

## **Mazurka Reset – (No) Workshop for Beginners FolkWeekend Mattstedt, 22.06.2018**

Wir möchten euch einladen, mit uns die Mazurka (noch mal) zu entdecken und setzen dort an, wo Tanzen beginnt: bei der Musik. Dafür lauschen wir dem Spiel der Melodien, den Emotionen des Stückes und dem, was es in uns bewegt.

Um unsere Bewegungen zu gestalten, greifen wir auf die einfachsten Elemente des Tanzens zurück: Schritt und Pause. Grundschrift war gestern, denn wir möchten mit euch eure persönliche Mazurka erarbeiten.

Damit das gelingen kann, widmen wir uns nicht nur aktiv der Musik, sondern auch der Kommunikation und der Verbindung im Paar, der Entscheidung für eines der beiden Elemente und wie wir sie gemeinsam vollbringen können.

Unser Workshop richtet sich an alle. Die, die Mazurka gerade erst entdecken und die, die sie schon lange und gut kennen.

## **Was tanzt mich? – Auf der Suche nach dem eigenen Tanz FolkWeekend Mattstedt, 23.06.2018**

Der Workshop ist eine Einladung zur Suche nach der ganz eigenen Bewegung im Tanz. Die Suche verläuft im Spannungsfeld zwischen bewusst gestaltetem Tanzen und dem Zulassen der Bewegungen, die entstehen, wenn wir Kontrolle und Gestaltung aufgeben.

Zunächst wird es Zeit und Raum geben, diese Erkundungen für sich allein zu machen. Schritt für Schritt nähern wir uns danach dem Tanz zu zweit und erforschen, was mit der eigenen Bewegung passiert, wenn wir einem Gegenüber begegnen. Am Ende der Reise lockt (vielleicht) die Entdeckung, wie auch Paartanz ohne Selbstaufgabe und Gestaltungsstress tanzbar ist.

Wenn ihr schon Scottish tanzen könnt, ist das günstig. Wichtigere Voraussetzung ist jedoch ein bisschen mutige Neugier und die Bereitschaft, euch auf die Suche und die anderen anwesenden Menschen einzulassen.