

## **BudoFlux - Partnering**

Aikido - contact – mix

**Dienstag, 31.1. - 15 – 18 h**  
**Mittwoch, 01.2. - 10 – 17 h (1h Pause)**  
**Donnerstag, 02.2. - 10 – 17 h (1h Pause)**  
**Freitag, 03.2. - 10 – 13 h**

**Aula Jugendzentrum »Villa Rü«**  
**Giradetstr. 21,**  
**45131 Essen - Rüttenscheid**



Die physische Herangehensweise, um mit dem Zentrum einer anderen Person zu arbeiten, ist verbunden mit dem Studium von Kraft, Rhythmus, Gewicht, Geschwindigkeit, Balance und der Klarheit von Kommunikation...

Das Entwickeln eines neuen off-balance-Vocabulars im Duett wird es dir ermöglichen, eine neue Welt komplexer Bewegungen und Balancen im Spiel mit Gewicht und Gegengewicht zu entdecken, indem du deine Energien effizienter zu nutzen lernst.



Hierbei werden Improvisations-Übungen, Solo- und Duo-combinations of gliding, jumping, floating, spinning, rolling..., den TeilnehmerInnen ermöglichen, sich ihrer Bewegungsinstinkte bewußt zu werden, sie (wieder) zum Leben zu erwecken. Have fun!

## **BudoFlux**

Budoflux ist ein Bewegungssystem, das eine Synthese aus Martial Arts Elementen und Tanz darstellt. Budoflux ist nicht nur beeinflusst durch Howard Katz Firehearts Erfahrungen mit Limon Technik, der Cecchetti-Methode, Release-Technik, Aikido, Kung Fu und Tai Chi, sondern auch deutlich geprägt durch seine Zusammenarbeit mit Künstlern aus anderen Disziplinen. Um mehr über das Budoflux-Konzept (inkl. Howards Vorstellungen vom »complete performer«) zu erfahren, siehe unter: <http://www.howardfireheart.com/sites/teaching.html>

## **Howard Katz Fireheart**

Howard Katz Fireheart stammt aus New York, wo er sich in modernem, klassischen Tanz und anderen Kunstdisziplinen ausbilden ließ. Nach seiner Ausbildung am California Institute of the Arts kehrte er nach New York zurück und leitete dort 10 Jahre lang seine Kompanie KOOK.

Seit 1996 lebt er in Berlin, arbeitet als Solodarsteller sowie in Kollaborationen mit anderen internationalen Künstlern. Er choreografierte viele grenzüberschreitende Stücke, die in- und außerhalb Europas zur Aufführung kamen. Mit seinem Performance-Musikprojekt Post Holocaust Pop tourt er weltweit.

