

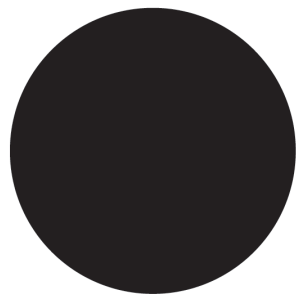
● BAU



KAS ●



● TEN



Selbst-bewusst durch das Zusammenspiel von Körper und Geist

Dank seiner langjährigen Erfahrung als Taichi-Lehrer, Performer und Jonglage- sowie Zirkuslehrer, hat Jonas Althaus eine Art Baukastensystem entwickelt, das sich als Tool im Bereich, Selbstwahrnehmung, Kreativität, Ausdruck, Präsenz, Lern-prozesse sowie Teambildung sehr bewährt. So wird ein Raum geöffnet, um sich und die anderen in ungewohnten Situationen zu erleben und sich und die Gruppe neu zu erfahren.

Folgende Elemente können für Kurse oder Workshops je nach Bedarf frei zusammengesetzt werden

Körper und Bewegung

- Präsenzarbeit
- Bewusstsein
- Verbindung Körper-Geist
- Elemente aus Qi-Gong und Taichi
- Mühelose Bewegung

Jonglage

- Kreativität entwickeln und erfahren
- Sich im Lernprozess beobachten
- Konzentration, Koordination, Geschicklichkeit schulen
- Zusammenarbeit in Paar- oder Gruppenübungen vertiefen

Improvisation

- Mit Bewegung Raum, Zeit und sich erfahren
- In den Moment eintauchen und vertrauen
- Erlernen der Improvisationsmethode von Jonas Althaus
- Unvorhergesehenes annehmen und integrieren

Partnerarbeit

- Akzeptieren, verbinden, ohne Widerstand reagieren (Taichi Prinzipien).
- Aufnehmende und abgebende Kräfte erfahren
- Das eigene Kontaktverhalten bewusst erleben

Alle diese oben genannten Elemente sowie eine künstlerische Darbietung von Jonas Althaus können beliebig kombiniert werden.

Jonas Althaus

Seit seiner intensiven Auseinandersetzung mit dem Taichi beschäftigt sich Jonas Althaus vertieft mit der direkten Verbindung von Körper und Geist, die jegliche Lebensbereiche prägt. Dies nutzt Jonas Althaus in all seinem vielseitigen Wirken. Seine Präsenz und sein Gespür für Situationen und Menschen sowie seine umgängliche Art, unterstützen andere Menschen und Gruppen auf ihrem Weg und ermöglichen Konfrontation mit tiefliegenden Themen.

Jonas Althaus ist Jongleur, Performer, Zirkusdozent und Taichi-Lehrer. Seit seiner Ausbildung an der Akademie Teatro Dimitri (2001-2004) bewegt er sich mit Companien und eigenen Projekten auf der Bühne. Sein künstlerischer Fokus liegt im Bereich der Improvisation mit experimenteller Jonglage und Musik. Seit 2011 arbeitet er als Gastdozent an der ACaPA (Academy of Circus and Performance Art, Tilburg NL). In dieser Funktion entwickelte er eine Improvisationsmethode. Sein künstlerisches Auge unterstützt zahlreiche Artisten und Companien in ihren Kreationen. In seinem Raum in Basel unterrichtet Jonas Althaus zudem seit 2014 Taichi Chuan.



Angebot

- Wöchentliche Lektionen oder Blocks
- Workshops

Kosten

- Nach Absprache

