

2017年4～6月

コンテンポラリー・ダンス ワークショップ

at ヒロロスクエア/笹森記念体育館

ナビゲーター：加藤 範子 インディペンデント・ダンス・アーティスト、ダンステクト主宰

BODY WORK & CONTEMPORARY DANCE & CONTACT IMPROVISATION WORKSHOP
Navigated By Noriko Kato; independent dance artist+ Dance-tect
At HIRORO SQUARE/ SASAMORI MEMORIAL GYMNASIUM

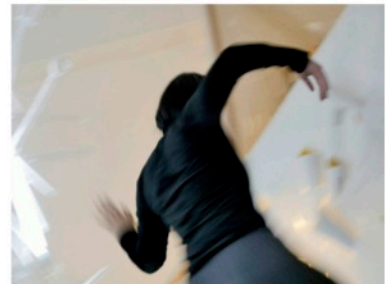


親子コンタクト・ダンス クラス：(3歳～小学生と大人)

親子やグループでコンタクト・インプロビゼーションを使ったカラダのふれ合いから生まれる自然な動きや、五感を使ってお互いを感じたり対話を楽しんだりする体験を通じて、親子の繋がりを深めながら創造性・感性を育てていきます。

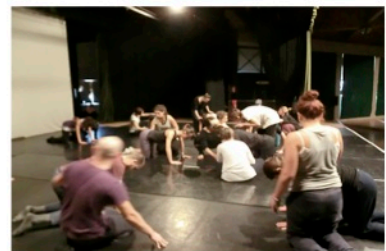
コンテンポラリー・ダンス & コンタクト・インプロビゼーション：(初心者～経験者まで誰でも参加可)

コンテンポラリー・ダンスではスキナー・リリース・テクニックを基礎として、自分のカラダの構造に意識を向けて、動きの物理的な法則を使って動きの可能性を広げていきます。またジャンルを越えたさまざまな音楽を使用して動きの技術を高めながら、イメージ、声やコトバを使って創造性を引き出します。またコンタクト・インプロビゼーションでは、相手とのふれ合いや相手のカラダを聞くことから始め、互いにカラダを委ねたり受けとめたりするやりとりから生まれる動きの流れを感じていきます。その動きを連続させていくなかで自分と相手との動きをとおしたコミュニケーションや信頼関係を体験します。



ボディ・ワーク&ムーブメント クラス：(初心者～経験者まで誰でも参加可)

このクラスでは、スキナー・リリース・テクニック(ダンス技術を高めるだけでなく、生命力や自己治癒力を引き出し高める身体技法)を基礎にして、心とカラダを整えていきます。カラダは、仕事や普段の生活で無意識に強ばったり、かんだりしています。その〈声〉を聴き、蓄積された緊張をリラックスして解放していきながら、動きの感覚を呼び起こします。そして自然に生まれる自分の呼吸のリズムを深く感じて動いたり、踊ったりしながら、自分に潜在する創造性やコミュニケーション力を高めていきます。



ナビゲーター：加藤 範子 (インディペンデント・ダンス・アーティスト、Dance-tect 主宰)

弘前市出身。弘前を中心に国内外で様々なアーティストとの公演活動、コラボレーションの他、舞踊から思考する身体の研究など多角的にダンス活動をする。1998-1999年ラバンセンター・ロンドン留学(PDDS 取得)。日本体育大学大学院体育科学修士。2003-2005年までドイツ、ケルンに滞在を機にインディペンデント活動を始動。2005年より Dance-tect 主宰。2006-2015年慶応義塾大学、神奈川大学、日本体育大学にて非常勤講師として勤務。2011年より Ensemble ALAZART に参加、ストックホルム、バルセロナ(2015)にて公演の他、フィンランドにてサリ・パルムグレンとビジュアル・アーティストのシャーロット・マクゴワン=グリフィンと滞在制作を行う。同年よりイタリア、サレルノ出身の精神科医でポーターライン・ダンス・カンパニー主宰のクラウディオ・マランゴンの招聘公演、日本|イタリア「対話」を機にイタリアと弘前/東京にて共同制作公演を行う。2014年はイタリア・カナダ・日本共同公演を企画制作。2016年スウェーデンのバスクラリネット奏者クリスタ・ボディエンとバルセロナ出身のビジュアル・アーティストのヨランダ・アロンゾとの共同制作を企画公演。その他、ピナ・パウシュの主要ダンサーのジョー・アン・エンディコットの著作『さよならピナ、ピナ バイバイ』を叢文社より2016年翻訳出版。

スケジュール (Schedule)

ヒロロスクエア多世代交流室 (HIRORO SQUARE Tasedai Koryu-Shitsu)			
日付 (date/room)	時間 (time)	クラス (class)	料金 (fee)
4月16日(日) 交流室1 room1	10:05~10:50	1コイン・デー 親子コンタクト・ダンス (1 coin specials of Parent & Child Contact dance)	500 (親子ペア) (1adult & 1child)
	10:55~11:55	1コイン・デー コンテンポラリー・ダンス (1 coin specials of Contemporary dance /release technique)	All 500
5月21日(日) 交流室2 room2	10:05~10:50	親子コンタクト・ダンス (Parent & Child Contact dance)	1200 (親子ペア) (1adult & 1child)
	10:55~12:55	コンテンポラリー・ダンス & コンタクト・インプロビゼーション (Contemporary dance release technique & Contact improvisation)	一般:2000 / 学生:1000 (adult / student)
6月18日(日) 交流室2 room2	10:05~10:50	1コイン・デー 親子コンタクト・ダンス (1 coin specials of Parent & Child Contact dance)	500 (親子ペア) (1adult & 1child)
	10:55~11:55	1コイン・デー コンタクト・インプロビゼーション (1 coin specials of Contact improvisation)	500 (親子ペア) (1adult & 1child)
6月25日(日) 交流室2 room2	10:05~10:50	親子コンタクト・ダンス (Parent & Child Contact dance)	1000 (親子ペア)
	10:55~12:55	コンテンポラリー・ダンス & コンタクト・インプロビゼーション (Contemporary dance release technique & Contact improvisation)	一般:2000 / 学生:1000 (adult / student)

*備考；多世代交流室では10名程度で行いますので、定員になり次第締め切らせていただきます。ご了承ください。

笹森記念体育館 武道場 (Sasamori Memorial Gymnasium- Budozyo)			
日付 (date)	時間 (time)	クラス (class)	料金 (fee)
4月18日(火)	13:30~14:30	ボディ・ワーク&ムーブメント (Body work & movement)	All 1000
4月25日(火)	13:30~14:30	ボディ・ワーク&ムーブメント (Body work & movement)	All 1000
5月16日(火)	13:30~14:30	1コイン・デー ボディ・ワーク&ムーブメント (1 coin specials of Body work & movement)	All 500
5月30日(火)	19:00~21:00	コンテンポラリー・ダンス& コンタクト・インプロビゼーション (Contemporary dance release technique & Contact improvisation)	一般:2000 / 学生:1000 (adult / student)

* 予約/申し込み・お問い合わせ *

Mail ; dancetect@☆gmail.com (☆を外してください) Tel; 090-8258-9922 (代表:加藤) HP ; www.norikokato.com
 * Facebook ページ (Noriko KATO) に情報を随時アップしておりますのでご興味のある方はチェックしていただく、もしくはメールにてご連絡をお願いいたします。

備考；クラスには動きやすい服装でおこしく下さい。クラスでは基本裸足もしくは滑らないようなソックスで行います。
 タオルや飲み物など必要と思われるものは各自でご用意ください。

*クラス7日前までにご予約の方は¥200 割引いたします (1コイン・デーは含まれません)。
 *1コイン・デー以外のレギュラー・クラス3回以上ご予約の方は割引いたしますので事前にお知らせください。
 *10名以上のグループでお申し込みの場合は時間指定、団体割引料金もございましてお気軽にお問い合わせください。
 *日頃の疲れから解放され、自分のペースで心とカラダを整えていくボディ・ワークのプライベート・クラス、お話ししながらのんびりと心と体を整えたり、運動したりできるお二人様~四人様でのセミ・プライベート・クラスも承っておりますので、お気軽にご連絡ください。

注意事項：クラスは安全面を配慮してつくられておりますが、万が一参加の方の不意などによる怪我につきましては各自自己責任で参加して頂いておりますので、必要だと思われる方は各自傷害保険の方へ加入をおすすめいたします。