ZENTRUM FÜR ZEITGENÖSSISCHEN TANZ
Hochschule für Musik und Tanz Köln

Zentrum für zeitgenössischen Tanz
Hochschule für Musik und Tanz Köln
Turmstraße 3-5
50733 Köln www.zzt.hfmt-koeln.de

JOIN US
3. & 4. Januar 2025

Ihr interessiert euch für Tanz und möchtet erfahren, wie ein Tanzstudium am Zentrum für Zeitgenössischen Tanz (ZZT) der Hochschule für Musik und Tanz Köln aussieht? Dann seid dabei bei JOIN US!

Am 3. und 4. Januar laden wir euch zu einem zweitägigen Workshop-Programm ein. Lehrende, Studierende und Alumni des ZZT geben euch exklusive Einblicke in künstlerische Trainingsformen, Praktiken und Arbeitsweisen – live in den Studios des ZZT in Köln-Nippes.

Stellt euch aus den vielfältigen Angeboten euer persönliches Trainings- und Workshop-Programm zusammen und folgt euren individuellen Interessen. Die Formate bieten außerdem die Gelegenheit, mit Lehrenden und Studierenden ins Gespräch zu kommen und Erfahrungen auszutauschen.

JOIN US richtet sich an Tanzbegeisterte ab 16 Jahren, die ein Studium im Zeitgenössischen Tanz anstreben und mehr über das Profil des ZZT erfahren möchten. Die Teilnahme ist kostenlos. Das Programm findet auf Deutsch und bei Bedarf auf Englisch statt.

Unsere Formate:

- Tuning Ins (somatische Praktiken)
- Training in zeitgenössischen Tanztechniken und Ballett für zeitgenössische Tänzer*innen
- Vielfältige Workshop-Angebote
- Ein informativer Slot mit Einblicken in das ZZT und die Tanzlandschaft in NRW

Anmeldung:
Bitte meldet euch bis zu bis 20. Dezember über die DFN-Platform an.

Nach erfolgreicher Anmeldung erhaltet ihr einen Link, über den ihr euch euer individuelles Workshop-Programm zusammenstellen könnt. Für die Slots mit nur einem Angebot (z.B. Begrüßung, Infoslot, gemeinsames Checkout) seid ihr automatisch angemeldet.

Die Anzahl der Teilnehmer*innen ist begrenzt - Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

Bei Fragen wendet ihr euch bitte an koordination-zzt@hfmt-koeln.de

JOIN US – wir freuen uns auf euch!

ZENTRUM FÜR ZEITGENÖSSISCHEN TANZ
Hochschule für Musik und Tanz Köln

JOIN US
January 3 & 4, 2025

Are you interested in dance and curious about what studying at the Centre for Contemporary Dance (ZZT) at the University of Music and Dance Cologne looks like? Then JOIN US!

On January 3 and 4, we invite you to a two-day workshop program. Faculty, students, and alumni of the ZZT will provide exclusive insights into artistic training methods, practices, and working approaches—live in the studios of the ZZT in Cologne-Nippes.

Create your own personalized training and workshop schedule from a variety of offerings and follow your individual interests. The formats also provide an opportunity to engage with faculty and students and exchange experiences.

JOIN US is aimed at dance enthusiasts aged 16 and older who are considering a degree in contemporary dance and want to learn more about the ZZT's profile. Participation is free of charge. The program will be conducted in German and in English if needed.

Our formats:

- *Tuning Ins (somatic practices)*
- *Training in contemporary dance techniques and ballet for contemporary dancers*
- *A variety of workshops*
- *An informative session with insights into the ZZT and the dance landscape in NRW*

Registration:
Please register by ***December 20*** *via the DFN platform.*

After successful registration, you will receive a link to customize your individual workshop schedule. You will automatically be enrolled in sessions with only one offering (e.g., welcome session, info slot, joint checkout).

The number of participants is limited, and registrations will be processed on a first-come, first-served basis.

If you have any questions, please contact koordination-zzt@hfmt-koeln.de

JOIN US – we look forward to seeing you!

PROGRAMM / *PROGRAM*

Freitag, 3. Januar 2025	Samstag, 4. Januar 2025
8.45 - 9.00 Uhr **Begrüßung** Studio 1 9.00 - 9.45 Uhr Tuning In I Tuning In A: Pilates, Birgit Scheefe, Studio 1 Tuning In B: GYROKINESIS®, Kojiro Imada, Studio 2	9.00 - 9.45 Uhr Tuning In II Tuning In A: Yoga, Flavia Tabarrini, Studio 1 Tuning In B: GYROKINESIS®, Kojiro Imada, Studio 2
10.00 - 11.30 Uhr Trainingsformate I Zeitgenössisch, Kojiro Imada, Studio 1 Ballett, Wenke Kriemer, Studio 2	10.00 - 11.30 Uhr Trainingsformate II Zeitgenössisch, Vera Sander, Studio 1 Ballett, Wenke Kriemer, Studio 2
12.00 - 13.30 Uhr Workshops I Workshop A: “Perceiving movement details” Vera Sander, Studio 1 Workshop B: “Body Talk” Wencke Kriemer de Matos, Studio 2	12.00 - 13.30 Uhr Workshops III Workshop A: “Tanz & Theorie” Yvonne Hardt, Studio 1 Workshop B: “Mobilty & Stability”, Berit Jentzsch, Studio 2
13.30 - 15.00 Uhr **Mittagspause**	13.30 - 15.00 Uhr **Mittagspause**
15.00 - 16.30 Uhr Workshops II Workshop Students A: “Baby, can't you see I'm calling?”, Ada Sternberg, Studio 1 Workshop Students B: “Transformation in movement and words”, Laura Augsburg und Ido Grinberg, Studio 2	15.00 - 17.00 Uhr **Interaktives Info-Format und Q&A** Lehrende, Studierende und Alumni stellen sich, das ZZT und das Tanzland NRW vor und beantworten eure Fragen Studio 1 *Keine Anmeldung notwendig / no registration required*
	17.00 Uhr Gemeinsamer „Check Out“

Pilates
Mit/with Birgit Scheefe
Freitag, 3.1.2025, 9.00-9.45 Uhr / Friday, Jan 3, 2025, 9.00-9.45 am

In dieser Pilates-Stunde wird die Becken-Femur-Verbindung erkundet, d.h. die Hüftgelenksmobilität und gleichzeitige Beinstabilität, was essentiell ist für alle Tänzer*innen.
Die Pilates-Methode hilft die Körperausrichtung sowie Kraft und Mobilität zu verbessern. Schwerpunkte sind Körperwahrnehmung, Ansteuerung der tiefen Muskulatur und der sinnvolle Einsatz der Atmung. Für Tänzer*innen ist Pilates damit bestens geeignet, um eigene Bewegungsmuster wahrzunehmen und zu verbessern.
**
In this Pilates class we will explore the pelvis-femur connection, meaning hip joint mobility and leg stability at the same time, something that every dancer needs.
The Pilates method helps to improve body alignment, strength and mobility. The focus is on body awareness, activation of the deep muscles and the sensible use of breathing. Pilates is therefore ideal for dancers to become aware of and improve their own movement patterns.

GYROKINESIS® method
mit / with Kojiro Imada
Freitag, 3.1.2025, 9.00-9.45 Uhr / Friday Jan 3, 2025, 9.00-9.45 am

Die **GYROKINESIS®** Methode zeichnet sich durch fließende, kontinuierliche, kreisförmige Bewegungen aus, die von Atem und Rhythmus geleitet werden. Der Fokus liegt mehr auf der globalen Körperdynamik und der Energie als auf der Arbeit an einem bestimmten Körperteil. Dieser Ansatz macht die **GYROKINESIS®** Methode für Tänzerinnen und Tänzer sehr zugänglich, da sie die somatischen Informationen und die Technik mit dem Tanz verbindet und reflektiert. Das übliche Unterrichtsformat besteht aus Übungen im Sitzen, am Boden und im Stehen. In dieser Tuning-in-Einheit konzentrieren wir uns auf den sitzenden Teil des Unterrichts, der eines der charakteristischen Merkmale der **GYROKINESIS®** -Methode ist.

**
*The **GYROKINESIS®** method is characterized by flowing, continuous circular movements guided by breathing and rhythm. The focus is more on global body dynamics and the energy than on working on a specific part of the body. This approach makes the **GYROKINESIS®** method very accessible for dancers, as it bridges and reflects the somatic information and technique with dance. The usual class format consists of seated, floor and standing exercises. In this tuning-in unit we focus on the seated part of the class, which is one of the signature features of the **GYROKINESIS®** method.*

Yoga
mit Flavia Tabarrini
Samstag, 4.1.2025, 09.00-09.45 Uhr / Saturday, Jan 4th 2025, 9.00-9.45 am

Ashtanga Vinyasa Yoga ist als eine festgelegte Bewegungsabfolge strukturiert, die darauf abzielt, den Körper und Geist ins Gleichgewicht zu bringen. Dynamische Bewegung und statisches Halten wechseln sich ab. Es kann kraftvoll als auch sanft geübt werden, je nachdem, was der Körper heute braucht. Das führt im Alltag zu mehr Konzentration, Ausgeglichenheit und Wohlbefinden.
Die Asana Sequenz wird in einer immer wiederkehrenden Abfolge geübt, die nach und nach ergänzt wird und so je nach Bedürfnis variiert werden kann.
**

Ashtanga Vinyasa yoga is structured as a set sequence of movements aimed at balancing the body and mind and helping your thoughts to become calmer.
Dynamic and static movement are alternate. It can be practiced both vigorously and gently, depending on what your body needs today. This leads to more concentration, balance and well-being in everyday life. The asana sequence can be adapted and varied according to your needs and is is practiced in a recurring sequence that is gradually added to.

GYROKINESIS® method
mit / with Kojiro Imada
Samstag, 4.1.2025, 9.00-9.45 Uhr / Saturday Jan 4th, 2025, 9.00–9.45 am

Die **GYROKINESIS®** Methode zeichnet sich durch fließende, kontinuierliche, kreisförmige Bewegungen aus, die von Atem und Rhythmus geleitet werden. Der Fokus liegt mehr auf der globalen Körperdynamik und der Energie als auf der Arbeit an einem bestimmten Körperteil. Dieser Ansatz macht die **GYROKINESIS®** Methode für Tänzerinnen und Tänzer sehr zugänglich, da sie die somatischen Informationen und die Technik mit dem Tanz verbindet und reflektiert. Das übliche Unterrichtsformat besteht aus Übungen im Sitzen, am Boden und im Stehen. In dieser Tuning-in-Einheit konzentrieren wir uns auf den sitzenden Teil des Unterrichts, der eines der charakteristischen Merkmale der **GYROKINESIS®** -Methode ist.

**
*The **GYROKINESIS®** method is characterized by flowing, continuous circular movements guided by breathing and rhythm. The focus is more on global body dynamics and the energy than on working on a specific part of the body. This approach makes the **GYROKINESIS®** method very accessible for dancers, as it bridges and reflects the somatic information and technique with dance. The usual class format consists of seated, floor and standing exercises. In this tuning-in unit we focus on the seated part of the class, which is one of the signature features of the **GYROKINESIS®** method.*

TRAININGSFORMATE

Zeitgenössische Tanztechnik / contemporary dance technique
Mit/with Kojiro Imada
Freitag, 3.1.2025, 10.00-11.30 Uhr / Friday, Jan 3rd 2025, 10.00-11.30 am

In dieser Unterrichtsstunde konzentrieren wir uns auf die Bewegung und Beweglichkeit der Wirbelsäule und lassen diese Dynamik zu kreativen Bewegungen der gesamten Körperstruktur werden.
Die Klasse lässt Raum zum Hinterfragen, Zuhören und Reflektieren und eröffnet die Möglichkeit, eigene Gewohnheiten zu hinterfragen und Komfortzonen zu verlassen, indem wir instabile (Bewegungs-)Momente schaffen. Der Körper wird als ein Instrument zum Lernen, Trainieren und Gestalten betrachtet, um Elemente des Tanzes wie den Einsatz von Schwerkraft und Gewicht, Musikalität und Dynamik des Energiekörpers zu nutzen.
**
In this class, we will focus on spinal mobility and motion, then expand this dynamic into creative movements of the entire body structure.
The class leaves room for questioning, listening and reflecting as well as challenging our own habits and comfort zones through creating unstable (movement-)moments. The body will be observed as an instrument for learning, training and creating, in order to utilize elements in dance such as the usage of gravity and weight, musicality and dynamic of energy body.

Ballett für zeitgenössische Tänzer*innen / ballet for contemporary dancers
Mit/with Wencke Kriemer de Matos
Freitag, 03.01.2024, 10.00-11.30 Uhr / Friday, Jan 3rd, 2024, 10.00-11.30 am

Das Training betont die funktionale Anwendung klassischer Technik, bei der Effizienz die Grundlage für Schönheit bildet – ohne künstliche Affektionen.
Ziel ist eine ganzheitliche Körpererfahrung: die Verbindung von Atem und Bewegung, das Wechselspiel aus Kontraktion und Expansion, Spannung und Entspannung sowie das harmonische Zusammenspiel von muskulärer und organischer Energie.
Der Körper wird anatomisch funktional von innen nach außen ausgerichtet, sodass die Muskeln mühelos und ohne Überbeanspruchung arbeiten können. Schwerpunkte sind:

- Aktivierte und artikulierte Füße als stabile Basis.
- Beweglichkeit in Gelenken, Weite im Becken und unteren Rücken.
- Eine agile, „atmende“ Wirbelsäule.
- Freiheit und Erdung in raumgreifenden Bewegungen, insbesondere in der Mitte.

Das Training schafft eine Balance zwischen Technik, Dynamik und geerdeter Leichtigkeit.

**
The training emphasizes the functional application of classical technique, where efficiency forms the foundation of beauty—free from artificial affectation.
The goal is a holistic body experience: the connection between breath and movement, the interplay of contraction and expansion, tension and relaxation, as well as the harmonious coordination of muscular and organic energy.
The body is anatomically and functionally aligned from the inside out, allowing the muscles to work effortlessly without overexertion. Key focus areas include:

- *Activated and articulated feet as a stable base.*
- *Mobility in the joints, openness in the pelvis, and lower back.*
- *An agile, "breathing" spine.*
- *Freedom and grounding in expansive movements, particularly in the center.*

The training creates a balance between technique, dynamics, and grounded lightness.

Zeitgenössische Tanztechnik / contemporary dance technique
mit/with Vera Sander
Samstag, 4.1.2025, 10.00-11.30 Uhr / Saturday, Jan 4th, 2025, 10.00- 11.30 am

In diesem Training arbeiten wir an verschiedenen Methoden, sich dem Boden zu nähern. Wir werden uns zunächst auf Prinzipien konzentrieren, die das Verständnis für Funktionalität, Ausrichtung und Volumen im Körper unterstützen und dann anhand dessen eine Reihe von komplexeren Bewegungsszenarien untersuchen. Das Training lässt Raum zum Fragen und Zuhören, erzeugt instabile Momente und fordert eigene Gewohnheiten und Komfortzonen heraus. Dabei wird der Körper als Instrument zum Lernen, Erschaffen und Trainieren dynamischer und fließender Bewegungen verstanden, um das Spiel mit Schwerkraft und der Verwendung von Gewicht nutzen zu können.

**

In this training, we will explore various methods of approaching the floor. We will begin by focusing on principles that enhance the understanding of functionality, alignment, and volume within the body. Building on this foundation, we will delve into a series of more complex movement scenarios. The training allows space for questioning and listening, creates moments of instability, and challenges personal habits and

comfort zones. The body is approached as an instrument for learning, creating, and practicing dynamic and fluid movements, enabling us to play with gravity and the use of weight.

Ballett für zeitgenössische Tänzer*innen / ballet for comtemporary dancers
Mit/with Wencke Kriemer de Matos
Samstag, 4.1.2025, 10.00-11.30 Uhr / Saturday, Jan 4th 2025, 10.00-11.30 am

Das Training betont die funktionale Anwendung klassischer Technik, bei der Effizienz die Grundlage für Schönheit bildet – ohne künstliche Affektionen.
Ziel ist eine ganzheitliche Körpererfahrung: die Verbindung von Atem und Bewegung, das Wechselspiel aus Kontraktion und Expansion, Spannung und Entspannung sowie das harmonische Zusammenspiel von muskulärer und organischer Energie.
Der Körper wird anatomisch funktional von innen nach außen ausgerichtet, sodass die Muskeln mühelos und ohne Überbeanspruchung arbeiten können. Schwerpunkte sind:

- Aktivierte und artikulierte Füße als stabile Basis.
- Beweglichkeit in Gelenken, Weite im Becken und unteren Rücken.
- Eine agile, „atmende“ Wirbelsäule.
- Freiheit und Erdung in raumgreifenden Bewegungen, insbesondere in der Mitte.

Das Training schafft eine Balance zwischen Technik, Dynamik und geerdeter Leichtigkeit.
**
The training emphasizes the functional application of classical technique, where efficiency forms the foundation of beauty—free from artificial affectation.
The goal is a holistic body experience: the connection between breath and movement, the interplay of contraction and expansion, tension and relaxation, as well as the harmonious coordination of muscular and organic energy.
The body is anatomically and functionally aligned from the inside out, allowing the muscles to work effortlessly without overexertion. Key focus areas include:

- *Activated and articulated feet as a stable base.*
- *Mobility in the joints, openness in the pelvis, and lower back.*
- *An agile, "breathing" spine.*
- *Freedom and grounding in expansive movements, particularly in the center.*

The training creates a balance between technique, dynamics, and grounded lightness.

WORKSHOPS I

“Body Talk”
mit / with Wencke Kriemer de Matos
Freitag, 3.1.2025, 12.00-13.30 Uhr / Friday, Jan 3rd 2025, 12.00-1.30 pm

Der Workshop startet mit dem Erlernen choreografischen Bewegungsmaterials, das dann spielerisch zueinander ins Verhältnis gesetzt und in Duetten oder kleinen Gruppen weiterentwickelt wird. Im Fokus stehen im zweiten Teil adaptive und improvisatorische Reaktionen, die das Zusammenspiel von Struktur und Freiheit fördern und neue kreative Möglichkeiten eröffnen.
Durch Kontext, Subtext, Emotion, Nähe/Distanz, Dynamik, Rhythmus und Textur wird das Material verfeinert und zu einem lebendigen, nuancierten tänzerischen Dialog. Was erzählen unsere Körper? Was bringt sie zum Sprechen? Gemeinsam entdecken wir, wie Bewegung zur Sprache wird und Kommunikation schafft.
**
The workshop begins with learning choreographic movement material, which is then playfully related to one another and further developed in duets or small groups. The second part focuses on adaptive and improvisational responses that foster the interplay between structure and freedom, opening up new creative possibilities.
Through context, subtext, emotion, proximity/distance, dynamics, rhythm, and texture, the material is refined into a vibrant, nuanced dance dialogue. What do our bodies tell? What makes them speak? Together, we will explore how movement becomes language and creates communication.

„perceiving movement details – eine spielerische Annäherung an performative Werkzeuge“
mit / with Vera Sander
Freitag, 3.1.2025, 12.00-13.30 Uhr / Friday, Jan 3rd 2025, 12.00-1.30 pm

In diesem Workshop beschäftigen wir uns mit Bewegungsmaterial als dynamisches Ereignis. In gesetztem und nicht gesetzten Bewegungsmaterial testen wir Wahrnehmungsmodi, nähern uns performativen Qualitäten an und lassen der individuellen Entscheidungsfähigkeit Raum. Das Ziel ist es, Werkzeuge anzuwenden, die helfen, mehr Vertrauen in die eigene körperliche Praxis zu gewinnen, um eine spielerische, detaillierte und wache Haltung zu entwickeln.
**
In this workshop, we will explore movement material as a dynamic event. Through both set and improvised movement material, we will experiment with modes of perception, approach performative qualities, and allow space for individual decision-making. The goal is to apply tools that help build greater confidence in one's physical practice, fostering a playful, detailed, and attentive approach.

WORKSHOPS II

Baby, can´t you see I´m calling?
mit/with student Ada Sternberg, MA Tanzvermittlung/ mediation in dance
Freitag, 03.01.2025, 15.00-16.30 Uhr / Friday, Jan 3, 2025, 3.00-4.30 pm

Mit einem Augenzwinkern und ein wenig popkulturellem Glanz experimentieren wir in diesem Workshop mit der Verbindung von Tanz und Gesang. Wie beeinflusst unsere Bewegung unsere Stimme und unsere Stimme unsere Bewegung? Wie können Übungen aus der Stimmbildung durch eine körperliche Ebene ergänzt und erweitert werden? Und wie können wir dieses Zusammenspiel für unseren künstlerischen Ausdruck und Forschung nutzen? Gemeinsam werden wir nach Synergien, Inspirationen und Ideen suchen, aber auch einfach nach Spaß, Genuss und Leichtigkeit. Es braucht keinerlei Gesangserfahrung - wir tasten uns gemeinsam ran und kreieren einen safer//braver space - alle sind willkommen. Der Workshop wird auf Deutsch und Englisch geleitet. Bei Unsicherheiten oder Fragen wendet euch gerne vorab an Ada (sie/ihr) - adahsoe@riseup.net // @adahsoe ✨
**

With a wink and a bit of pop-cultural sparkle, we will experiment with the connection between dance and singing in this workshop. How does our movement influence our voice and our voice influence our movement? How can exercises from voice training be supported and expanded by a physical level? And how can we use this interplay for our artistic expression and research? Together we will look for synergies, inspiration and ideas, but also simply for fun, pleasure and ease. No singing experience is required - we will feel our way together and create a safer//braver space - everybody is welcome. The workshop will be held in German and English. If you have any uncertainties or questions, please contact Ada (she/her) in advance - adahsoe@riseup.net // @adahsoe ✨

Transformation in movement and words
mit/with students Laura Augsburg & Ido Grinberg, MA Tanzvermittlung/ mediation in dance
Freitag, 03.01.2025, 15.00-16.30 Uhr / Friday, Jan 3, 2025, 3.00-4.30 pm

Dieser Workshop bietet eine körperliche Reise auf spielerische und kreative Weise. Wir laden die Teilnehmer*innen ein, die Resonanz und Transformation von Bewegungen, Worten, Emotionen und Ideen sowie das kollaborative Schaffen zu erkunden. Dazu gehören Einzel- und Gruppenrecherchen, das Schreiben und die Arbeit an Kurzkompositionen. Bewegung und verbale Impulse werden initiiert, aufgenommen und in neue Formen und Qualitäten umgewandelt. Daraus werden wir kurze Performances und künstlerische Momente entwickeln, die die verschiedenen Ebenen der vorherigen Erkundung integrieren und die abstrakten Themen Resonanz und Transformation zum Leben erwecken.
**

This workshop offers a physical journey in a playful and creative way. We invite the participants to explore resonance and transformation of movements, words, emotions and ideas as well as collaborative creation. This includes individual and group research, writing and working on short compositions. Movement and verbal impulses are initiated, received and transformed into new forms and qualities. From that we will develop short performances and artistic moments that integrate the different levels of prior exploration and bring the abstract themes of resonance and transformation to life.

WORKSHOPS III

Mobility & Stability - Theme of Duality?
mit / with Berit Jentzsch
Samstag, 04.01.2025, 12.00-13.30 Uhr / Saturday, Jan 4, 2024, 12.00-1.30 pm

Themen der Dualität sind wichtige Bestandteile des Laban/Bartenieff-Bewegungssystems, durch die ein Verständnis sowohl auf der beobachteten als auch auf der erfahrenden Perspektive für Bewegungsphänomene entwickelt wird. In diesem Workshop konzentrieren wir uns auf die Themen: Mobilität und Stabilität. Das Bewegen und Erforschen in Dualitäten, beinhaltet nicht, dass es sich um eine „Entweder-oder" -Situation handelt. Vielmehr geht es um „sowohl als auch", aus einer nicht-dualen Perspektive heraus, bei der ein Aspekt, z. B. Mobilität, eher im Vordergrund der Erfahrung stehen kann und der andere, Stabilität, im Hintergrund. Dabei nutzen wir ausgewählte bony landmarks – knöcherne Strukturen und Muskeln der Bartenieff Fundamentals als Input und Ausgangspunkt, um von dort aus in geführte Bewegungserkundungen in der Gruppe und alleine überzuleiten. Dabei nutzen wir das gewonnene und geschärfte Bewusstsein, um die Entfaltung neuer Empfindungen, die Entwicklung einer größeren Klarheit und die Entdeckung unerwarteter Qualitäten zu ermöglichen. Der Workshop schafft Situationen, in denen das Konkrete auf das Poetische trifft - in denen die Welten der Empfindung und der Vorstellungskraft sich verflechten und sich in Bewegungsfreude, Exploration und Beziehungen ihren tanzkünstlerischen Ausdruck finden.

**

Themes of Duality are important parts of the Laban/Bartenieff Movement System through which to organize an understanding of movement phenomena both observed and experienced. In this workshop we will focus on the Themes of Duality: Mobility & Stability. Moving and exploring these dualities does not mean it's an 'either or' situation. Rather, it's 'both and' in a non-dual perspective where one aspect for example, mobility, may be more in the foreground of experience, and the other, stability, in background. We will use selected bony landmarks and specific muscles of the Bartenieff Fundamentals as a starting point and move on to guided individual and group movement explorations. Using the awareness gained and heightened to enable the unfolding of new sensations, the development of greater clearness and the discovery of unexpected qualities. The workshop will create situations where the concrete meets the poetic - where the spheres of sensation and imagination meet and intertwine as well as the joy of moving, discovering and connecting emerge.

Workshop Tanz & Theorie
Mit / with Yvonne Hardt
Samstag, 4.1.2025, 12.00-13.30 Uhr / Saturday. Jan 4th 2025, 12.00-1.30 pm

Tanzwissenschaft am ZZT vertritt viele Perspektiven. Einerseits ist sie dicht an der Praxis, möchte dazu anregen aufzuzeigen, wie im Tanzen, Choreographieren, Vermitteln von Bewegung schon immer Theorien mitarbeiten. Anderseits möchten wir durch die Auseinandersetzung mit Tanzwissenschaft auch neue Perspektiven auf die eigene Praxis ermöglichen.

Das tanzwissenschaftliche Labor möchte Euch daher in Bewegung, Beobachtung und Diskussion einen Vorgeschmack auf den Reichtum des Forschens mit, zu, durch Tanz am ZZT geben. Dabei spielen wir mit Verflechtungen von ‚Theorie' und ‚Praxis'.
Ob Sicherheitschoreographien an Flughafen-Terminals, die Aktionen der Letzten Generation oder Praktiken wie Rave - die Begriffe „Tanz", „Choreografie" und "Bewegung" sind nicht nur zentral für die Tanzwissenschaft. Sie sind in/an unzähligen Tätigkeiten, Orten und Prozessen in der Gesellschaft wirksam. Tanz erforschen, ist deshalb immer eine interdisziplinäre Arbeit, die viele andere Forschungsfelder berührt - wie Architektur, Soziologie, Design, Anthropologie oder Medienwissenschaft.

Was also erforscht Tanzwissenschaft? Was meinen wir, wenn wir vom Tanz sprechen – ein Kunstprodukt, einen kulturellen Kontext, ein Körperkonzept, eine Realität von Lohnarbeit? Welche Materialien bleiben von Tänzen? Und wie bleiben wir sensibel für die Ein- und Ausschlüsse der Kanons an Gegenständen und

Methoden, die Kunst und Wissenschaft immer mit hervorbringen?
**

Dance Studies at ZZT encompasses a wide range of perspectives. On one hand, it is closely tied to practice, aiming to reveal how theories have always been intertwined with dancing, choreographing, and teaching movement. On the other hand, engaging with Dance Studies seeks to provide new perspectives on one's own practice.

The Dance Studies Lab invites you to explore the richness of researching with, about, and through dance at ZZT, through movement, observation, and discussion. Here, we play with the interconnections between "theory" and "practice." Whether it's security choreographies at airport terminals, the actions of the Last Generation, or practices like raving—terms like "dance," "choreography," and "movement" are not only central to Dance Studies but also resonate across countless activities, spaces, and processes in society. Researching dance is, therefore, always an interdisciplinary endeavor that connects with fields like architecture, sociology, design, anthropology, and media studies.

So, what does Dance Studies research? What do we mean when we talk about dance—is it an artistic product, a cultural context, a concept of the body, or a reality of wage labor? What materials remain from dances? And how do we remain sensitive to the inclusions and exclusions of the canons of objects and methods that art and science inevitably produce?

Stand 10.12.2024 - Programmänderungen vorbehalten.

As of December 10, 2024 - Program subject to change.