




MOVING BEYOND RAUM UND KÖRPER

28. – 31. März 2026

Ballet-Dance
Akademie
Köln

wilmaresseur.com



MOVING BEYOND RAUM IM KÖRPER_ KÖRPER IM RAUM

Was ist der Körper – und wie weit reicht sein Raum? Ist der Raum voll oder leer? Bewegst du dich im Raum, oder bewegt der Raum dich?

Das Kreieren eines Aufmerksamkeitsraums belebt den Körper und bringt ihn in Bewegung. Wir entdecken feine, dynamische Verbindungen zwischen den (Knochen-)Strukturen, in denen sich Stabilität und Flexibilität ausgleichen. Zwischenräume werden wahrgenommen, neu kalibriert und in Beziehung gesetzt. Wir erforschen, was uns trägt, was uns hält – und was sich öffnet, wenn wir aufhören zu tun, was wir meinen, tun zu müssen.

Das freie Bewegen im Raum entsteht spontan und mit Sorgfalt. So bleibt das Eigensinnige lebendig, auch wenn sich der Körper als Sensorium für das, was um ihn herum ist, ausdehnt. Beim Gestalten unserer Wege durch den Raum faszinieren uns die mehrdimensionalen Richtungen und Ebenen – das ganz Nahe ebenso wie das Entfernte.

Wilmas BeYond-Herangehensweise greift Impulse aus verschiedenen Bewegungsdisziplinen auf: Katsugen Undo (spontane Bewegung), Viewpoints, Release Technique, Deborah Hays Practicing Performance und BMC® (Body-Mind Centering®, erfahrbare Anatomie). Dieser Kurs ist das Alignment-Modul der Fortbildung Moving BeYond / Practicing Somatics for Dance & Performance. In Moving BeYond lässt Wilma ihre langjährige Erfahrung in Tanz und Performance einfließen – um sich selbst und ihre Arbeit immer wieder zu verwandeln, indem Leichtigkeit die Tiefe berührt.

Moving BeYond richtet sich an Tanzende und Bewegungsinteressierte, die etwas hinter sich lassen möchten, weil Neues entstehen will. Die einzelnen Module von Moving BeYond können unabhängig voneinander besucht werden.

Ort

Ballett Dance Akademie, Dellbrück Köln [DE]

Zeiten

Samstag, 28., Sonntag, 29. und Montag, 30. März 10h – 13h /14h30 – 18h30
Dienstag, 31. März 10h – 13h

Kurskosten

450 – 600 Euro nach eigener Einschätzung

Anmeldung und Info

Wilma Vesseur, wilmavesseur.com, info@wilmavesseur.com