



ASSOCIATION POUR LA PROMOTION DU MOUVEMENT ET DE L'EXPRESSION
VEREIN ZUR FÖRDERUNG VON AUSDRUCK UND BEWEGUNG

DanceAbility Luxembourg

About DanceAbility

DanceAbility is a unique dance method founded in 1987 in the USA (Eugene, Oregon) by Alito Alessi and Karen Nelson and has been under the sole leadership of Alito since 1989.

DanceAbility uses improvisational dance to promote artistic expression and exploration between people with and without disabilities. Through experiencing movement together, misconceptions and/or prejudices that able-bodied or disabled people might have about themselves and each other are uprooted.

Alito Alessi is the Artistic Director of DanceAbility International and co-founder of DanceAbility. Alessi has been involved with the evolution of contemporary dance for the past 30 years, and is internationally known as a pioneering teacher and choreographer in the fields of contact improvisation, and dance and disability.

Contact Improvisation has strongly shaped DanceAbility. It has been founded by Steve Paxton, dancer and choreographer, who was influenced by the experimental arts and performance scene in New York in the 1960s and 1970s, and he was interested in how the body could create a physical playground. Contact Improvisation developed out of an exploration of the human body and under the supervision of Paxton. Its roots trace back to 1972. Contact Improvisation, usually done in duets, pulls elements from martial arts, social dance, sports, and child's play. Upon entering a Contact Improv structure, two bodies must come together to create a point of

contact (i.e., back to back, shoulder to shoulder, head to head, leg to leg, the options are endless), give weight equally to each other, and then create a movement dialog that can last for an undetermined amount of time, as long as both participants are fully engaged.

Both DanceAbility and Contact Improvisation can be done by any person because the emergence of a movement vocabulary depends on a specific touch and the initiation of weight exchange with another person. DanceAbility works with elements of Contact starting from the concept that every natural body, able-bodied or impaired, has the ability to dance: “if you can breathe, you can dance”.

“One of the useful elements of an encounter with a new idea is what perspective does it provide? For those of us with no practical information about people with disabilities, the perspective from DanceAbility is radical. It causes us to re-examine the disabled people. This is no small matter because without experience we are a mass of prejudices and ignorance.”

Steve Paxton, Founder of Contact Improvisation

"For me, dance or integrated dance is an opportunity to express myself and not only on my own but also in a group with other people. For me personally it is great, because you can feel your body and your own limitations, which can be different every time, you realize your power or weakness in certain areas, the muscles relax and tension can also be easily released, also from the inside. I think the expression of emotions through the body is most intense, (...). After dancing, I feel more, no matter what. Hidden emotions such as sadness or oppression are just coming out of the body and are converted, you feel much more relaxed and somehow more connected to yourself and to other people. Actually, it doesn't matter at all how someone can do something, responding to something and react is what's important, (...). I also think that it is precisely what's attributed to impairment or disability opens entirely new creative possibilities. In the group it is so great because you support yourself mutually and you just don't feel alone, especially this to sharing strengthens. And that you dare to overcome fears and also just let go, (...). This trust can be of course then applied to many areas of life, it simply does good, especially the interaction with others... to remember a reflection or interpretation of movement or to include other movements. Sharing is quite beautiful, especially in Contact Improvisation, that you can give weight and take some also sensing the others, which in a figurative sense to me just a very, very important. Dancing is just wonderful.” Christina, DA-dancer

Über DanceAbility

DanceAbility ist eine einzigartige Tanz Methode die im Jahr 1987 in den USA (Eugene, Oregon) von Alito Alessi und Karen Nelson gegründet wurde Seit 1989 ist sie unter der alleinigen Leitung von Alito.

DanceAbility nutzt improvisierten Tanz als künstlerischen Ausdruck und fördert die Erkundung zwischen Menschen mit und ohne Behinderung. Durch das gemeinsame Erleben von Bewegung werden so Missverständnisse und / oder Vorurteile, die nicht-behinderte oder behinderte Menschen gegenüber sich selbst und Anderen haben einander abgebaut und entwurzelt.

Alito Alessi ist der künstlerische Leiter von DanceAbility International und Mitbegründer von DanceAbility. Alessi hat die Entwicklung des zeitgenössischen Tanzes in den letzten 30 Jahren beteiligt und ist international als bahnbrechender Lehrer und Choreograph in den Bereichen Contact Improvisation und Tanz mit Behinderung bekannt.

Contact Improvisation hat DanceAbility stark geprägt. Contact Improv, von Steve Paxton - Tänzer und Choreograf- gegründet, war durch die experimentelle Kunst und Performance-Szene in New York in den 1960er und 1970er Jahre beeinflusst. Paxtons Interesse lag darin, wie der Körper einen physischen Spielplatz schaffen könnte.

Contact Improvisation entwickelte sich aus einer Erkundung des menschlichen Körpers und unter der Aufsicht von Paxton. Seine Wurzeln gehen zurück auf das Jahr 1972. Contact Improvisation (Kontaktimprovisation), in der Regel in Duetten, bezieht Elemente aus Kampfkunst, sozialem Tanz, Sport und Kinderspiel.

Kontaktimprovisation entsteht indem zwei Körper zusammenkommen um einen Berührungspunkt zu schaffen (z.B. Rücken an Rücken, Schulter an Schulter, Kopf an Kopf-, Bein an Bein, die Möglichkeiten sind endlos), Gewicht gleichmäßig an die andere Person abgeben. So entsteht dann eine Bewegung, ein Dialog, der für eine unbestimmte Zeit dauern kann, bis sich der Dialog auflöst.

Sowohl DanceAbility als Kontaktimprovisation können von jeder Person ausgeübt werden, da die Entstehung einer Bewegungssprache von einer bestimmten

Berührung und die Initiierung von Gewichtsteilung mit einer anderen Person ausgeht. DanceAbility arbeitet mit Elementen von Kontakt ausgehend der Idee, dass jeder natürliche Körper, sei er beeinträchtigt oder nicht, die Fähigkeit zu tanzen hat: "Wenn du atmen kannst, kannst du tanzen".

"Eines der nützlichen Elemente einer Begegnung mit einer neuen Idee ist, welche Perspektive bietet sie? Für diejenigen von uns ohne praktische Informationen über Menschen mit Behinderungen, ist die Perspektive von DanceAbility radikal. Sie bringt uns dazu, behinderte Menschen neu zu „untersuchen“. Das ist keine Kleinigkeit, denn ohne Erfahrung sind wir eine Masse von Vorurteilen und Ignoranz. "

Steve Paxton, Gründer der Kontaktimprovisation

„Für mich ist Tanz oder integrativer Tanz eine Form oder Möglichkeit mich auszudrücken und das nicht nur alleine, sondern auch in einer Gruppe in Verbindung mit anderen. Für mich persönlich ist es ganz toll, weil man seinen Körper und eigene Grenzen spürt, das kann jedes Mal anders sein, man merkt einfach die Kraft oder nicht Kraft in bestimmten Bereichen, die Muskeln oder Verspannungen können sich auch lockern, man wird insgesamt einfach beweglicher auch von innen. Dabei finde ich den Ausdruck von Gefühlen durch den Körper am intensivsten, (...). Nach dem Tanzen fühle ich mich mehr, egal wie. Versteckte Emotionen wie Traurigkeit oder Bedrückt sein kommen einfach aus dem Körper raus und werden umgewandelt, man ist viel lockerer und fühlt sich irgendwie mit sich selbst mehr verbunden, gerade auch in Verbindung mit anderen Menschen. Eigentlich ist es komplett egal, wie jemand etwas kann, auf etwas einzugehen und zu reagieren steht im Vordergrund, (...). Ich finde auch dass gerade das, was mit Einschränkung oder Behinderung besetzt ist ganz neue kreative Möglichkeiten gibt. In der Gruppe ist es so toll, weil man sich so gehalten oder auch automatisch aufgefangen fühlt und eben nicht allein, gerade dieses zusammen und teilen stärkt besonders. Und dass man sich traut und überwindet und auch so Ängste loslässt, (...). Dieses sich trauen lässt sich ja dann auch auf viele Lebensbereiche übertragen, das tut einfach nur gut, vor allem das Miteinander, so eine Spiegelung oder Interpretation von einer eigenen Bewegung zu merken oder von anderen Sachen aufzunehmen. Miteinander ist ganz schön, gerade auch in der Kontaktimprovisation, dass man Gewicht abgeben kann oder auch halten kann, den anderen spürt, das hat auch im übertragenen Sinn für mich einfach eine ganz große Bedeutung. Tanzen ist einfach wundervoll.“

Christina, DA- Tänzerin

Further information:

Weitere Informationen:

DanceAbility International

www.danceability.com

DanceAbility/Mixed abled Dance in Trier/Germany:

www.beweggrund.org

www.inclusivedance.blogspot.com



**Association pour la promotion du mouvement et de l'expression
Verein zur Förderung von Ausdruck und Bewegung
1-3, rue des Prés L- 3671 Kayl. Luxembourg**



DanceAbility Luxembourg

Contact/Kontakt :

messagerie_anne@yahoo.de