

Nouveau à Bienne/Neu in Biel :

## Contact Improvisation

*Cours hebdomadaire*  
Wöchentlicher Kurs

Chers amis, danseurs, connaissances, futurs danseurs de Bienne et environs  
Liebe Freunde, Tänzer, Bekannte, zukünftige Tänzer in Biel und Umgebung

*Quand/Wann*

Les jeudis soirs de 19.45h à 21.15

Donnerstag Abend von 19.45h bis 21.15

*Lieu/Ort*

Move, Juravorstadt 11, 2502 Biel

<https://www.movebody.ch/>

*Prix/Preis*

A la carte/ Einzelstunde : 30.- CHF

Abonnement (11x) jusqu'à Noël/Abo (11x) bis Weihnachten : 275.-

(Vous pouvez venir 2 fois à la carte et après vous décider de prendre l'abonnement)

(Nach 2 Einzelstunden könnt Ihr Euch für das Abo entscheiden)

*Avec/Mit*

Ilona Siwek, Rhythmikerin, Tanz- und Theaterschaffende

Maren Henein, Osteopathin, Physiotherapeutin, CI-Lehrerin seit 15 Jahren ([marenhenein.ch](http://marenhenein.ch))

*Mais c'est quoi le Contact Impro ?*

Le contact-improvisation (CI) est une pratique dansée où deux partenaires au moins jouent en contact physique: glissades, roulades, portés, sauts, etc. Les danseurs improvisent avec la gravité, le sol, l'espace, la vitesse et éventuellement la musique pour créer un dialogue de mouvement spontané et unique.

On y trouve des éléments de ressemblances avec des disciplines comme la danse contemporaine, l'acrobatie, l'aikido ou le yoga.

*Was ist denn überhaupt Contactimprovisation ?*

In der Contactimprovisation (CI) tanzen zwei oder mehrere Partner miteinander und spielen mit ihren Kontaktflächen : gleiten , rollen, heben, springen, usw. Die Tänzer improvisieren mit der Schwerkraft, dem Boden, Raum, Tempo und eventuell mit Musik und kreieren so einen spontanen und einzigartigen Bewegungsdialog.

Es finden sich darin Elemente aus dem zeitgenössischen Tanz, Akrobatik, Aikido und Yoga.

Le cours s'adresse autant aux débutants qu'aux expérimentés.

Der Kurs richtet sich sowohl an Anfänger als auch an Erfahrene.

*Questions/Fragen :*

Ilona (siwekilona@gmail.com, 077 415 15 89)

Maren ([info@marenhenein.ch](mailto:info@marenhenein.ch), 079 8147388)

*Inscription/Anmeldung :*

[info@marenhenein.ch](mailto:info@marenhenein.ch)

On se réjouit de vous accueillir dans la belle salle du MOVE à Bienne !

Wir freuen uns, mit euch zu tanzen im tollen Saal des MOVE in Biel !

Ilona und Maren