

WORKSHOP

TANZ

ANATOMIE

DANCE

ANATOMY

26.10.2024 | 14:00-17:00

@DANCERS:CARE & ZOOM

(ENGLISH BELOW)

WORKSHOP INHALT

Der Workshop beinhaltet theoretische Wissensvermittlung sowie praktische Tipps & Übungen:

1. Anatomische Grundkenntnisse und tanzspezifische Relevanz
2. Körperstrukturen/-funktionen im Tanz
3. Körperausrichtung als Basis der korrekten Tanztechnik
4. Individuelle tanzartspezifische Inhalte nach Absprache
5. Handout für jede(n) Teilnehmer*in

Die Lernziele unterstützen eine praxisorientierte Umsetzung für den Tanzunterricht:

1. Wissen über die körperliche Topographie und Orientierung vertiefen
2. Grundlagen der Körperebenen verstehen und umsetzen
3. Anatomisch-korrekte Tanztechnik anwenden
4. Fehlhaltungen eigenständig erkennen und korrigieren
5. Grenzen des eigenen Körpers im Tanztraining adaptieren

Zielgruppe: Tänzer*innen, Tanzpädagog*innen, Tanzstudent*innen, Tanzinteressierte

Kosten: 50,- Euro p.P.

Referentin: Barbara Baumann, MA BSc.

Ort: DANCERS:CARE, Kollergergasse 4/8a, 1060 Wien (oder via Zoom)

WORKSHOP TOPICS

The Workshop includes theoretical knowledge transfer as well as practical tips & exercises:

1. Basic anatomical knowledge and dance-specific relevance
2. Body structures/functions in Dance
3. Body alignment as the basis of the correct dance technique
4. Individual dance style-specific content by arrangement
5. Handout for each participant

The learning objectives support a practice-oriented implementation for dance lessons:

1. Deepen knowledge of the physical topography and orientation
2. Understand and implement the basics of the body levels
3. Apply anatomically correct dance technique
4. Recognize and correct bad posture independently
5. Adapting the limits of your own body in dance training

Target group: dancers, dance teachers, dance students, dance enthusiasts

Price: 50,- Euro p.P.

Lecturer: Barbara Baumann, MA BSc.

Location: DANCERS:CARE, Kollergergasse 4/8a, 1060 Wien (or via Zoom)