

ADDE Training Muelle 3 eta Artelekun

Training ADDE en Muelle 3 y Arteleku



ORDUTEGIA

Bilbo

- 9:30 Muelle 3 ateak irekitzen ditu: arropa aldaketa, saioaren ordainketa, luzaketa pertsonalak...
- 10:00 Muelle-ren kanpoko atea itxi egingo da, Saioaren hasiera.
- 11:30 Saioaren amaiera.

Donostia

12:00-etatik 13:30-etara Artelekun saioa.

TARIFAK

Saio bakoitzeko ordainketa

- 4€ saioa ADDE, EAB edo Gipuzkoako dantza profesionalen elkartearekin afiliatuak
- 8€ saioa Ez afiliatuak.

Bonoekin ordainketa

(Bonoak baliagarriak dira 2010-eko urritik 2011-ko maiatza arte)

- 25€ / 8 saio ADDE, EAB edo Gipuzkoako dantza profesionalen elkartearekin afiliatuak
- 50€ / 8 saio Ez afiliatuak.

HORARIO

Bilbao

- 9:30 Apertura de Muelle 3: cambio de ropa, pago de la sesión, estiramientos personales...
- 10:00 Se cierra la puerta exterior de Muelle, comienzo de la sesión.
- 11:30 Fin de la sesión.

Donostia

12:00 a 13:30 horas sesión en Arteleku.

TARIFAS

Pago por sesión

- 4€ sesión Afiliados a ADDE / EAB / Asociación de profesionales de la danza de Gipuzkoa.
- 8€ sesión No Afiliados.

Pago con Bonos

(Los bonos son válidos desde octubre del 2010 hasta mayo del 2011)

- 25€ / 8 sesiones Afiliados a ADDE / EAB / Asociación de profesionales de la danza de Gipuzkoa.
- 50 € / 8 sesiones No Afiliados.

URRENGO SAIOEN EGUTEGIA

2011 OTSAILA

1 Asteartea ROBERT JACKSON Bilbo	2 Asteazkena IGOR CALONGE Donostia	3 Osteguna ROBERT JACKSON Bilbo
8 Asteartea ROBERT JACKSON Bilbo	9 Asteazkena IGOR CALONGE Donostia	10 Osteguna ROBERT JACKSON Bilbo
15 Asteartea ROBERT JACKSON Bilbo	16 Asteazkena ENEKO ALCARAZ Donostia	17 Osteguna ROBERT JACKSON Bilbo
22 Asteartea ROBERT JACKSON Bilbo	23 Asteazkena ENEKO ALCARAZ Donostia	24 Osteguna ROBERT JACKSON Bilbo

CALENDARIO PRÓXIMAS SESIONES

FEBRERO 2011

Martes 1 ROBERT JACKSON Bilbao	Miércoles 2 IGOR CALONGE Donostia	3 Jueves ROBERT JACKSON Bilbao
Martes 8 ROBERT JACKSON Bilbao	Miércoles 9 IGOR CALONGE Donostia	Jueves 10 ROBERT JACKSON Bilbao
Martes 15 ROBERT JACKSON Bilbao	Miércoles 16 ENEKO ALCARAZ Donostia	Jueves 17 ROBERT JACKSON Bilbao
Martes 22 ROBERT JACKSON Bilbao	Miércoles 23 ENEKO ALCARAZ Donostia	Jueves 24 ROBERT JACKSON Bilbao

Robert Jackson

Kurtxo honetan, ez da teknika konkretu bat landuko, nere karreran zehar egindako bilaketan aurkitu dudaren erreflexua plantetazen da, teknika desberdinen nahasketek lagundu naute nere mugimendu propioa adaptatzen eta sortzen.

Era errez batean azaltzeko, kurtxo honetan gure gorputzak ematen gaitun informazioa interpretatu eta entzutea izango da hasierako puntua eta nora eramaten gaitun bilatuko dugu. Entzuten eta esploratzeko lan pertsonala izango da, gure gorputzaren tentsioak, blokeoak edo aukerak non dauden jakiteko.

Bilaketaren xarma, gorputz-ezaguera eta gorputzaren definizioa ezarritako mugimenduen artean sortzen dugun erlazioa da. Ezarritako mugimenduaren aurrean, zure gorputzaren erreakzioa zein den konziente izaten, aukera batzuen aurrean erabakitze ahalmena daukazu; energia, erreflexuak, dentsitatea, mugimendu organikoak edo tendentzia aldatu. Azken finean norbere gorputzaren entzumenarekin eta ezagutzearekin mugimendu aukera zabalagoa lortuko dugu.

En este curso, no se va a impartir una técnica concreta, sino que se plantea como el reflejo de la búsqueda que a lo largo de mi carrera profesional he ido encontrando, a través de la mezcla de diferentes técnicas que me han ido ayudando a adaptar y crear mi propio movimiento.

Por explicar de una forma sencilla, este curso toma como punto de partida, el aprender a escuchar e interpretar la información que recibimos de nuestro cuerpo, y buscar hacia dónde te lleva. Es un trabajo de escucha y exploración personal, tener la frecuencia de escucha de nuestro cuerpo, dónde se encuentran las tensiones, los bloqueos, o las oportunidades.

La fascinación de la búsqueda, es la relación que establecemos entre la consciencia corporal y la definición del cuerpo ante el movimiento impuesto. Ser consciente de la reacción de tu cuerpo ante un movimiento impuesto, te permite tener la oportunidad de elegir diferentes opciones de energía, reflejos, densidad, opciones más orgánicas o bien alterar tu tendencia corporal. En definitiva a través de la escucha y el conocimiento de tu propio cuerpo, conseguimos abrir puertas y opciones de movimiento.

bio

Robert Jackson dantzari Australiarra da. Azken bost urteetan Euskal Herrian bizi dena, eta hamalau urtez "freelance performer" profesional bezala aritu dana. Bere lana gehien bat Irlandan garatu du, baina Austria, Espainia edo eta bere herrialdean ere gauzatu ditu lanak. Bere esperientzia dantza garaikidean eta antzerki dantzan zentratzen da. Hogeitaherrialde baino gehiagoetan egin ditu emanaldiak festival garrantzitsuetan parte hartu du eta hogeitaherrialde baino gehiagokin egin du lana.

Robert Jackson es un bailarín Australiano. Lleva cinco años viviendo en el País vasco, y catorce años como "freelance performer" profesional. La mayoría de su trabajo se ha desarrollado en Irlanda, pero ha realizado trabajos en Austria y España y en su tierra nativa. Su experiencia se centra en los campos de danza teatro y danza contemporánea. Ha actuado en más que veinte países en algunos festivales importantes y con más de veinte coreógrafos profesionales.





Eneko Alcaraz Franganillo

Gorputzaren pixuaren bitartez luzatzen joango gara, erlaxatzen, sentibilizatzen, ariketa desberdinekin zatikatzen. Mugikortasuna, tortsioak, espiralak, gorputzaren konexioak, alineazioa, zentroaren kontrola, pisuaren banaketa, rodatzeko, saltuak, birak, espazioaren desplazamenduak, lurretik sartu irteerak landuko ditugu, azken finean, dantzatu.

Através del peso del cuerpo vamos estirando, relajando, sensibilizando, fragmentado con diferentes ejercicios. Trabajaremos la movilidad, las torsiones, las espirales, las conexiones del cuerpo, la alineación, el control del centro, la distribución del peso, para rodar, saltar, girar, desplazarse en el espacio, entrar y salir del suelo, en definitiva bailar.

bio

Eneko Alcaraz Franganillo. Pasai Donibane 1975.

Se inició en la danza con Mentxu Medel en el estudio de danza Thalia (1985-1994). Continuó su formación en el Institut del Teatre en Barcelona (1994-1997), graduándose en danza contemporánea y coreografía, continua ampliando sus estudios con diferentes cursos dentro y fuera del territorio.

Como interprete, ha trabajado en diversas compañías, entre ellas, con la coreógrafa catalana Àngels Margarit/ Mudances (1997-2010), con quien mantiene una colaboración que se extiende a más de una década de trabajo. También ha trabajado con las compañías Proyecto Gallina, Lapsus, La Anonima Imperial, Café Mut, Patas Arriba, Otra Danza, Roberto G. Alonso, Color Danza, Les 4 Souffles y con directores/coreógrafos/ artistas como Paco Mir, Toni Mira, Teresa Nieto, Rouser Montllor, Mikel Ariztegi, Sandra Cuesta, Gustavo Ramirez, Lindsay Kemp, Sabine Dahrendorf, Gilberto Ruiz-Lang, Ramon Oller, Daniel Angles, Pep Cruz, Ricard Reguant, Ana Sanchez, Mayte Marcos entre otros.

Como creador/coreógrafo ha realizado varios trabajos para diferentes tipos de eventos y compañías además de dirigir desde 1997 su propio grupo Ekilore con el que ha realizado varias creaciones.

Como profesor de danza ha impartido clases para varias compañías de danza (Aukeran, Color Danza, Otra Danza, Mudances...) y para centros de formación (La Caldera, Area, Instituto frances de danza, Company & Company, Asociación de danza de Guipúzcoa...)

Igor Calonge

Lurretik bertikalera:

Klasea beroketa gidatu batekin hasten da, luzaketa eta arnasketa sakonari zuzenduta. Elastizitatea, indarra eta kontrola landuko dugu lurra-gorako ariketen bitartez, jarraian kolokazio ariketa formalagoekin jarraituko dugu, hedapen eta ardatz. Bariazio txiki batekin bukatzeko.

Giharreria abdimilana ere landuko dugu ariketa errex batzuen bitartez, gorputz egitura anatomikotik sortuak.

Burutzen dudan lurreko ariketa gure postura organikoa kontrolatzea eta errespatatzea eskatzen du, mugimendu articular kordinatu bat izatera iritxi eta giharreria indartu, gure gorputzaren pixua modu kontrolatuan lekuz aldatzean mugimenduaren zabaltze maximoa lantzen da eta argiagoak dira lurreko mugimeduetan gure gorputzaren marrazkiko erreferentzi puntuak.

Desde el suelo a la vertical:

La clase comienza con un calentamiento guiado, enfocado a estirar y a respirar profundamente. Mediante unos ejercicios de suelo ascendentes trabajaremos la elasticidad, la fuerza y el control del centro, continuaremos con unos ejercicios más formales de colocación, extensión, y el eje. Para terminar con una pequeña variación. También trabajaremos la musculatura abdominal a través de ejercicios sencillos, concebidos a partir de la estructura anatómica del cuerpo.

El trabajo de suelo que realizo exige que contremos y respetemos nuestra postura orgánica, que alcancemos un movimiento articular coordinado, que tonifiquemos la musculatura, ya que el peso de nuestro cuerpo va trasladándose de forma controlada, trabaja la extensión máxima de movimiento al ser más claros en el suelo, los puntos de referencia de el dibujo de nuestro cuerpo.

bio

Igor Calonge comenzó a estudiar danza clásica y contemporánea en 1994, con Iñaki Landa en San Sebastián, y Improvisación, con María Martínez licencia en SNDO, Ámsterdam.

En 1997 se incorporó a la compañía "Hojarasca Danza-Teatro". En 2000 participa en "Mugatxoan Hiru" "Dos Entrecuerpos", dirigido por Jon Munduate y Blanca Calvo. En 2001 debutó como coreógrafo y director con su obra "Na/die cree/ce", subvencionado por el Gobierno Vasco. Y en 2002 su segunda obra, también subvencionada por el Gobierno Vasco, "Oz, Alicia en off". Entre 2000 y 2003 se unió a la Compañía "Tempomobile". De 2003 a 2004, integró la "Cía. Fernando Hurtado". En 2004 co-dirigió con Alain Despres la coreografía "Aurá", presentada en la "Quincena Musical de San Sebastián". Interpretó como bailarín en la ópera "Macbeth" en el Teatro Real de Madrid, bajo la dirección coreográfica de Carmen Werner. En 2005 integro el elenco de "Memoria" bajo la dirección de Blanca Arrieta. Estreno "Trans" pieza subvencionada por el gobierno vasco. En 2006 "Silverysnot" de Jonh Scott Director de la "Irish modern dance theater" (Dublín) estrenó su coreografía "Kuatro" en San Sebastián y "Ojos de Pez" bajo la dirección del coreógrafo Daniel Abreu, en Madrid. Entre los años 2007 y 2008 trabajó en Cia. Provisional Danza, dirigido por Carmen Werner, en Madrid. Con Carmen recorrió las obras coreográficas "Matar el Nueve", "40 tipos de Vodka" y "El Privilegio de Morir" Por varios países (Argentina, Nicaragua, Colombia, México, Venezuela, Cuba, Estados Unidos, Polonia, Brasil y otros). Se incluye en este periodo la visita de la Cía. a Brasil en septiembre de 2007 para el "Festival Internacional Escena Contemporánea", con el espectáculo "Matar el Nueve", en Brasilia y Sao Paulo. En 2009, regresa a Brasil para la temporada de su solo "No Tan Poco" previamente estrenado en el Teatro Ensalle (Vigo). Esta vez cuenta con el apoyo del "Instituto Cervantes – Brasil" y de la Compañía "Teatro de Açúcar", con la que desenvuelve actualmente un proyecto de intercambio artístico y cultural a través de cursos y producciones de danza en Brasil y en España. En 2010 presenta "Branco" pieza subvencionada por el Gobierno Vasco, en el teatro Victoria Eugenia (San Sebastián).

Antolatzen du / Organiza



Dirulaguntza ematen du / Subvenciona



Kolaboratzaileak / Colaboran



Gipuzkoako Foru Aldundia
Diputación Foral de Gipuzkoa

Gipuzkoako Dantzagunea - Artelekuko lankidetzarekin
Con la colaboración de Gipuzkoako Dantzagunea-Arteleku

muelle 3

Dantza eta sorkuntza garaikiderako espazioa
Espacio de danza y creación contemporánea