten