



פיוז'ן השתלמות במחול - Fusion Dance Course

מנחה: אביטל עדן M. Dance 0507817260 avital_s8@hotmail.com

מיקום: ראש צורים (הקורס יופעל בהתאם להנחיות משרד הבריאות ויופעל אונליין על פי הצורך)

ימי ראשון 10:00-12:30, 18 באוקטובר- 20 בדצמבר 2020

עשרה מפגשים, 15 דק הפסקה בכל מפגש

היקף שעות הקורס 30 ש"ש

עלות: 1000 ש"ח

הקורס מתאים לבעלות רקע מוכח במחול/ תיאטרון/ ספורט

תוכן הקורס: הכרות הרקדנית שבי-בלט, מודרני, עכשווי וריקוד אורבני, היכולות והטכניקה הנכונות לי. כלים מונגשים ליצירה מהירה וריקוד עם חותם אישי.

תכנית הקורס לפי מפגשים

1. ההכנה של הגוף לריקוד ושמירה על כושר. העמידות השונות של בלט והתרומה שלהן לבניית הטכניקה של הגוף הרוקד. מה בין הגוף הרוקד למרחב.
2. טכניקת הבלט אל מול האותנטיות של התנועה, איפה זה פוגש את הגוף שלי.
3. מחול מודרני ועכשווי: התנסות בתרגילי מחול על פי השיטות השונות. מה נכון לי?
4. Urban Dance, מה זה בכלל? המעגל בריקודי רחוב ככלי לצמיחה אישית במחול.
5. עבודת טכניקה נכונה למניעת פציעות ולריקוד לטווח הרחוק. השלד - המפתח האישי לתנועה.
6. איזה ריקוד מעניין אותי ליצור ואיך אני יכולה ליצור אותו. בניית ריקוד אישי.
7. יצירה במחול ושילוב טכניקות מחול. המשך בניית ריקוד אישי.
8. שימוש בצילום במחול. מה בין ריקוד לקהל? המשך בניית ריקוד אישי.
9. מה בין ריקוד לכיף וריקוד כמקצוע. בחירת קטעים מתוך הריקוד האישי ללימוד קבוצתי
10. התנסות במופע, צפייה בריקודים אישיים. סיכום.

בסיום הקורס יינתן אישור השתתפות רשמי לפי נוכחות מלאה ועמידה ביעדי הקורס