

# DANSA



Professora: Linn Johansson

## DANSA CONTEMPORÀNIA. TREBALL CORPORAL

Entrenament com reflexió física: com utilitzar l'espai en el cos, i el cos en l'espai. Exercicis i jocs per a desenvolupar un cos accessible, enfortint la musculatura, treballant la flexibilitat, l'ús del centre, l'equilibri / eix, la coordinació i la consciència del registre físic.

## OBJECTIUS

- Augmentar l'auto consciència del propi cos, i de la auto-imatge.
- Enfortir i treballar la flexibilitat del cos i la ment.
- Gaudir i divertir-se ballant.

## METODOLOGIA

- Entrenament tant individual, en parella, en petit i gran grup.
- Exercicis on es parteix de pautes emocionals, físiques, espacials, etc. tot investigant les possibilitats de cada persona.
- Trobarem el centre i el treballarem com a motor. Treballarem la columna, l'espai, la imaginació i les possibilitats diferents d'expressió corporal. i les diferents maneres d'usar la mirada.
- Observarem i serem observats, com a recurs per prendre consciència de com som, com ens creiem, que desitgem i que no...
- Les classes es componen per un escalfament amb els exercicis descrits i després, es faran treballs d'improvisació.

## BREU CURRÍCULUM DE LA PROFESSORA

Linn Johansson es dedica a la dansa, la performance i la pedagogia del moviment. Formada a Suècia, París i Nova York. Ha donat i ha rebut classes i intensius de dansa i expressió corporal durant els últims deu anys a Espanya. Treballa actualment com a intèrpret-ballerina, i regularment ofereix tallers de dansa. Ha iniciat i dut a terme un espai cultural a Barcelona.