

だれでもできる インプロヴィゼーション・ダンス

インプロヴィゼーション（即興表現）、コンテンポラリーダンスの分野で活動するアーティストが、誰でもできる、独自のダンスのメソッドをお伝えします。身体を動かす中で感性をひらき、その瞬間を表現します。考え方を重視しており、昨今注目されている「マインドフルネス」にもつながります。



2021年
1月15日

第1回：「今」に集中して空間を味わう

身体をほぐす体操で感覚をひらき、普段とは違う身体の状態をつくります。
即興表現の基本となる「今」「この空間」を見つめ、見たものを言葉にし、そのイメージにあわせて動きます。

1月29日

第2回：音楽にのせて「今」を楽しむ

音楽を聴きながら揺れてみたり、身体を自由に動かします。自然とダンスができあがる過程を体感します。

2月12日

第3回：「今」のモヤモヤを表現

日頃のモヤモヤ（心配事）を言葉にすることで、客観視します。
言葉からダンスをつくり、モヤモヤも味わうことで、新しい視点を模索します。

全3回 いずれも金曜日 19:00～20:40 会場：九段生涯学習館

講師：たくみちゃん（アーティスト）



分断のない世界をつくりたい。その過程で生まれた独自のインプロヴィゼーションメソッドを用いて、コンテンポラリーダンス、美術、演劇などの分野を横断しながら活動している。近年の出演・発表に【豊岡演劇祭フリンジプログラム】兵庫県豊岡市竹野浜【ダンス作戦会議 NO HATE!! 集会】三鷹 SCOOLOPEN 20th Beihai City, 中国【R2_monumentED】フィリピン各地 など。近年はワークショップの活動も積極的に行う。横浜ダンスコレクション 2016 審査員賞（共作のデュオ作品）。SICF19 PLAY 中村茜賞。東京藝術大学大学院美術研究科 先端芸術表現専攻修了。

対象：18歳以上の方（高校生を除く）

定員：15名（先着順/定員に達した場合は締め切ります）

参加費：1,000円（全3回分）

申込み：2021年1月14日（木）17時までに電話、FAX、またはHPより九段生涯学習館へ ※先着順/定員に達した場合は締め切ります（FAXの場合…講座タイトル/氏名（ふりがな）/郵便番号・住所/電話番号/年齢/在勤・在学の方は勤務先・学校名を記載）

その他注意事項：◆参加時はマスクの着用など、新型コロナウイルス感染症防止対策にご協力をお願いします。当館ではアルコール消毒など用意し、安全に講座を開催できるよう対策しております。◆天候や交通機関の運行状況およびその他の事情により、講座が中止、変更になる場合がございます。予めご了承ください。◆ご本人さま以外の参加はお断りいたします。◆お子さまの同伴はご遠慮いただいております。◆お伺いした個人情報は、当講座運営のための目的以外には使用いたしません。◆講座参加者は保険に加入させていただきます。

人材バンク活用講座とは：人材バンク登録者が企画した講座を実施し、人材の育成を図るとともに、サークル結成など自発的な学習活動につなげる講座

主催・問合せ先：

千代田区立
九段生涯学習館
こころを育み 明日へつなぐ

〒102-0074 千代田区九段南 1-5-10

電話番号 03-3234-2841

FAX 03-3262-7460 HP <https://www.kudan-ll.info/>

