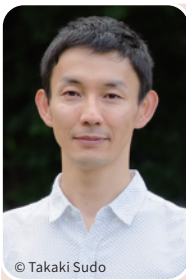


Alexander Technique (石坪) では身体感覚を目覚めさせることを目指し、ペアワークのための一人練習 (森川) では深いコミュニケーションにつながる準備のワークを行います。初めての方も、CIに慣れてきた方も、Performance活動をしている方も、じっくり集中の3日間で新発見を!



© Takaki Sudo

ペアワークのための一人練習 クラス

森川 弘和 *Hirokazu Morikawa*

22歳で渡仏し、マイムとサーカスを学ぶ。帰国後、京都を拠点に活動するダンスカンパニーMonochrome Circusに所属。2007年よりフリーランスとなる。自ら振付け/出演する舞台作品を発表する他、国内外のダンスカンパニーに招聘され様々なプロジェクトにダンサーとして関わる。動物的な動きと抜群のボディバランスを生かした動き、スティックな挑戦心とユーモアを併せ持ったパフォーマンスに特徴がある。真摯に体に向き合いそれを楽しむことをライフワークとし、講師としても活動する。主にフロアワークとコンタクト・インプロヴィゼーションを用いて、体の面白さや可能性を探究するクラス、WSを手がけている。

コンタクト・インプロヴィゼーションのクラスでは、まず「相手との間に起こる物理的な作用」に着目します。これは今何が起きているかを察知する能力とそれに対応する体についての練習とも言えます。次に着目するのは「明確な意志」。判断をし、はっきりとしたアプローチができることを大切にします。これらはより深いコミュニケーションを取るための準備です。まずは冷静に自分と向き合うことが必要です、自身を高めてペアワークへとつなげていきましょう。



Alexander Technique クラス

石坪 佐季子 *Sakiko Ishitsubo*

1994年にアメリカ、フィラデルフィアのアレクサンダーライアンスを卒業。また、ニューヨークブルックリン、ロングアイランド大学では健康科学理学療法士科修士課程を修了した。アレクサンダーテクニックをライフワークとして、日本、アメリカ、カナダ、ドイツ、韓国でダンス、音楽、演劇、スポーツ、武術などあらゆる分野でのパフォーマンス向上、痛みの予防や軽減、メンタルサポートなどアレクサンダーテクニックを通じて幅広く指導している。彼女はワークの中で、その人が生まれ持った心身の英知をコーディネーションとムーブメントを通じて体感すること、それぞれが持つ可能性をその人自らが発見し実践に向かう「共育」を大切に、ハンズオンワークと言葉のガイドで実践に活かせる内容を手掛けている。現在は東京を拠点に個人レッスンやワークショップを行うだけでなく、教師養成スクール、アレクサンダーテクニック東京スクールのディレクターとして指導している。



ACCESS 会場：国立オリンピックセンター

小田急線
「参宮橋駅」より徒歩約7分

東京メトロ・千代田線
「代々木公園駅4番出口」より徒歩約10分

京王バス
JR新宿駅(西口-16番)または JR渋谷駅(西口-40番)より乗車
いずれも「代々木5丁目(1)」で下車

身体と動きの探求 クラス C.I.N.N.

C.I.N.N.メンバーによるクラスです。毎回、担当者入れ替わりで、「移動」「軸と中心」「リーチ」などテーマを定めて身体感覚を探求しながら即興的に動いてゆくワークを紹介します。後半は、パフォーマンスにつながる構成のある即興に挑戦します。担当者名とクラス内容の詳細はwebでご確認ください

プログラム・スケジュール			
日時	5月3日(火・祝)	5月4日(水・祝)	5月5日(木・祝)
会場	中練習室 43	中練習室 43	中練習室 42
8:40~	受付開始・オープンサークル		
9:00~11:00	Alexander Technique ①	Alexander Technique ②	ペアワークのための1人練習 ②
11:15~13:15	C.I.N.N. 身体と動きの探求 ①	ペアワークのための1人練習 ①	C.I.N.N. 身体と動きの探求 ④
14:30~16:30	C.I.N.N. 身体と動きの探求 ②	C.I.N.N. 身体と動きの探求 ③	14:30~ JAM 16:15~16:45 クロージングサークル

フェスティバル参加費 (傷害保険料込み、ただしJAMは保険対象外)	
通し参加	
A 一般 (全クラス+JAM)	17,000円
B 学生 (全クラス+JAM)	13,000円
ビジター参加	
C 一般 (各クラス)	2,500円/1クラス
D 学生 (各クラス)	2,000円/1クラス
E JAM	1,000円

お申し込み方法

【申込期間】
4月4日(月)~4月27日(水)

メールにて下記事項を明記の上、お申し込みください。

氏名 住所 電話番号 参加クラス (左記 A~E のいずれか)
 受講料振込方法 (銀行振込と郵便振替のみ対応)

※申込メールを受領後、申込受付確認メールを返信致しますので、内容確認の上受講料をお振込ください。
※4月27日以降のキャンセルについてはいかなる理由であっても返金はできません。

お申し込み・お問い合わせ先「C.I.N.N. 高橋」(シー.アイ.エヌ.エヌ)

Tel: 090-9208-6236
Mail: info@contactimprov-nn.com
URL: https://contactimprov-nn.com