

STREAM Zadar platforma edukativnih sadržaja održati će se od **6. do 23. kolovoza** u prostoru Zadarskog plesnog ansambla.

STREAM je osmišljen kao niz profesionalnih radionica iz područja suvremenog plesa i izvedbenih umjetnosti, s primarnim fokusom na produbljivanju plesne prakse kroz studiozan rad i svjesno bavljenje tijelom. Cilj radionica je upoznavanje polaznika s alatima i tehnikama kroz specifične istraživačke procese, u svrhu nadogradnje vlastitih plesnih, koreografskih i izvedbenih vještina.

Stream ove godine otvara radionica s Hannom Hegenscheidt, certificiranom pedagoginjom **Klein Technique™** koja već tradicionalno podučava na Stream-u. Klein Technique™ je somatska tehnika osmišljena kako bi potpomogla zdravo kretanje i prevenciju ozljeda. Naglasak stavlja na kretanje iz najdubljeg strukturnog i energetskog tkiva – kosti, a fokus prakse je na analizi i pročišćavanju pokreta te na razumijevanju mehanike tijela kroz aktivaciju najdubljeg mišićnog sloja.

Radionica je prvenstveno namijenjena plesačima, glumcima, sportašima, fizioterapeutima, ali i svima koji žele produbiti svoje znanje o funkcionalnosti tijela. Više informacija možete pronaći na stranici: <http://www.kleintechnique.com>.

Drugu radionicu, **The Dots Method** vodi umjetnica Alekasandra Janeva Imfed. To je metoda koja prepoznaje i nastoji izbjegavati uobičajenu organizaciju, ritam, navike i slijed naše improvizacije te tako iznova pokreće tijelo na neočekivan način. Tijelo će se koristiti kao prostor, a „točka“ kao njezin „autor“ unutar tog praznog prostora. Koriste se razne vježbe koje služe za stjecanje povjerenja za donošenje odluka o točnom vremenu/ trenutku. Fokus je na promatranju donesenih odluka, komponiranju i odlučivanju o tome što slijedi, ne promatrajući pritom ništa kao pogrešnu odluku. Ključan doprinos daljnjim impulsima/nagonima jest razumijevanje vrlo brzog *aller-retoura*, odnosno odnosa između odluka koje tijelo donese i povratne informacije koju nam ono šalje.

Zatim, drugu godinu za redom, radionica **Principi sigurnog pokreta** koju vodi Grgur Kovačić, magistar kineziologije u kineziterapiji i trenutni doktorand na studiju Kineziologije. Ova teoretsko praktična radionica je nastala na temelju koncepata, tehnika i znanja koje kineziolog Grgur Kovačić svakodnevno koristi u praksi s ciljem poboljšanja tjelesnih sposobnosti, prevenciji ozljeda i otklanjanja bolnih stanja. Cilj radionice je učenje praktičnih principa kondicijskog i korektivnog treninga koji će vam omogućiti siguran i efikasan način za ostvarivanje napretka u snazi, jakosti, stabilnosti, pokretljivosti, izdržljivosti, otpornosti i izlasku iz bolnih stanja. Radionica je namijenjena plesačima, glumcima, sportašima, fizioterapeutima i kineziterapeutima.

Edukativni dio *zadarskog plesnog ljeta* zatvorit će radionica **Stvaranje plesova: pitanje PROSTORA** svestranog Julyen Hamiltona, plesača, koreografa, pjesnika, učitelja i glazbenika koji stvara i izvodi širom svijeta već 40 godina. Radionica razmatra i koristi suštinsku prirodu PROSTORA u kojemu se koreografija i ples mogu napraviti i izvesti. Zalazi u teme radijalnog i kartezijanskog prostora i načine na koji njihov suodnos utječe na tijelo u pokretu i kazališni prostor u kojemu se izvođač i publika sreću. Ovladavanje tijelom i „progovaranje“ njime u prostoru, vremenu i pokretu osnove su svakog zadatka – tjelesna koordinacija i odnos prema materijalu koji se stvara te zatim dijeli u izvedbi.