

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, εγκαινιάσει την περίοδο 2018-2019 το εκπαιδευτικό πρόγραμμα Keep Dancing, το οποίο συνεχίζεται για τέταρτη συνεχόμενη χρονιά κατά την περίοδο 2021-2022.

Το πρόγραμμα διοργανώνεται σε συνεργασία με την Δημοτική Σχολή Χορού Καλαμάτας και περιλαμβάνει την διεξαγωγή σεμιναρίων σύγχρονου χορού για μαθητές Γυμνασίου και Λυκείου, με καταξιωμένους καθηγητές χορού από την Ελλάδα και το εξωτερικό.



© Albert Vidal / Vortex Communication

26-27.02.2022

Ηρώ Κόντη

REMAPPING THE BODY

Η φιλοσοφία του σεμιναρίου θέτει ως κεντρικό άξονα τη μοναδικότητα και το διαφορετικό τρόπο που κινείται το κάθε σώμα. Ο καθένας μας ξεχωριστά θα δουλέψει με στόχο να συνειδητοποιήσει τον τρόπο λειτουργίας του σώματός του. Μέσα από ασκήσεις αυτοσχεδιασμού θα επικεντρωθούμε τόσο σε τεχνικά εργαλεία, όπως χρήση των πελμάτων, μεταφορές βάρους, αιωρήσεις, άλματα αλλά και στην αναζήτηση διαφορετικών ποιτήτων και δυναμικών, απελευθερώνοντας την κίνησή μας. Απώτερος σκοπός του σεμιναρίου είναι η διαμόρφωση του ατομικού μας κινητικού λεξιλογίου και η δυνατότητα να προτείνουμε εναλλακτικούς τρόπους χρήσης του σώματος, ως βασικό εργαλείο παραγωγής κίνησης.

Η Ηρώ Κόντη γεννήθηκε και μεγάλωσε στην Αθήνα. Είναι απόφοιτος της Κρατικής Σχολής Ορχηστρικής Τέχνης και της Νομικής Σχολής του Δ.Π.Θ. Ως χορεύτρια έχει συνεργαστεί με τους Russell Maliphant, RootlessRoot (Λίντα Καπετανέα & Jozef Frudek), Jasmin Vardimon, Μαριάννα Καβαλλιεράτου, Ερμίρα Γκόρο, Τατιάνα Παπαδοπούλου, Αλέξανδρο Σταυρόπουλο, Anton Lachky κ.ά., δίνοντας παραστάσεις σε Ελλάδα και εξωτερικό. Τον Αύγουστο του 2020 παρουσίασε την πρώτη προσωπική δουλειά της, με τίτλο "Numbed Emotion" στο πλαίσιο του 26ου Διεθνούς Φεστιβάλ Χορού Καλαμάτας. Αυτή την περίοδο συνεργάζεται με την ομάδα Alleyne Dance Co για τη νέα παραγωγή με τίτλο "Far From Home".



© Ayva Mhaghsis

19-20.03.2022

Βαρβάρα Μπαρδακά

KYS IMPROVISATION:
Practice into Performance

Το σεμινάριο αυτό απευθύνεται σε χορευτές κάθε είδους που θέλουν να ανακαλύψουν ή να ενισχύσουν την αυτοσχεδιαστική τους ταυτότητα. Βασισμένη σε ποικίλες οπτικές και αρχές του αυτοσχεδιασμού, η μέθοδος αυτή στοχεύει στην εξέλιξη της κινητικής μας αντίληψης και μετατρέπει τον αυτοσχεδιασμό από ερευνητικό εργαλείο σε συνθήκη performance, δημιουργώντας μια κινητική γλώσσα με διαφορετική μορφή για τον καθένα αλλά κοινή λογική για όλους. Γενικότερη φιλοσοφία του σεμιναρίου αποτελεί η συνύπαρξη της ποικιλομορφίας, η εξέλιξη μέσα από την παρατήρηση και η ανάπτυξη της νοητικής και σωματικής μας αντοχής, ανακαλύπτοντας πώς να μετατρέπουμε κάθε παραπάτημα σε επόμενη κίνηση μέσα στην ροή του αυθορμητισμού!

Η Βαρβάρα Μπαρδακά σπούδασε στο SEAD (Salzburg Experimental Academy of Dance) όπου ανακάλυψε την αγάπη της για τη δημιουργία, τον αυτοσχεδιασμό, το performance και την έρευνα. Στη συνέχεια ακολούθησε δασκάλους που την ενέπνευσαν θεμελιώνοντας την αυτοσχεδιαστική της πορεία. Έχει συνυπάρξει καλεσμένη σε residencies στην Ελλάδα και στο εξωτερικό ενώ συμμετείχε με προσωπικές της δημιουργίες στον Κινητήρα (2017), στο Dance Days Chania (2020), Dance Laboratory Rhodes (2021) κ.ά. Ως performer έχει συνεργαστεί με τους João Cidade, Ιουλία Ζαχαράκη, Ergo Collective, Quo Vadis κ.ά. Αυτή την περίοδο αναπτύσσει και διδάσκει τη μέθοδο αυτοσχεδιασμού KYS: Practice into Performance σε ερασιτέχνες και επαγγελματίες.



© Marios Mhaghsis

16-17.04.2022

Πλωτίνος Ηλιάδης

SPEED THE SPIRAL

Το μάθημα αντιμετωπίζει το σώμα ως το τέλειο εργαλείο, βάζοντάς το στη διαδικασία να πιεθαρχεί και να ενεργοποιεί στα βέλτιστα το νευρομυϊκό σύστημα. Μέσα από χορευτικούς συνδυασμούς με έντονο το στοιχείο της ροής (flow), διερυνάται η σωστή διαχείριση του σώματος και η συνεχής εξέλιξη της τεχνικής. Οι πέντε βασικοί πυλώνες που δουλεύουμε στο μάθημα είναι: η συνεχόμενη ροή, οι μεταφορές βάρους, οι αλλαγές επιπέδων, οι εναλλαγές δυναμικών και τέλος η ταχύτητα και η ακρίβεια εκτέλεσης. Στόχος, να εκπαιδεύσουμε το σώμα να μπορεί να ανταποκριθεί με ακρίβεια σε υψηλό βαθμό πολυπλοκότητας της κίνησής του. Κύριος πρωταγωνιστής είναι το spiral που ρέει συνεχώς στο σώμα και στις αρθρώσεις, έτσι ώστε η ενέργεια να μεταφέρεται με συνεχόμενη ροή από το ένα σημείο του σώματος στο άλλο με τη λιγότερη δυνατή προσπάθεια.

Σπούδασε κλασικό και σύγχρονο χορό στην Κρατική Σχολή Χορού και αποφοίτησε από την Ανώτερη Επαγγελματική Σχολή Χορού "Ραλλού Μανού". Έχει ολοκληρώσει το μεταπτυχιακό πρόγραμμα "Performing in Art" στην ακαδημία χορού SEAD της Αυστρίας. Συμμετείχε στην ομάδα "Bodhi Project" 2010-2011. Έχει χορέψει με τους εξής χορογράφους: Matej Kejzar, Maya M. Carroll, Zoe Knights, Magdalena Reiter και David Zambrano όπου παράλληλα συμμετείχε στο εντατικό σεμινάριο "Flying Low and Passing Through" στην Αθήνα το 2015. Έχει συνεργαστεί με τις ομάδες "Ασώματες Δυνάμεις" στη Κύπρο, την ομάδα της Νατάσας Ζούκα και της Αποστολίας Παπαδομάκη στη Ελλάδα. Διδάσκει σύγχρονο χορό στην Ανώτερη Επαγγελματική Σχολή Χορού «ΧοροΧρόνος» και παράλληλα είναι ο υπεύθυνος του μαθήματος Θεωρία και Διδασκαλία Σύγχρονου Χορού. Έχει εκδώσει το βιβλίο «Εγχειρίδιο Σύγχρονου Χορού (Θεωρία.Ανάλυση.Διδασκαλία)». Πτυχιούχος Τ.Ε.Φ.Α.Α. Σερρών (Α.Π.Θ.), με κατεύθυνση στη Βιολογία της Άσκησης. Πιστοποιημένος εκπαιδευτής στα συστήματα Pilates, BodyART™, στη μέθοδο GYROTONIC(R) και κάτοχος του διπλώματος Yoga Alliance 200. Δημιουργός του μαθήματος "Speed the Spiral".



© Albert Vidal / Vortex Communication

28-29.05.2022

Βιτόρια Κωτσάλου

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ ΓΙΑ ΓΟΝΕΙΣ & ΠΑΙΔΙΑ

Ένα εργαστήριο για το παιχνίδι μεταξύ ενός μεγαλύτερου κι ενός μικρότερου σώματος. Το εργαστήριο αυτό διερευνά δυνατότητες κίνησης, παιχνίδια και επιδόσεις μεταξύ γονέων και παιδιών. Στοχεύει στη δημιουργία κοινού εδάφους, όπου ο γονέας και το παιδί θα έχουν την ευκαιρία να γνωριστούν, να μάθουν και να αναπτυχθούν ο ένας μέσα από τον άλλο. Η από κοινού εστίαση, η δημιουργικότητα και η κινητική ελευθερία θα λειτουργήσουν ως μέσο για την ανταλλαγή αξιών, τη διασκέδαση και τη διεύρυνση των κινητικών δυνατοτήτων.

Πώς τροφοδοτούμε ο ένας τον άλλον, πώς μπορούμε να εμπνεόμαστε ο ένας από τον άλλο, να επικοινωνούμε μέσω του κινητικού νου, να διατηρούμε την αίσθηση της διασύνδεσης, να συνεχίσουμε να διασκεδάσουμε ενώ μεγαλώνουμε ως γονείς και ως παιδιά;

Το εργαστήριο είναι ανοιχτό σε όλες τις ηλικίες και σε όλους όσους επιθυμούν να χορέψουν, ανεξάρτητα από προηγούμενη εμπειρία στην κίνηση ή τον χορό. Καθ' όλη τη διάρκεια του γονείς και παιδιά καλούνται να κινηθούν, να εξερευνήσουν και να πειραματιστούν μέσα σε ένα περιβάλλον μη-κριτικό, δημιουργικό και θεραπευτικό.

Η Βιτόρια Κωτσάλου είναι ψυχολόγος και αυτοδίδακτη χορεύτρια και χορογράφος. Η εκλεκτική εκπαίδευσή της και η συνεχής έρευνά της σε πολλούς διαφορετικούς τομείς και φιλοσοφίες ανοίγουν νέους δρόμους για την αποστολή του χορού. Η Βιτόρια είναι ιδρυτικό μέλος του μη-κερδοσκοπικού οργανισμού RICE και της Σχολής Χορού του RSOD στο νησί της Ύδρας. Ενεργό μέλος της ελληνικής σκηνής των παραστατικών τεχνών από το 2006, έχει παρουσιάσει χορογραφίες της στο Φεστιβάλ Αθηνών και Επιδαύρου και αλλού. Επίσης, χορογραφεί για θεατρικές παραστάσεις και έχει συνεργαστεί με παιδιά, ενήλικες και μικτές ομάδες ικανότητας στον χορό. Η Βιτόρια προσεγγίζει τον χορό ως φαινόμενο της ζωής, που έχει τη δυνατότητα να αγγίζει όλες τις πτυχές του ανθρώπου. Το πάθος, η πίστη και η εμπειρία της σχετικά με το ρόλο του χορού στην κατανόηση και στον σχηματισμό σχέσεων (ανθρώπων και μη) επεκτείνεται στη σκέψη μέσω της κίνησης και έρχεται σε επαφή με ένα άλλο είδος νοημοσύνης που υπάρχει σε όλους τους ζωντανούς οργανισμούς.



© Albert Vidal / Vortex Communication

18-19.06.2022

Πηνελόπη Μωρούτ

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ ΚΙΝΗΣΗΣ 50+
ΓΙΑ ΕΝΗΛΙΚΕΣ

Η Πηνελόπη Μωρούτ συντονίζει ένα εργαστήριο κίνησης ενηλίκων, το οποίο εισάγει τους συμμετέχοντες στις βασικές αρχές της πρακτικής Fighting Monkey Practice και, κυρίως, στη διαδικασία έξυπνης εξάσκησης και βιώσιμης γήρανσης. Πρόκειται για μια εφαρμοσμένη πρακτική ανθρώπινης ανάπτυξης μέσα από την κίνηση, την οποία ανέπτυξαν ο Jozef Frudek και η Λίντα Καπετανέα. Η πρακτική Fighting Monkey Practice διερευνά:

1. Τη διαδικασία της γήρανσης και τρόπους διατήρησης της υγείας των αρθρώσεων και συνολικά του μυοσκελετικού συστήματος προκειμένου να διατηρείται η κινητικότητα μας μέσα στο χρόνο.
2. Την ανάπτυξη της ελαστικότητας του σώματος και της πλαστικότητας του εγκεφάλου μέσα από ειδικά σχεδιασμένα παιχνίδια κίνησης, που αποσκοπούν στη διατήρηση της νεότητας του νευρικού συστήματος.
3. Την ανάπτυξη καλύτερου συντονισμού στο σώμα και το ρόλο του στη μικρή και μεγάλη κλίμακα της ανθρώπινης ζωής.
4. Την ανάπτυξη επικοινωνίας τόσο με τον εαυτό μας όσο και με το περιβάλλον μας, με στόχο την ενίσχυση της ικανότητας μάθησης και τη δημιουργία «ιστοριών», που μας εμπνέουν και τροφοδοτούν την όρεξη μας για ζωή. Στο εργαστήριο Fighting Monkey Practice 50+ οι συμμετέχοντες θα παίξουν ανορθόδοξα παιχνίδια για τη βελτίωση της μνήμης, τον καλύτερο συντονισμό των κινήσεων του σώματος, την αφύπνιση των αρθρώσεων και την αναζωογόνηση του νευρικού συστήματος.

Απόφοιτος της Κρατικής Σχολής Ορχηστρικής Τέχνης και του Εθνικού Μετσόβιου Πολυτεχνείου, με μεταπτυχιακές σπουδές στο ArtEZ University of the Arts (Ολλανδία), η Πηνελόπη Μωρούτ είναι μια διατομεακή καλλιτέχνης, η οποία εστιάζει στη δημιουργία υβριδικών έργων μέσω της σύζευξης διαφορετικών μέσων. Το έργο της εκτείνεται από τη δημιουργία χοροθεατρικών παραστάσεων μέχρι την κατασκευή σκηνικών και mixed-media video animation. Πρόσφατα ανέλαβε τη θέση της Programme Coordinator του Master of Performance Practices (ArtEZ) και εντάχθηκε στη δημιουργική ομάδα του TANZANOI International Screendance Festival Hamburg. Έχει συνεργαστεί με διάφορες ομάδες χορού και θεάτρου, τόσο ως επαγγελματίες χορεύτρια (Juxtapoz Dance Company / Γουζέλη – Blackman, ΔΗΠΕΘΕ Ιωαννίνων για το Φεστιβάλ Αθηνών και Επιδαύρου, So7 Company / Κορρού – Κουρούμπαλης) όσο και ως θεατρική σκηνοθέτης/χορογράφος και σκηνογράφος (Folie à Deux, Ψ). Για τη δημιουργία του τελευταίου της σόλο Η.Ι.Ι.Τ. I High-Intensity Identity Training (Re)Art Fair, Μιλάνο) πειραματίστηκε με τον εαυτό της και έκανε για ένα χρόνο διαλειμματική νηστεία και διαλειμματική προπόνηση υψηλής έντασης, με σκοπό να υπογραμμίσει τον βαθμό στον οποίο το σώμα χρησιμοποιείται για λόγους branding και marketing και, κατ' επέκταση, για την κατασκευή μιας ταυτότητας που εξυπηρετεί τα εκάστοτε κοινωνικοπολιτικά συμφέροντα. Έχει παρακολουθήσει σεμινάρια σε διάφορες σχολές και φεστιβάλ (Διεθνές Φεστιβάλ Χορού Καλαμάτας, Dellebre Workshop Danza, Διεθνές Φεστιβάλ Χορού Βιέννης ImPulsTanz, Διεθνές Φεστιβάλ Τσίρκου BROCANTE, Σχολή Χορού και Τσίρκου DOCH), συμπεριλαμβανομένης μιας σειράς σεμιναρίων της τεχνικής Fighting Monkey της ομάδας RootlessRoot ανά την Ευρώπη. Ως χορεύτρια, δασκάλα και πιστοποιημένη προπονήτρια fitness, διδάσκει σεμινάρια φυσικής άσκησης και αυτοσχεδιασμού, στα οποία οι συμμετέχοντες καλούνται να διευρύνουν τη σωματική τους αντίληψη και να εξελίσουν την κινητική τους ταυτότητα, βελτιώνοντας ταυτόχρονα δύναμη, αντοχή και ευλυγισία.

Σε συνεργασία με

ΔΗΜΟΤΙΚΗ
ΣΧΟΛΗ
ΧΟΡΟ
ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ
Υ

Ώρες διδασκαλίας
Σάββατο 17.00 - 20.00
Κυριακή 10.00 -13.00

Συμμετοχές
Τηλ: 2721083086
(καθημερινά 16:00 - 20:00)
dance@kalamatafaris.gr

Το κόστος κάθε σεμιναρίου ανέρχεται στα 15 ευρώ.
Οι μαθητές της Δημοτικής Σχολής Χορού έχουν ειδική τιμή 10 ευρώ ανά σεμινάριο.



ΔΗΜΟΣ ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ



ΔΙΕΘΝΕΣ
ΚΕΝΤΡΟ
ΧΟΡΟΥ
ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ