

**W tym roku Międzynarodowy Festiwal Kontakt Improwizacji Warsaw Flow odbywa się już po raz czwarty. Od 5 do 11 lipca mogą znaleźć tu coś dla siebie zarówno osoby zawodowo zajmujące się tańcem, jak również wszyscy, którzy stawiają pierwsze kroki w technice contact improvisation, ale także w tańcu w ogóle**

**Contact Improvisation (CI)** - nazywana w Polsce *improwizacją kontaktową*, *kontakt improwizacją* lub *improwizacją w kontakcie* - jest dziedziną tańca, która swoje korzenie ma w tańcu współczesnym i łączy różne formy pracy z ciałem, od elementów akrobatyki, przez jogę, po medytację. To forma improwizacji ruchowej, w której kluczowym elementem jest kontakt z drugą osobą/grupą osób oraz kontakt z podłogą. Ciało i ruch stają się narzędziem i sposobem komunikacji - dzięki korzystaniu z wielu różnych elementów, elastycznie dostosowywanych do psychofizycznych możliwości tańczących. CI opiera się na założeniu, że każdy ma swoje unikalne warunki do ruchu tanecznego i każdy może je rozwijać.

### **Świadomość ciała**

Anatomia i mechanika ruchu, kinetyczne właściwości ciała, grawitacja i jej oddziaływanie na ruch będą bazą pracy warsztatowej. Każdy dzień warsztatów będzie rozpoczynał się od pracy z wybranymi aspektami, odwołującymi się do struktury ciała i jego możliwości, by następnie eksplorować i zgłębiać dany materiał podczas Kontakt Improwizacji. Skupimy się także na holistycznym procesie poznawczym - oprócz aspektu fizycznego ważnym elementem będzie także praca z energią, obecnością umysłu i emocji w tańcu. W ten sposób wykreowany podczas Improwizacji Kontaktowej taniec będzie opierał się na dialogu pomiędzy świadomością ciała a umiejętnością rozpoznawania i wykorzystania stanów umysłu.

### **Wiedza i rozwój**

Warsztaty, laboratoria i pozostałe wydarzenia na Festiwalu Warsaw Flow skoncentrowane będą na obecności w improwizacji i Improwizacji Kontaktowej, w której decyzje podejmuje się na bieżąco, reagując na sytuację i propozycje płynące od innych ludzi. Uczestnicy festiwalu będą uczyć się, jak świadomie korzystać z inteligencji ciała i poszukiwać najlepszych rozwiązań ruchowych - korzystając z własnej intuicji, otwartości, zaufania do siebie i innych oraz integrując je z predyspozycjami fizycznymi oraz umiejętnościami technicznymi. Słuchanie swojego ciała oznacza słuchanie siebie - to podstawa do kreowania pięknej improwizacji w tańcu, ale także wielu umiejętności przydatnych na co dzień, związanych z budowaniem własnej tożsamości, relacji z ludźmi i ze światem. W tańcu - tak jak w życiu - liczy się prawdziwość i umiejętność takiego improwizowania, które daje nam dobre doświadczenia. Tego będą też uczyć zaproszeni na tegoroczny Festiwal nauczyciele CI - by taniec był wolny, lekki i prosty.

### **Obecność w Improwizacji Kontaktowej**

Improwizacja jest jedną z najciekawszych a zarazem bardzo wymagających metod kreacji scenicznej - pozwala ukazać prawdziwe i unikatowe przejawy własnej wrażliwości, wymagając jednocześnie ogromnej otwartości i utrzymywania ciągłej obecności w działaniu. Ruch improwizowany to nie tylko dokonywanie wyborów, ale często też sprawdzian kreatywności. Praca w grupach zadaniowych, kreacja postaci, interakcja z obiektem i przestrzenią, konsekwencja w ruchu, płynność i plastyczność w podejmowaniu decyzji względem ruchu improwizowanego, odnajdywanie oryginalnych jakości ruchowych - to niektóre z elementów pracy warsztatowej, przygotowujące uczestników Festiwalu do działań performatywnych. Będzie je można zobaczyć m.in. w Centrum Sztuki Współczesnej i w przestrzeni miasta.

**Tegoroczny Festiwal to różnorodność i nowe propozycje działań tanecznych** jak *open space* (otwarta przestrzeń na propozycje uczestników Festiwalu) oraz *site specific* i *nature work* (warsztaty i działania performatywne w naturze) oraz **światowej klasy nauczyciele**, którzy po raz pierwszy zagoszczą na Warsaw Flow.

**Scott Wells (USA), Wojciech Mochniej (PL/CA) i Jacek Owczarek (PL)** przez 6 dni będą pracować zarówno z amatorami jak i zawodowcami, dzieląc się swoimi umiejętnościami pasją i doświadczeniem zawodowym. Nie zabraknie również dobrego ducha festiwalu, który jest z nami od pierwszej edycji w 2010 roku – **Ray Chung (USA)** po raz kolejny poprowadzi intensive, ale po raz pierwszy dla grupy początkującej!

Paulina Świącańska (PL) i Małgorzata Pianowska (PL) poprowadzą laboratoria ruchowe i działania performatywne w przestrzeni miejskiej i na łonie natury.

**Jonathan Megaw (UK) i Otto Akkanen (FI)** zaproponują eksperymentalne metody pracy, oparte na bazie doświadczenia oraz ćwiczeń i zadań, rozwijających i wzbogacających potencjał taneczny uczestników oraz ich umiejętności sceniczne.

Jak co roku nie zabraknie także **wydarzeń performatywnych** - pokazu nauczycieli zaproszonych na IV edycję Festiwalu oraz zawodowych grup zajmujących się CI i improwizacją jako metodą pracy scenicznej.

**Strona festiwalu i FB:**

[www.polandcontactfestival.com](http://www.polandcontactfestival.com)

<http://www.facebook.com/groups/polandcontactfestival/>

**Kontakt:**

**PR:** Małgorzata Pianowska - [info@perform.org.pl](mailto:info@perform.org.pl)

**Media:** Małgorzata Gajdemska - [info@perform.org.pl](mailto:info@perform.org.pl)

**Informacje i rezerwacja:** Paulina Świącańska - [paulina.swiecanska@perform.org.pl](mailto:paulina.swiecanska@perform.org.pl)