

**KEEP DANCING**

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΠΟ ΤΟ  
ΔΙΕΘΝΕΣ ΦΕΣΤΙΒΑΛ ΧΟΡΟΥ ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ  
ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΜΑΘΗΤΕΣ

Το Διεθνές Φεστιβάλ Χορού Καλαμάτας, δίνοντας προτεραιότητα στην εκπαίδευση των μαθητών της πόλης και της ευρύτερης περιοχής και διευρύνοντας τις δράσεις του κατά τη διάρκεια του έτους, εγκαινιάζει για την περίοδο 2018-2019 το εκπαιδευτικό πρόγραμμα Keep Dancing. Το πρόγραμμα διοργανώνεται σε συνεργασία με τη Δημοτική Σχολή Χορού Καλαμάτας και περιλαμβάνει τη διεξαγωγή σεμιναρίων σύγχρονου χορού για μαθητές Γυμνασίου και Λυκείου, με καταξιωμένους καθηγητές χορού από την Ελλάδα και το εξωτερικό.

Σκοπός του προγράμματος είναι η καθιέρωση των εκπαιδευτικών σεμιναρίων από προσκεκλημένους καθηγητές, η εξασφάλιση υψηλής ποιότητας εκπαιδευτικού περιεχομένου, η τροφοδότηση των μαθητών με σημαντικά ερεθίσματα καθώς και η υποστήριξη των ταλέντων της πόλης και της ευρύτερης περιοχής.

Το πρόγραμμα σεμιναρίων μέχρι και τον Ιούνιο 2019 είναι το εξής:

**26 → 27 Ιανουαρίου 2019**

Ιωάννα Παρασκευοπούλου /  
Σύγχρονος χορός και δυναμικές της κίνησης

**23 → 24 Φεβρουαρίου 2019**

Έμυ Κορφιά /  
Το μπαλέτο και οι δυνατότητες της μηχανικής του σώματος

**2 → 3 Μαρτίου 2019**

Πλωτίνος Ηλιάδης / *Speed the Spiral*

**18 → 19 Μαΐου 2019**

Άντι Τζούμα / Σύγχρονος χορός και ρυθμός

**1 → 2 Ιουνίου 2019**

Αντώνης Στρούζας / *Μάθημα σύγχρονου χορού*

**Ώρες μαθημάτων**

Σάββατο 17:00-20:00 | Κυριακή 10:00-13:00

**Χώρος μαθημάτων**

Στούντιο Μεγάρου Χορού Καλαμάτας

**Πληροφορίες/εγγραφές:**

Δημοτική Σχολή Χορού Καλαμάτας  
Παν. Καίσαρη 6 - 24133, Καλαμάτα  
τηλ. 2721083086 - 90886  
(καθημερινά 16:00-20:00)  
dance@kalamatafaris.gr

Το κόστος κάθε σεμιναρίου ανέρχεται στα 15 ευρώ.  
Με την πλήρη παρακολούθηση του προγράμματος  
δίνεται πιστοποιητικό στους συμμετέχοντες.

**KEEP  
DANCING**

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΠΟ ΤΟ  
ΔΙΕΘΝΕΣ ΦΕΣΤΙΒΑΛ ΧΟΡΟΥ ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ  
ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΜΑΘΗΤΕΣ

Πρόγραμμα σεμιναρίων

**26 → 27 Ιανουαρίου 2019**

Ιωάννα Παρασκευοπούλου  
Σύγχρονος χορός και  
δυναμικές της κίνησης

**23 → 24 Φεβρουαρίου 2019**

Έμυ Κορφιά  
Το μπαλέτο και οι δυνατότητες  
της μηχανικής του σώματος

**2 → 3 Μαρτίου 2019**

Πλωτίνος Ηλιάδης  
*Speed the Spiral*

**18 → 19 Μαΐου 2019**

Άντι Τζούμα  
Σύγχρονος χορός και ρυθμός

**1 → 2 Ιουνίου 2019**

Αντώνης Στρούζας  
*Μάθημα σύγχρονου χορού*

ΔΗΜΟΤΙΚΗ  
ΣΧΟΛΗ  
ΧΟΡΟΥ  
ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ  
Y

26 → 27 Ιανουαρίου 2019

**ΙΩΑΝΝΑ ΠΑΡΑΣΚΕΥΟΠΟΥΛΟΥ**  
*ΣΥΓΧΡΟΝΟΣ ΧΟΡΟΣ ΚΑΙ*  
*ΔΥΝΑΜΙΚΕΣ ΤΗΣ ΚΙΝΗΣΗΣ*



Στο σεμινάριο αυτό θα δοκιμάσουμε να κατανοήσουμε συγκεκριμένα κινητικά μοτίβα εστιάζοντας στο μηχανισμό και στη διαδοχικότητα της κίνησης, στις μεταβάσεις και τις δυναμικές, ώστε αυτό που δοκιμάζουμε να αποκτήσει μια καθαρή προσωπική κινητική γραφή. Θα ξεκινάμε πάντα με ζέσταμα μέσω αυτοσχεδιασμού και θα εργαστούμε σε μια κινητική φράση. Στόχος μας η κατανόηση της λεπτομέρειας, η αβίαστη κίνηση στο χώρο, η ανάπτυξη ταχύτητας και η αντοχή.

Η Ιωάννα Παρασκευοπούλου μεγάλωσε στην Καλαμάτα. Είναι απόφοιτος της Κρατικής Σχολής Ορχηστρικής Τέχνης. Έχει συνεργαστεί ως χορεύτρια με τους Χρήστο Παπαδόπουλο, Ίρις Καραγιάν, Δημήτρη Παπαϊωάννου, Πατρίσια Απέρη, Αντώνη Φωνιαδάκη, Alexandra Waierstall, Τζένη Αργυρίου, Μαρία Κολιοπούλου, Χάρη Κούσιο, Αρτεμη Λαμπίρη, τις ομάδες default, sinequanon, κι όμως κινείται κ.ά., δίνοντας παραστάσεις σε Ελλάδα και εξωτερικό. Έχει διδάξει χορό στη Σχολή Χορού της Δ.Ε.Π.Α. Καλαμάτας, στην Κρατική Σχολή Ορχηστρικής Τέχνης, στη Σχολή Χορού "Ραλλού Μάνου", στην Επαγγελματική Σχολή Χορού "Χάρη Μανταφούνη" και στο ΧοροΧρόνο, ενώ έχει δώσει σεμινάρια στο πλαίσιο των εκπαιδευτικών προγραμμάτων της Στέγης του Ιδρύματος Ωνάση για άτομα άνω των 65 ετών και για άτομα με προβλήματα όρασης.

23 → 24 Φεβρουαρίου 2019

**ΕΜΥ ΚΟΡΦΙΑ**  
*ΤΟ ΜΠΑΛΕΤΟ ΚΑΙ ΟΙ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ*  
*ΤΗΣ ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ*



Σε αυτό το διήμερο σεμινάριο θα προσπαθήσουμε να αποκωδικοποιούμε τις βασικές αρχές του μπαλέτου. Μέσα από τις ασκήσεις και τη δομή του μαθήματος θα προσεγγίσουμε από μια άλλη οπτική τη μηχανική του σώματος. Κρατώντας απόσταση από την αυστηρή αναζήτηση του ακριβούς αποτελέσματος θα επικεντρωθούμε στον τρόπο μελέτης και στα οφέλη που προσφέρει το μπαλέτο στους σπουδαστές χορού οποιουδήποτε είδους. Θα αναλύσουμε τη φόρμα και το τι προσφέρει στο σύγχρονο κόσμο αυτή η κλασική απόλυτη τεχνική.

Η Έμυ Κορφιά γεννήθηκε στην Αθήνα. Σπούδασε στην Κρατική Σχολή Ορχηστρικής Τέχνης και στην Κρατική Ακαδημία Χορού της Βουδαπέστης. Αμέσως μετά την αποφοίτησή της ξεκίνησε να χορεύει με το Μπαλέτο του Εθνικού Θεάτρου της Ουγγαρίας και σύντομα έγινε πρώτη χορεύτρια. Στην Ελλάδα έχει ιδρύσει την ομάδα σύγχρονου χορού X-Art και έχει συνεργαστεί με το Εθνικό Θέατρο, την Εθνική Λυρική Σκηνή, το Χοροθέατρο Ναυσικά, το Αέναο χοροθέατρο κ.ά. Από το 1996 διδάσκει μπαλέτο για επαγγελματίες και δίνει σεμινάρια σε συνεργασία με ομάδες και σχολές της Ελλάδας και του εξωτερικού όπως τους Divisions, DV8, το Κέντρο Χορού Λεμεσού, το Danish Dance Theater κ.ά. Επίσης διδάσκει στην Ανώτερη Σχολή Χορού Νίκη Κονταξάκη και στο DAN.C.E.

2 → 3 Μαρτίου 2019

**ΠΛΩΤΙΝΟΣ ΗΛΙΑΔΗΣ**  
*"SPEED THE SPIRAL"*



Το μάθημα αντιμετωπίζει το σώμα ως το τέλειο εργαλείο, βάζοντάς το στη διαδικασία να πειθαρχεί και να ενεργοποιεί στα βέλτιστα το νευρομυϊκό σύστημα. Μέσα από χορευτικούς συνδυασμούς με έντονο το στοιχείο της ροής (flow), διερευνάται η σωστή διαχείριση του σώματος και η συνεχής εξέλιξη της τεχνικής. Οι πέντε βασικοί πυλώνες που δουλεύουμε στο μάθημα είναι: η ροή, οι γρήγορες εναλλαγές ταχύτητας, οι μεταφορές βάρους και επιπέδων, εναλλαγές δυναμικών και χρήση των άνω άκρων σε τρισδιάστατη κίνηση. Κύριος πρωταγωνιστής είναι το spiral που ρέει συνεχώς στο σώμα και στις αρθρώσεις έτσι ώστε η ροή να μας μεταφέρει από το ένα σημείο του χώρου στο άλλο με τη λιγότερη δυνατή ενέργεια.

Ο Πλωτίνος Ηλιάδης σπούδασε κλασικό και σύγχρονο χορό στην Κρατική Σχολή Ορχηστρικής Τέχνης και αποφοίτησε από την Ανώτερη Επαγγελματική Σχολή Χορού "Ραλλού Μανού". Έχει ολοκληρώσει το μεταπτυχιακό πρόγραμμα του SEAD με τίτλο "Performing in Arts", κατά τη διάρκεια του οποίου συμμετείχε στην ομάδα "Bodhi Project" (2010-2011). Έχει χορέψει με τους εξής χορογράφους: Matej Kezjar, Maya M. Carrol, Zoe Knights, Magdalena Reiter και David Zambrano. Το 2015 συμμετείχε στο εντατικό σεμινάριο του David Zambrano στην Αθήνα με τίτλο "Flying Low and Passing Through". Είναι επίσης πτυχιούχος του Τ.Ε.Φ.Α.Α. Σερρών (Α.Π.Θ.) με ειδικότητα Aerobic-Βάρη και κατεύθυνση στη Βιολογία της Άσκησης. Είναι πιστοποιημένος εκπαιδευτής στα συστήματα Pilates (mat & equipment) από τον οργανισμό "The Pilates Coach", BodyART(TM) από τον Robert Steinbacher, στη μέθοδο GYROTONIC(R) και κάτοχος του διπλώματος Yoga Alliance 200. Είναι δημιουργός της ομάδας "Σιγή Ιχθύος".

18 → 19 Μαΐου 2019

**ΑΝΤΙ ΤΖΟΥΜΑ**  
*ΣΥΓΧΡΟΝΟΣ ΧΟΡΟΣ ΚΑΙ ΡΥΘΜΟΣ*



Πρόκειται για μάθημα σύγχρονου χορού με πολλές επιρροές από διάφορα είδη χορού όπως η χιπ χοπ, η τζαζ και το κλασικό μπαλέτο. Βασικό στοιχείο του μαθήματος είναι η ανάπτυξη μουσικότητας και ρυθμού στο σώμα. Αρχικά γίνονται ασκήσεις αυτοσχεδιασμού με σκοπό να προετοιμαστούν οι χορευτές για τη μετάβαση από απλές σε πιο απαιτητικές κινητικές συνθέσεις. Στη συνέχεια δίνονται δομημένες ασκήσεις πολυρυθμίας και συνδυασμοί κινήσεων χεριών και βημάτων. Το δεύτερο μέρος του μαθήματος περιλαμβάνει την εκμάθηση μιας χορογραφίας πάνω στη μουσική και στις ασκήσεις που έχουν γίνει στο πρώτο μέρος του μαθήματος. Στις δύο μέρες του σεμιναρίου θα αναπτυχθούν διαφορετικές χορογραφίες σύμφωνα με το επίπεδο των μαθητών και την πρόοδο της ομάδας.

Ο Αντι Τζούμα σπούδασε χορό στην Κρατική Σχολή Ορχηστρικής Τέχνης την περίοδο 2009-2012. Έχει συνεργαστεί με χορογράφους και ομάδες της Ελλάδας και του εξωτερικού όπως με τους Γιάννη Αντωνίου, Hannes Langolf, Ermira Goro, Κωνσταντίνο Ρήγο, Anton Lachky, CocoonDance Company, DV8 physical theatre. Από το 2015 άρχισε να δημιουργεί δικά του έργα δίνοντας έμφαση στον τομέα του κινηματογράφου και των βίντεο στο διαδίκτυο. Η μικρού μήκους ταινία του *Normal Day* βραβεύτηκε σε φεστιβάλ χορευτικού κινηματογράφου σε Αμερική, Αυστραλία και Ευρώπη. Για τη σεζόν 2018-2019 ο Αντι Τζούμα μαζί με τον Χρήστο Ξυραφάκη χορογραφούν νέο έργο για το Φεστιβάλ Νέων Χορογράφων στη Στέγη του Ιδρύματος Ωνάση.

1 → 2 Ιουνίου 2019

**ΑΝΤΩΝΗΣ ΣΤΡΟΥΖΑΣ**  
*ΜΑΘΗΜΑ ΣΥΓΧΡΟΝΟΥ ΧΟΡΟΥ*



Ο καθένας μας έχει τον δικό του ξεχωριστό τρόπο να αντιμετωπίζει τη γνώση και τα ερεθίσματα πουδέχεται. Στο σεμινάριο η αναζήτηση κινητικού υλικού διευκολύνεται μέσω ποικίλων δημιουργικών εξερευνησεων, όπως η χαρτογράφηση του σώματος (body mapping), η εξελικτική κίνηση, η χρήση των επιπέδων, η χρήση της μορφής και της δυναμικής, οι απτικές εμπειρίες, ο αυτοσχεδιασμός με επαφή, τα αντιληπτικά σχήματα, κ.ά. Στο πλαίσιο ανάπτυξης της δημιουργικής κίνησης, δεν υπάρχουν σωστές ή λάθος κινήσεις, αλλά διαφορετικοί τρόποι αντίληψης και έκφρασης των ιδεών, των συναισθημάτων και των εμπειριών τους.

Ο Αντώνης Στρούζας αρχικά ξεκίνησε την ενασχόλησή του με τις πολεμικές τέχνες σε ηλικία 14 ετών. Μετά από χρόνια αγωνιστικής εμπειρίας έγινε δεκτός στο Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού. Η συνεχής προσπάθειά του για ακαδημαϊκή και αθλητική εξέλιξη τον εισήγαγε στο μεταπτυχιακό πρόγραμμα με αντικείμενο την «Μεγιστοποίηση της Άσκησης και Ποιότητα Ζωής». Παράλληλα, δεν σταμάτησε να αναζητά τρόπους για να βελτιώσει την κίνησή του με αποτέλεσμα το 2006 να ξεκινήσει σπουδές χορού στην Κρατική Σχολή Ορχηστρικής Τέχνης κατά τις οποίες του δόθηκε η ευκαιρία να διερευνήσει τον συνδυασμό μεταξύ πολεμικών τεχνών και χορού.

ΔΗΜΟΤΙΚΗ  
ΣΧΟΛΗ  
ΧΟΡΟ  
ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ  
Υ

25  
KOF