

Einladung zur CILAS 27. - 29. Januar 2017 im Weissenheim in Bern

Contact Improvisation LehrerInnen Austausch Schweiz

Anmeldeschluss + neu: deine 3 Labthemen bis 23. Dezember 2016 an kschwander@gmx.ch

Mitbringen: eine Decke für in der Turnhalle, etwas fürs Mitbringbüffet am Freitag Abend, kleines Mitbringsel fürs Kind, in dessen Zimmer du geschlafen hast.

Wir laden euch herzlich ein zum:

Austauschen --- Tanzen --- Ausprobieren --- Erfinden --- Begegnen --- Kennenlernen ---
Lernen --- Zuhören --- Geniessen --- Vernetzen

Unterkunft:

Wir werden im **Weissenheim** (in Bern) arbeiten und wohnen. Das Weissenheim ist eine grüne Insel nah am Zentrum. Vom Bahnhof mit dem Bus sind es 8 min. Wir haben eine grosse Turnhalle und einen kleinen Raum zum Tanzen. Zudem gibt es gemütliche Sitzecken auf den Wohngruppen für Gesprächsrunden. Albin hat sogar von einem Kaminfeuer gesprochen.... ein toller Ort, um zusammen diese zweieinhalb Tage zu verbringen.

Wir werden in **Einzel / Doppelzimmer** schlafen. In diesen Zimmern wohnen normalerweise die Kinder, denn das Weissenheim ist ein Schulheim. Wenn wir ihnen etwas mitbringen als kleinen Gruss, das wir ihnen nachher aufs Kopfkissen legen, freuen sie sich sehr. (Schoggistengeli o.ä.)

Bettwäsche ist vor Ort. Es braucht keinen Schlafsack.

Labthemen: (Lab= Austausch- und Explorationsrunde)

Da es jedes Jahr viel Zeit braucht, die Themen der Labs zu eruieren, möchten wir euch dieses Jahr erstmals bitten, uns eure **3 wichtigsten Themen und Anliegen vorher** zu mailen. Es sind die Themen, worüber du gerne mit anderen forschen möchtest. Wir behandeln vorwiegend nur diese. Es soll animieren, schon im Vorlauf zu überlegen, was euch wichtig ist.

Bitte sende deine 3 Themen mit der Anmeldung an kschwander@gmx.ch bis zum 23.12.

Es sind alle Themen willkommen. Hier einige Anstösse:

Pädagogische Fragen: wie lade ich Menschen zur Ausgelassenheit ein, wie bringe ich Leute in einen Tanzfluss, wie führe ich Menschen in die Improvisation? Wie halte ich den Energiepegel? Wie integriere ich Musik? usw

Körpertechnik: wie führe ich „sliding“ ein? Welche einfachen Lifts für Anfänger gibt es? Wie unterrichte ich ein „reach“?

CI und CI in der Welt: Was geben wir eigentlich weiter, wenn wir CI unterrichten? Wie kann ich CI in meinen Arbeitsalltag integrieren? Wie kreierte ich eine CI-Community in meiner Gegend?

Kosten: ca. 160.- Fr. inkl. Unterkunft und Essen

Ankunft und Abreise: Ankunft Freitag um 19 Uhr / Abreise Sonntag ab 15 Uhr

Ab HB hinter dem „Loeb“, mit dem 10 er Bus Richtung Köniz / Schlieren.
Haltestelle **Dubyrstrasse**, von dort ist es markiert.

Vorläufiges Programm:

Freitag. um 19.00 Mitbringbuffet und Suppe vom Koch, anschliessend kurze Zeit zum Einrichten. / (Eine Bitte: Könnten Frauen etwas Salziges bringen und Männer Süßes. So sind wir gut mit allem versorgt. Vielen Dank.)

20.30 h Willkommenskreis in der Turnhalle / Sharing-Runde / Jam

Samstag: 08:15 Frühstück // Individuelles Warm up innerhalb der Gruppe // Konstitution der Labs (1&2)_[SEP]// 10:00 Labs 1_[SEP]// 12:30 Zmittagessen // 14:00 Labs 2_[SEP]// 16:30 Zvieri_[SEP]// 17:30 Jam // 20:00 Znachtessen danach Austauschrunden

Sonntag: 08:15 Frühstück_[SEP]und packen // 09:00 Warm Up_[SEP]// 09:30 Gruppen bilden_[SEP]// 10:00 Labs 3_[SEP]// 12:30 Zmittagessen // 13:30 Feed Back über CILAS 17 und wer organisiert Cilas 18 // 15:00 Ende

Ihr dürft die Einladung gerne an Menschen weiterleiten, die nicht auf der Cilas-Liste sind, aber doch Contact unterrichten.

Wir freuen uns, bald mit euch zu tanzen, zu diskutieren, neue Projekte auszuhecken und Kontakte zu knüpfen!

Es grüsst euch herzlich

Das Organisationsteam, Albin und Katharina