



**Magiczny
Kraków**

Warsztaty Gaga z Adi Weinberg-Prejna

2019-05-31

Zapraszamy do udziału w warsztatach Gaga, prowadzonych przez certyfikowaną nauczycielkę Gaga - Adi Weinberg-Prejna w Nowohuckim Centrum Kultury. Zajęcia będą prowadzone w języku angielskim.

15 czerwca, sala A 206 NCK:

15.00-16.00 Gaga / people,

16.15-17.30 Gaga / dancers

16 czerwca, sala A 206 NCK:

11:00-12:00 Gaga / people,

12:15-13:30 Gaga / dancers

Zajęcia Gaga / people są otwarte dla osób powyżej 16. roku życia, niezależnie od doświadczenia tanecznego czy ruchowego, natomiast zajęcia Gaga / dancers kierowane są do tancerzy na poziomie średnio zaawansowanym i zaawansowanym, powyżej 16 roku życia.

Udział w zajęciach bezpłatny. Zapisy pod adresem: KCC@NCK.KRAKOW.PL

Ilość miejsc jest ograniczona.

UWAGA! Prosimy o przybycie co najmniej 15 minut przed rozpoczęciem lekcji.

Gaga jest językiem ruchowym opracowywanym przez wiele lat przez Ohada Naharina i stosowanym w codziennym treningu i praktyce tanecznej Batsheva Dance Company. Język Gaga jest nieustannie rozwijany i pogłębiany, opiera się na przekonaniu, że ruch ma leczącą, dynamiczną i nieustannie zmieniającą się moc.

Gaga jest nowym sposobem zdobywania wiedzy i samoświadomości przez ciało. Oferuje sposób odkrywania i wzmacniania ciała oraz zwiększania elastyczności, pewności siebie i zakresów ruchu, jednocześnie uwalniając zmysły i wyobraźnię. Gaga podnosi świadomość własnych fizycznych słabości, przebudza odrętwiałe obszary ciała, obnaża fizyczne zafiksowania i oferuje sposoby ich eliminacji.

Praca ta wzmacnia instynktowny ruch i łączy ruch świadomy z nieświadomym, i pozwala na doświadczanie swobody i przyjemności w prosty sposób, w przyjemnej przestrzeni, w wygodnym ubraniu, przy muzyce, każdy w indywidualnym ruchu z innymi.

Więcej informacji: <http://gagapeople.com/en/>