

Von: CILAS 2024 <cilas2024@gmx.ch>
Gesendet: Mittwoch, 17. Januar 2024 13:15
An: cilas2024@gmx.ch
Betreff: Info zu CILAS 2024 an die Teilnehmer
Anlagen: Teilnehmerliste CILAS 2024.pdf

CILAS 2024 26.-29. Januar 2024 im Movity in Uster

pour Francais voir en bas

Contact Improvisation LehrerInnen Austausch Schweiz

Liebe Contact ImprolehrerInnen

Schön bist Du dabei beim CILAS 2024.

Das diesjährige CI-Lehrerinnen-Treffen soll wie jedes Jahr einen Rahmen bieten für gegenseitigen Austausch, Tanz, Ausprobieren, Motivieren, Kennenlernen, Wiedersehen und Vernetzen.

Anreise / Ort:

- Das [Movity, Florastrasse 42, 8610 Uster](#) ist in 10 Minuten vom Bahnhof Uster aus zu Fuss erreichbar.

- **Wer mit dem Auto kommt:**

Es stehen 3 Parkplätze bei Movity zur Verfügung und **für den Pistolenstand braucht es eine Parkkarte!** Melde es daher an wenn Du mit dem Auto kommst, damit wir die Parkkarte für den Pistolenstand organisieren können. cilas2024@gmx.ch (oder 078 724 55 60)

Es sind zwei gut eingerichtete Bewegungsräume verfügbar. Im vorhandenen Foyer kann connectet und geschmaust werden.

Übernachtung:

Pistolenstand, Schützenhausstrasse 10, 8610 Uster

- 30 Gehminuten vom Movity ist der «[Pistolenstand](#)» mit 2er und 4er Zimmer (mit Bettzeug und Duschen).

Kosten CILAS und Übernachtung:

- Fr. 130.- bis 170.- für CILAS und Verpflegung (je nach TeilnehmerInnen)
- Unterkunft im Pistolenstand für Fr 32.-- pro Person/Übernachtung (64.-- 2 Nächte)
- bitte Bargeld mitbringen

Ankunft und Abreise:

Ankunft Freitag 17.00 Uhr im Movity in Uster

Abreise Sonntag 16:00 Uhr

Falls jemand vorher (ca. 16.00 Uhr) sich schon im Pistolenstand einrichten möchte, kann sie/er sich bei Monique im Voraus melden: info@lostandfounddance.com

Was wir noch brauchen !:

Bitte sende doch per E-Mail deine Lab-Idee, Score, Frage, Intention oder sonstiges bis spätestens Dienstag, 23.1.2024 an: cilas2024@gmx.ch

Planung Ablauf CILAS 2024:

Freitag:

Ankommen/Registration ab 17.00 Uhr

Eröffnungskreis und wichtige Infos 18.00 Uhr

Jam 19:00 Uhr – 22.00 Uhr

- **Freitag Abend wie immer Teilete/Potluck, Alle bringen etwas zum Essen**

Samstag:

Frühstück ab 8.30 Uhr

CDP 10.00 Uhr – 10:30

LAB 1, 10:45 – 12:45 Uhr

Essen 13.00 – 14.00 Uhr (wir werden bekocht)

Diskussionsrunde 14.00-14.30 Uhr

LAB 2, 15:00 – 17:00 Uhr

THEMA-JAM 17.00 – 18.30 Uhr

Abendessen 19.00 Uhr (feine Suppe)

Jam ab 20.30 Uhr

Sonntag:

Frühstück ab 8.30 Uhr

Jam 10.00 Uhr – 11.30 Uhr

LAB 11.45 Uhr – 13.15 Uhr

Essen 13.30 – 14.30 Uhr (wir werden bekocht)

Schlusskreis 14.30 – 15.30

Aufräumen und Abreise ca. 16:00

Achtung: Der Boden der Tanzräume ist vor allem morgens etwas kühl, denk daran etwas Warmes mitzunehmen.

Für Parkplatz-Anmeldung und Fragen:

- cilas2024@gmx.ch (oder 078 724 55 60)

Die Teilnehmerliste ist im Anhang mit dabei.

Wir freuen uns aufs Tanzen, neue Kontakte knüpfen, laben, diskutieren, arbeiten und spielen.

Es grüsst Euch herzlich

Dorothee, Moana, Monique, Stefan

CILAS 2024 26.-29. Januar 2024 im Movity in Uster

Échange de professeurs de Contact Improvisation en Suisse

Chers professeurs de Contact Impro

C'est un plaisir pour toi de participer au CILAS 2024.

La rencontre des enseignantes CI de cette année doit, comme chaque année, offrir un cadre pour l'échange mutuel, la danse, l'expérimentation, la motivation, la connaissance, les retrouvailles et le réseautage.

Accès / Lieu :

- [Movity, Florastrasse 42, 8610 Uster](#) est accessible en 10 minutes à pied depuis la gare d'Uster.

Deux salles de sport bien équipées sont disponibles. Il est possible de se connecter et de se restaurer dans le foyer existant.

- **Parking auto**
places de parking sont disponibles chez Movity et une carte de parking est nécessaire pour le stand pistolet ! Annonce-nous donc si tu viens en voiture, afin que nous puissions organiser la carte de parking pour le stand pistolet. cilas2024@gmx.ch (ou 078 724 55 60). cilas2024@gmx.ch (oder 078 724 55 60)

Hébergement pour la nuit :

[Pistolenstand, Schützenhausstrasse 10, 8610 Uster](#)

- A 30 minutes à pied de Movity se trouve le "Pistolenstand" avec des chambres de 2 et 4 lits (avec literie et douches).

Coûts CILAS et nuitée :

- Fr. 130.- à 170.- pour les CILAS et les repas (selon les participants).
- hébergement au stand pistolet pour Fr 32.-- par personne/nuit (64.-- 2 nuits)
- merci d'apporter de l'argent liquide

Arrivée et départ :

Arrivée vendredi 17h00 au Movity à Uster.

Départ dimanche 16h00

Si quelqu'un souhaite s'installer avant (vers 16h00) dans le stand de tir au pistolet, il peut s'annoncer à l'avance auprès de Monique : info@lostandfounddance.com

Ce dont nous avons encore besoin :

Merci d'envoyer par e-mail ton idée de labo, ton score, ta question, ton intention ou autre jusqu'au mardi 23 janvier 2024 au plus tard à l'adresse suivante cilas2024@gmx.ch

Planification du déroulement de CILAS 2024 :

Vendredi :

Arrivée/enregistrement à partir de 17h00,

Cercle d'ouverture et informations importantes 18h00

Jam 19h00 - 22h00

Vendredi soir, comme d'habitude, partage/potluck, chacun apporte quelque chose à manger

Samedi :

Petit déjeuner à partir de 8.30

CDP 10.00 - 10:30

LAB 1, 10:45 - 12:45

Repas 13.00 - 14.00 (on nous fait à manger)

Table ronde 14.00 - 14.30

LAB 2, 15:00 - 17:00

THEMA-JAM 17.00 - 18.30

Dîner 19.00 heures (bonne soupe)

Jam à partir de 20.30

Dimanche :

Petit déjeuner à partir de 8.30

Jam 10.00 h - 11.30 h

LAB 11.45 heures - 13.15 heures

Repas 13.30 - 14.30 (on nous fait à manger)

Cercle de clôture 14.30 -15.30

Rangement et départ vers 16h00

Attention : le sol des salles de danse est un peu frais, surtout le matin, alors pense à prendre quelque chose de chaud avec toi.

Pour l'inscription au parking et les questions :

cilas2024@gmx.ch (ou 078 724 55 60).

La liste des participants est jointe en annexe.

Nous nous réjouissons de danser, de nouer de nouveaux contacts, de manger, de discuter, de travailler et de jouer.

Nous vous saluons cordialement

Dorothée, Moana, Monique, Stefan