

means of communication

ein Tagesworkshop in Jena
Contact improvisation
mit Benjamin Graue



Samstag, 11.11.2023, 11-19:00 Uhr
NEUE MITTE FITNESS Injoy
Leutgraben 1, 07743 Jena
30-70 € nach Selbsteinschätzung
Anmeldung: angerto@web.de

Means of communication

(English version below)

Was heißt es, die andere Person zu sehen, um uns selbst sehen zu können?

Was heißt es, eine tiefe Verbindung miteinander einzugehen und dabei ganz bei uns zu bleiben?

Was heißt es, uns völlig auf unser Gegenüber einzulassen, ohne uns selbst dabei zu verlieren?

Was heißt es, Bewegung aus einer feinfühligem, tiefen Verbindung entspringen zu lassen?

Was passiert, wenn wir unseren Ideen und dem Wunsch, etwas zu tun, nicht direkt nachgehen?

Ich lade zu einer Suche nach authentischer Kommunikation ein, indem wir lernen, uns selbst und anderen im Tanz genau zuzuhören.

Benjamin Graue ist ein leidenschaftlicher Tänzer, vor allem der Kontaktimprovisation. Dies unterrichtet er seit etwa fünf Jahren. Sein Studium der Medizin bot ihm ein Mittel, sein Verständnis für Körperfunktionen zu verbessern und die Selbstwahrnehmung zu verfeinern. Seitdem er sich in der Ausbildung zum Lehrer der F. M. Alexander-Technik befindet, hat sich sein Tanz maßgeblich verändert. In diesem Workshop wird er den Ideen nachgehen, welche mit den Veränderungen in Verbindung stehen und diese erfahrbar machen.

Die Sprache (deutsch/englisch) kann den Bedürfnissen der Teilnehmenden angepasst werden.

Zeit:

Samstag, 11.11.2023, 11-19:00 Uhr

11:00 Uhr: Ankommen/Registrierung

11:30 Uhr: Teil 1

13:30 Uhr: 1h Mittagspause

14:30 Uhr: Teil 2

16:30 Uhr: 1/2h Pause

17:00 Uhr: 2h Jam

Ort:

NEUE MITTE FITNESS Injoy

Leutragraben 1, 07743 Jena

Voranmeldung:

angerto@web.de

30-70 Euro (Selbsteinschätzung, je nach ehrlicher finanzieller Lage)

Bezahlung in bar bei der Anmeldung

Für die Mittagspause gerne eigenes Essen oder zum Teilen mitbringen.

What does it mean to see each other in order to see ourselves?

What does it mean to connect deeply with others while being free with ourselves?

What does it mean to be fully engaged with others without losing ourselves?

What does it mean to discover movement from sensitivity, listening and connection?

What happens when we don't follow our ideas and the wish to do something directly?

I invite you to discover finding authentic communication through listening to ourselves and to others.

Benjamin Graue is a passionate dancer mainly of Contact Improvisation. He has taught for more than five years. His medical school education enhanced his understanding of bodily functions and refined his self-perception. Since he began an F. M. Alexander Technique teacher training, his dance changed dramatically. In this workshop he will share the ideas which led to his transformation.

The teaching language will be English and/or German.

Time:

Saturday, 11.11.2023, 11-19:00 Uhr

11:00 Uhr: Arriving/registration

11:30 Uhr: Part 1

13:30 Uhr: 1h lunch break

14:30 Uhr: Part 2

16:30 Uhr: 1/2h break

17:00 Uhr: 2h Jam

Location:

NEUE MITTE FITNESS Injoy

Leutragraben 1, 07743 Jena

Pre-registration:

angerto@web.de

30-70 Euro (Self-assessment, regarding honest income situation)

Payment in cash at the registration

For the lunch break bring your own food or something to share.