

Internationale Rhythmik Woche Wien 2026

Workshop mit Doris Uhlich

Energetic Body

Der Workshop hat jeden Tag drei Schwerpunkte: Nach einem Warm-Up folgen Improvisationen und anschließend eine leichte Choreografie. Zentrale Themen sind die Beschäftigung mit Peripherie und Zentrum - sowohl räumlich als auch körperlich. Dynamische Beziehungen zu Raum, Objekten und Menschen, die Wechselbeziehung von Nähe und Distanz und Qualitäten von Kontakt werden erforscht. Doris Uhlich vermittelt den Workshopteilnehmer*innen Möglichkeiten, die Wahrnehmung auf den eigenen und auf andere Körper zu erweitern und lustvoll in die Möglichkeiten des eigenen Ausdrucks einzutauchen - von energiegeladen impulsiv bis sanft. Every Body Welcome!