.....und dann habe ich begonnen zu staunen
ob Film ein Weg wäre
um gemalte Bilder zu bewegen.

David Lynch

tanz und improvisation 1. **halber Tag 2026 in der Tanzwerkstatt, ZH**

In der Improvisation gestalte ich den Augenblick und begegne dem Moment mit dem was ich hineingebe und erhalte. Wir üben uns im Hören, im Aufmerksam sein und lassen uns von den Bewegungsimpulsen leiten. Diese erleben wir in einem neuen Raum und geniessen den Bewegungsfluss, der sich zeigt. Neugierig und offen schauen wir was passiert, experimentieren damit und lassen uns von den Überraschungen tragen. Neue Bewegungen im Hier und Jetzt zu entdecken und zu geniessen, macht mich freier in dieser Welt zu sein.
Und was mir wichtig ist: **„Tanzen ist nicht sich perfekt bewegen zu wollen, tanzen heisst der inneren Bewegung einer Idee zu lauschen und diese zu zeigen."**

Dazu nehme ich Material aus dem zeitgenössischen Tanz, Gaga, Contact Improvisation, Instant Composition, Authentic Movement und meine langjährige Erfahrung als Tänzer und Performer.
Der Kurs richtet sich an alle die Lust auf Tanz, Bewegung und Ausdruck haben, Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Ort: Raum, Tanzwerkstatt, Magnusstrasse 3 , 8004 Zürich, 17 Minuten zu Fuss vom HB Ausgang Sihlpost oder Bus 31 bis Haltestelle Zürich, Bäckeranlage
Datum: **Sa. 30. Mai26 um 11 – 16 h** und eine Pause so in der Mitte

Kosten: Fr. 150.- / auf PC CH17 0900 0000 3186 6045 7 mit e-banking oder bar zu zahlen.
Für weniger Verdienende, Start bei 120.- oder nach Absprache.

Teilnehmer*innen: min. 5 – max. 8 Personen

In der letzten Stunde um ca 14:45 -15:45 gibt es Improvisationen unterstützt wenn möglich mit Livemusik, Bassklarinette von Andri Steiner, GR.

Andreas C. Meier unterrichtet seit Jahren Tanz, Bewegung und Kunsttherapie (langjährige Erfahrung als Dozent bei inartes ZH und an der EGS/AHS, Saas Fee). Tänzer in Bereichen Tanztheater und Performance. Contactimprovisation, zeitgenössischem Tanz, Instant Composition gehören zu den Erfahrungen, Mitglied von räumlich.kollektiv. Auch die Arbeit als Körpertherapeut mit Qigong, Yoga, Meditation und life art process nach Anna Halprin. Lehrer*innen wie Nancy Stark Smith, Lilo Stahl und Urs Leimgruber waren wichtig.

Anmeldung: Die Anmeldung ist verbindlich. Bei Nichtteilnahme am Kurs wird das Kursgeld trotzdem eingefordert, falls keine Ersatzteilnehmer:in gefunden wird. Anmelden per Mail bis 12.05.26 vor Kurs an A. Meier Einsiedlerstr.6 8820 Wädenswil, and.me@sunrise.ch
Tel. 076 490 15 10