



Seeds / sprouting Growing Blooming

Tanz & Axis Syllabus
Workshop Serie
mit Livia Kern

Somatisches Forschen

Tauche ein in eine Reise durch Bewegung, Wissen und Natur. Erforsche dein Bewegungspotenzial in einer spielerischen und gemeinschaftlichen Umgebung. Jede Workshop-Einheit verbindet Tanz, Contact-Improvisation, somatische Erkenntnisse und kreative Improvisation.

Axis Syllabus

Mit Axis Syllabus erforscht ein internationales Netzwerk von Künstler:innen, Therapeut:innen, Wissenschaftler:innen und Bewegungsexpert:innen die Verbindung von Bewegung, Anatomie, Physik und Tanz. Ziel ist es, Körpervoraussetzungen zu respektieren und Bewegungsmuster zu optimieren.

TANZ | SPIEL | FORSCHEN | SOMATICS

Seeds

14-16 Februar

Wir erkunden die untere Raumebene, um Körper und Geist auf die Schwerkraft vorzubereiten. Dabei rollen, stoßen, sinken, schieben und schweben wir, entdecken flexible Körperflächen und lernen „Rampen“ kennen, die uns in und aus dem Boden helfen.

Regenerierende Momente stärken das Nervensystem, während wir Bewegungsspielräume analysieren und improvisieren.

21-23 März

Sprouting

Um das Keimen menschlicher Bewegung zu erforschen, nutzen wir die wellenförmige, triaxiale Dynamik der Wirbelsäule.

Diese Bewegungen bauen Stress ab, erzeugen kinetische Energie und wecken schlummerndes Potenzial.

Mit Schwung und Freude fliegen unsere Bewegungen schließlich wie Planeten durchs Studio.

Growing

Asymmetrische, verdrehte Dreiecke in Natur und Körper spiegeln sich in unseren Bewegungen wider. Mit dem elastischen Potenzial der Faszien erforschen wir polyaxiale Dynamik für mehr Leichtigkeit und Multidimensionalität im Tanz. Bei gutem Wetter verbinden wir die wachsende Körperintelligenz mit der Natur für genussvolle, dynamische Experimente.

23-25 Mai

6-8 Juni

Blooming

Wie eine Sonnenblume wachsen wir himmelwärts und entfalten uns. Wir erforschen spiralförmige Bewegungen, finden Unterstützung im Raum und nutzen Armenergie für Balance. Inspiriert von der Natur erweitern wir unsere Bewegungsvielfalt, vertrauen dem Moment und lassen Kreativität und Tanz erblühen.

Wann und wo

Ort: TanzRaum im Warteck, Basel

Zeiten: Fr 18-20:30 Uhr | Sa & So 10-16 Uhr

Offen für alle Levels – Teilnahme an Einzel- oder allen Workshops möglich!

Kontakt & Anmeldung: axis.syllabus.basel@proton.me

**Weitere Infos und
Anmeldung unter
liviakern.ch/agenda**

