

français plus bas

per Giuseppe: non abbiamo traduto questo mail in italiano perque non vieni a CILAS in Herisau...

Liebe Schweizer Contact LehrerInnen

Hier nun die (lang ersehnten?) Detail-Informationen zur **9. CILAS 2013**. Wir lassen die bewährten Räder weiterrollen und lehnen uns stark an die vorangegangenen CILAS-Strukturen an. Uns ist es ein Anliegen, dass wir für die 2 ½ Tage einen Rahmen bieten können für's Austauschen, Tanzen, Arbeiten, Socializen und vieles mehr. Wo wir den zeitlichen Rahmen so weit es geht einhalten werden und auch Luft und Raum für's Spontane da ist....

Die 9. CILAS 2013 findet wie angekündigt statt vom

25.-27. Januar 2013 in Herisau (nähe St.Gallen).

Wir haben einen wunderschönen Ort gefunden mit Sicht auf den Säntis, der praktisch eingerichtet ist und sich ideal eignet für eine CILAS. (www.tanzraum.ch)

PROGRAMM

Freitag 25. Januar:

- 19.30 – 20.00: Ankommen
- 20.00 – 20.15: Begrüssung
- 20.15 – 22.00: Warm Up von Adrian und Jam, Themensammlung für die Labs in Bewegung
- 22.00 – 22.30: Snacks
- 22.15 – 22:30: erste Sichtung der Themen für die Labs

Samstag 26. Januar:

- 8.00 – 9.00: Frühstück
- 9.30 – 10.30: Warm Up und Jam
- 10.30 – 11.00: Gruppenbildung für Labs
- 11.00 – 13.00: Lab-Runde 1
- 13.00 – 14.30: Lunch
- 14.30 – 17.00: Lab-Runde 2
- 17.30 – 19.00: Jam und/oder Bodywork
- 19.30... Nachtessen in Restaurant

Sonntag 27. Januar:

- 8.00 – 9.00: Frühstück
- 9.30 – 10.30: Warm Up und Jam
- 10.30 – 11.00: Gruppenbildung für Labs
- 11.00 – 13.00: Lab-Runde 3
- 13.00 – 14.30: Lunch
- 14.30 – 16.00: Rück- und Ausblick, CILAS 2014 (10-jähriges Jubiläum!)

Die **Warm-ups** am Samstag und Sonntag würden wir gerne an jemanden übergeben, bei Interesse bitte bei Anmeldung erwähnen.

Chers/chères profs de contact résidant en Suisse

Voici enfin des informations détaillées sur le 9ème édition de **CILAS pour 2013**. Nous n'avons pas réinventé la roue et nous orientons sur les expériences des éditions précédentes. Il est important pour nous que ces 2 jours ½ offrent un cadre pour l'échange, la danse, la recherche en action, le dialogue et plus. Nous voulons d'une part offrir une structure claire, tout en nous adaptant aux idées spontanées.

CILAS 2013 aura lieu comme annoncé les:

25-27 janvier 2013 à Herisau (près de St.Gall).

Nous avons trouvé un endroit magnifique avec une belle vue sur le Säntis et bien équipé qui se prête idéalement à CILAS (www.tanzraum.ch)

PROGRAMME

Vendredi 25 janvier:

- 19.30 – 20.00: arrivée
- 20.00 – 20.15: bienvenue
- 20.15 – 22.00: Warm Up avec Adrian & Jam, récolte de thèmes pour les ateliers en mouvement
- 22.00 – 22.30: Snacks
- 22.15 – 22:30 : 1ère vue d'ensemble des thèmes pour les ateliers/labs

Samedi 26 janvier:

- 8.00 – 9.00: petit déjeuner
- 9.30 – 10.30: Warm Up & Jam
- 10.30 – 11.00: Constitution des groupes pour les labs
- 11.00 – 13.00: Labs- 1ère ronde
- 13.00 – 14.30: repas de midi
- 14.30 – 17.00: Labs- 2ème ronde
- 17.30 – 19.00: Jam et/ou massage
- 19.30... Repas au restaurant

Dimanche 27 janvier:

- 8.00 – 9.00: petit déjeuner
- 9.30 – 10.30: Warm Up & Jam
- 10.30 – 11.00: Constitution des groupes pour les labs
- 11.00 – 13.00: Labs- 3ème ronde
- 13.00 – 14.30: repas de midi
- 14.30 – 16.00: Feed back et vision, CILAS 2014 (la 10 ème!)

Pour les warm up de Samedi et Dimanche on cherche encore quelqu'unE – intéresséE ?
Communiquer ça à Adrian s.v.p.

THEMES:

Amenez questions et thèmes qui vous intéressent pour une exploration et un échange en commun.

COÛTS:

Env. Fr. 60.- (en fonction du nombre de participants), yc nuits en studio et repas sauf le restaurant

INSCRIPTION:

SVP jusqu'au **18 janvier** auprès d'Adrian: adrianrussi.yep@bluewin.ch

Ce serait sympa aussi de nous écrire un petit mot si vous ne comptez pas venir.

REPAS:

Pour les snacks de vendredi à 22.00, nous aimerions vous demander d'amener, **une petite collation à partager.**

On préparera les petits-déj et collations ensemble et c'est l'équipe organisatrice qui fera les courses.

Nous prévoyons d'aller dans une

pizzeria samedi soir.

NUITEES:

Si vous dormez dans le **studio**, prenez un sac de couchage. Il y a des matelas sur place (matelas de gym et matelas isomattes) et des couvertures. Il y a aussi 2 matelas confortable dans le studio (on va faire une lotterie...) et Katharina Schwander offre 3 lits à St Gall.

Si vous voulez plus de confort, réservez au plus vite une chambre sur:

-Herisau, Hotel Marktplatz, 15 min à pied, env. 80.- 071 352 32 12, www.hotel-marktplatz.ch

-Herisau, B&B (Jakobsweg), 10 min à pied, , 50.- , Monica Müller, Wyburgweg 2, 071 352 61 27, unterkunft-herisau@gmx.ch

-St.Gall, Hotel Dom, 5 min de la gare de St.Gall, guidé par des personnes handicapé, très jolie, 95.- - 125.-, www.hoteldom.ch

-St.Gall, Kursana Residenz, au centre, 105.-, www.spisertor.ch

ORIENTATION:**Plan de situation:**

http://tanzraum.ch/index.php?option=com_content&task=view&id=28&Itemid=44

Trains: De Zürich toutes les demi-heures, p.ex. dép de ZH 18.09, arr. Herisau à 19.23, changer à Gossau.

On viens vous chercher à la **place de la gare (« Bahnhofplatz ») vers 19.25.**

Nous nous réjouissons de danser, échanger, réseauter à Herisau ...

L'équipe de CILAS 2013

Katharina Schander, Katharina Lüssi, Adrian Russi

Katharina Schwander: 079-267'56'17

Katharina Lüssi: 076-402'21'81

Adrian Russi: 079-600'87'80