

## Workshops Utrecht Danst Winterfestival 25 januari 2020

Workshop Tapdans .....	2
Workshop Streetdance.....	2
Workshop Tribal Fusion Bellydance .....	4
Workshop Dansimprovisatie en Instant Compositie .....	3
Workshop Klassiek Ballet .....	3
Workshop Klassiek ballet - Movement class.....	4
Workshop modern vloerwerk .....	4
Workshop Argentijnse Tango.....	5
Workshop dansen volgens de Alexandermethode .....	6
Workshop Afrikaanse, moderne dans .....	6
Workshop Kennismaking met Flamenco .....	7
Workshop Musical Pippin.....	7
Workshop TribalFusion.....	8
Workshop Sevillanas .....	8
Workshop Moderne Dans .....	9
Workshop UDX Hip Hop.....	9



## Workshop Tapdans

Voor wie : Vanaf 16 jaar  
Niveau : Beginners  
Tijd : 10.30 – 12.00 uur  
Locatie : Theaterzaal / De Berenkuil Biltstraat 166, Utrecht  
Benodigdheden : Schoenen met een gladde zool mee.

In de workshops Tapdans ga je aan de slag met drie tapbewegingen. Je leert De step (zachte tik), de stamp (harde tik) en de shuffle (twee tikken). Met deze basisbewegingen leer je een korte choreografie, waarbij de nadruk op het ritme ligt.

Deze workshop wordt gegeven door dansdocent Peter Kruit.

**Tickets:**

[Alleen Workshop of Combiticket Workshop & Open Podium](#)

---

## Workshop Streetdance en Hip Hop

Voor wie : Kinderen (10 – 12 jaar)  
Niveau : Beginners  
Tijd : 10.30 – 12.00 uur  
Locatie : Studio Oost/ De Berenkuil, Biltstraat 166 Utrecht  
Benodigdheden : Waar jij je lekker in voelt.

In deze workshop ga je leren dansen zoals je ziet bij kinderen voor kinderen, Amerikaanse popartiesten of programma's zoals dancencedance. Op hedendaagse muziek leer jij de stoerste en populairste moves.

Deze workshop wordt gegeven door dansdocent Samantha de Vries.

**Tickets:**

[Alleen Workshop of Combiticket voor Workshop & Open Podium](#)

## Workshop Dansimprovisatie en Instant Compositie

Voor wie : Volwassenen  
Niveau : Gevorderden  
Tijd : 10.30 – 12.00 uur  
Locatie : Studio 3, Weg naar Rhijnauwen 3 Utrecht  
Benodigdheden : Gemakkelijk zittende kleding. Er wordt gedant op blote voeten.

In deze workshop zoomen we in op het systeem van de botten; welke bewegingskwaliteiten levert dit op en op welke wijze gebruik je jouw zintuigen? Met deze ervaring ontdek je de muzikaliteit van de botten en gaan je hiermee spelen in de groepsimprovisaties!

Deze workshop wordt gegeven door dansdocent Iris van Peppen.

Tickets:

[Alleen Workshop of Combiticket Workshop & Open Podium](#)

---

## Workshop Klassiek Ballet

Voor wie : Volwassenen  
Niveau : Gevorderden  
Tijd : 10.30 – 12.00 uur  
Locatie : Damplein 4, Utrecht, studio 019  
Benodigdheden : Danskleding

In de workshop Klassiek Ballet worden na de barre, dansfrases geleerd van een neoklassiek ballet van één van Nederlands grote choreografen.

Deze workshop wordt gegeven door de Fransman Nicolas Rapaic. Nicolas was als danser verbonden aan Het Nationale Ballet in de jaren 1992 tot en met 2008 onder de artistiek leiding van Wayne Eagling en Ted Brandsen. In 2000 werd hij bevorderd tot tweede solist. Heden ten dage geeft hij les op dansscholen en bij instituten, waaronder het DCU en is hij een veel gevraagd gastdocent.

Tickets:

[Alleen Workshop of Combiticket Workshop & Open Podium](#)

## Workshop Klassiek ballet - Movement class

Voor wie : Volwassenen  
Niveau : Intermediate / Gevorderd  
Tijd : 10.30 – 12.00 uur  
Locatie : Basisschool De Beiaard: van Loonlaan 46, Utrecht  
Benodigdheden : Gemakkelijk zittende kleding.

In deze klassieke les zal de nadruk liggen op het dansgevoel van het klassieke ballet. Hoe maak je van de techniek een middel in plaats van een doel.

De workshop bestaat uit een klassieke les met een korte barre, een uitgebreid midden en diagonaal en een klassieke combinatie aan het eind en bij dit alles ligt de focus op de dansante kant. Klassiek is een technische dansstijl, maar dit betekent niet dat het niet dynamisch kan zijn. Bereid je voor op hard werken, lekker zweten en uiteraard heerlijk dansen!

Deze workshop wordt gegeven voor Lies Bakker van Dansschool Mizou.

Tickets:

[Alleen Workshop of Combiticket Workshop & Open Podium](#)

---

## Workshop Tribal Fusion Bellydance

Voor wie : 16 jaar of ouder  
Niveau : Beginners  
Tijd : 10.30 – 12.00 uur.  
Locatie : Damplein 4, Utrecht  
Benodigdheden : Gemakkelijk zittende kleding. Je mag een heupsjaal meenemen.

Tribal Fusion Bellydance kenmerkt zich door zowel strakke isolaties, traditionele buikdans en het combineren met een sterke moderne stijl. Het vloeiende karakter geeft echt het idee dat je als een slang kunt bewegen en het publiek kunt betoveren.

Deze workshop wordt gegeven door Jolijn Calle van Dansschool Joliette.

Tickets:

[Alleen Workshop of Combiticket Workshop & Open Podium](#)

## Workshop modern vloerwerk

Voor wie : Volwassenen  
Niveau : Intermediate  
Tijd : 13.00 – 14.30 uur  
Locatie : Basisschool De Beiaard: van Loonlaan 46, Utrecht  
Benodigdheden : voor deze workshop heb je kniebeschermers nodig. Trek gemakkelijk zittende kleding aan.

In deze workshop ga je aan de slag met allerlei principes van het vloerwerk. Bepaalde bewegingen komen aan bod zoals slides, jumps en rolls, maar we bekijken het ook breder. Welke principes van de moderne dans, en vloerwerk in het bijzonder, kun je altijd toepassen? En waarom zijn deze principes bedacht, in welke zin helpt het je in het dansen over de vloer? Een workshop vol rollen en glijden over de vloer, maar bovenal lekker dansen!

Deze workshop wordt gegeven door Annie Pacilly van Dansschool Mizou.

**Tickets:**

[Alleen Workshop of Combiticket Workshop & Open Podium](#)

---

## Workshop Argentijnse Tango

Voor wie : Volwassenen  
Niveau : Beginners  
Tijd : 13.00 – 14.30 uur  
Locatie : Buurtcentrum Sterrenzicht, Keerkringplein 40, Utrecht  
Benodigdheden : Kleding waar je makkelijk in kunt bewegen. Lichte (buiten)schoenen (met of zonder hakken), dikke sokken of (dans)sneakers

Kom kennis maken met Argentijnse Tango, een improvisatiedans voor twee dansers. Tango is een spannende, sociale dans. De dans heeft een rijk palet aan expressiemogelijkheden. Tango kan speels en expressief of juist ingetogen gedanst worden. Altijd in verbinding en communicatie met de ander, en met de muziek. In deze workshop wordt je meegenomen om je in de beleving van het "tangogevoel" te brengen. We leren je de principes van het samen dansen in verschillende danshoudingen. Deelname kan alleen of samen. Het hebben van danservaring is niet nodig. Dansers mét danservaring zijn ook van harte welkom. Laat je verrassen!

Deze workshop wordt gegeven door Annelies Gietelink & Egbert Balsma van Argentijnse Tango Anna Rosa.

**Tickets:**

[Alleen Workshop of Combiticket Workshop & Open Podium](#)

## Workhop dansen volgens de Alexandermethode

Voor wie : Volwassenen  
Niveau : Beginners  
Tijd : 13.00 – 14.30 uur  
Locatie : Dimplein 4, Utrecht  
Benodigdheden : Makkelijk zittende kleding. We dansen op blote voeten, maar je mag zaalschoenen meenemen.

Hoe anders voelt de dag wanneer je haar dansend begonnen bent? Ervaar meer kracht, energie en lichaamsbewustzijn door dans in combinatie met de Alexandermethode, grondingstechnieken en mindful ademen. Deze technieken helpen je niet alleen in je dans maar ook in je dagelijks leven.

De Alexandermethode gebruik je voor een mooie gezonde ontspannen houding. Grondingstechnieken helpen je om vanuit je soft power, met gemak, stevig te staan. Het mindful ademen in je dans helpt je om je energie op te laden. De nadruk ligt op ontspanning terwijl je intensief, op wereldmuziek, werkt aan lichaamsversteving, uithoudingsvermogen en souplesse.

Deze workshop wordt gegeven door Karin Elich van Karin Elich Dancing Spirit

**Tickets:**

[Alleen Workshop of Combiticket Workshop & Open Podium](#)

---

## Workshop Afrikaanse, moderne dans

Voor wie : Volwassenen  
Niveau : Alle niveaus  
Tijd : 13.00 – 14.30 uur  
Locatie : Dimplein 4, Utrecht, studio 019  
Benodigdheden : Kleding waar je goed in kan bewegen

In deze workshop gaan we aan de slag met een combinatie van traditionele Afrikaanse dans en moderne dans. In de dansles staat plezier altijd voorop. Een ontspannen sfeer, contact maken en het beste uit jou halen zijn belangrijk voor deze les.

De Afrikaanse moderne dansles is:

- een krachtige en energieke training voor het lichaam;
- werken aan de basishouding; werken aan coördinatie;
- gronding en flexibiliteit;
- krachttraining en het opbouwen van een sterk centrum;
- bewegen op verschillende muziek en vooral ook plezier hebben.

Deze workshop wordt gegeven door Simone Heijloo van DCU.

**Tickets:**

[Alleen Workshop of Combiticket Workshop & Open Podium](#)

## Workshop Kennismaking met Flamenco

Voor wie : Volwassenen  
Niveau : Beginners  
Tijd : 13.00 – 14.30 uur  
Locatie : Theaterzaal / De Berenkuil Biltstraat 166 3572 BP Utrecht  
Benodigdheden : Stevige schoenen die een beetje geluid maken bij het stampen

Elegantie, pit, zachtheid, een magisch spel met het ritme – Flamenco heeft het allemaal. Flamenco is fysiek bezig zijn, muziek maken met je eigen lijf, een uitlaatklep voor je zielenroerselen. Maak in deze workshop kennis met de prachtige Flamenco!

Deze workshop wordt gegeven door Antje Herber van Azules Flamenco.

**Tickets:**

[Alleen Workshop of Combiticket Workshop & Open Podium](#)

---

## Workshop Musical Pippin

Voor wie : Volwassenen  
Niveau : Intermediate  
Tijd : 15.00 – 16.30  
Locatie : Basisschool De Beiaard: van Loonlaan 46, Utrecht  
Benodigdheden : Trek gemakkelijk zittende kleding aan.

In deze workshop zal er worden ingezoomd op Bob Fosse, een belangrijke musical choreograaf en regisseur uit de vorige eeuw in Amerika. Bekende musicals die hij heeft gemaakt zijn: Sweet Charity en Chicago. In deze workshop gaan we in op een andere musical van hem, namelijk **Pippin**. Er zal o.a. worden gewerkt met details zoals handen, mimiek en focus. Maar vergis je niet, want het wordt zeker wel zweten!

Deze workshop wordt gegeven door Esmee Mardjan van Dansschool Mizou.

**Tickets:**

[Alleen Workshop of Combiticket Workshop & Open Podium](#)

## Workshop Buikdans en TribalFusion Bellydance

Voor wie : Vrouwen van alle leeftijden  
Niveau : Beginners  
Tijd : van 15.00 – 16.30 uur  
Locatie : Alhambra, Catharijnesteeg 6, Utrecht  
Benodigdheden : soepele kleding. Er wordt gedanst op blote voeten. Heupsjaals zijn te leen

Maak kennis met de 5000 jaar oude dansvorm: oriëntaalse dans/ buikdans en de moderne versie daarvan: TribalFusion. De meest vrouwelijke, natuurlijke en lichaamsvriendelijke dans waar je superlenig van wordt. Hipshakes and drops, isolations, making waves, snaky tribal moves. Dansplezier staat centraal.

Deze workshop wordt gegeven door Yazila van Dansschool Al Hambra.

**Tickets:**

[Alleen Workshop of Combiticket Workshop & Open Podium](#)

---

## Workshop Sevillanas

Voor wie : Volwassenen  
Niveau : Beginners  
Tijd : 15.00 – 16.30 uur  
Locatie : Damplein 4, Utrecht  
Benodigdheden : Feestelijke kleding met blote voeten of schoenen, eventueel met een klein hakje.

In deze feestelijke dans met wortels in de flamenco komen kracht, schoonheid en gratie samen. Je danst altijd in paren van twee vrouwen, twee mannen of een vrouw met een man.

Je kunt óf alleen óf samen met een partner aan de workshop deelnemen. Er zijn altijd genoeg mensen om mee te dansen. Na de lessen kun je overal, op Spaanse feesten in Nederland en Spanje, met iedereen Sevillanas dansen.

Deze workshop wordt gegeven door Karin Elich van Karin Elich Dancing Spirit

**Tickets:**

[Alleen Workshop of Combiticket Workshop & Open Podium](#)

---

## Workshop Braziliaanse Zouk

Voor wie : Volwassenen  
Niveau : Beginners  
Tijd : 15.00 – 16.30 uur  
Locatie : De Berenkuil Biltstraat 166 3572 BP Utrecht  
Benodigdheden : Kleding waar je goed kan bewegen. Mag je gewone dagelijkse kleding zijn. Als je dansschoenen hebt, mag je deze meenemen.

Braziliaanse zouk is een partner dans stijl uit (natuurlijk) Brazilië. Het is het rustigere, maar zwoelere zusje van de Lambada. Het leuke van deze stijl is dat het niet alleen op tropische muziek, maar ook op moderne pop en sommige R&B muziek gedanst kan worden. In deze workshop maak je kennis met de beginselen van deze dans. Je kunt je ook zonder partner inschrijven.

Deze workshops wordt gegeven door Sascha en Tim van Utrecht Zouk.

**Tickets:**

[Alleen Workshop of Combiticket Workshop & Open Podium](#)



## Workshop Moderne Repertoire

Voor wie : Volwassenen  
Niveau : Intermediate en gevorderd  
Tijd : 15.00 – 16.30 uur  
Locatie: : Domplein 4, Utrecht, studio 019  
Benodigheden : Kleding waar je goed in kan bewegen

Een leuke en dynamische moderne dansworkshop geïnspireerd op de postmoderne danstechnieken zoals Limón en Cunningham. Een workshop vol met swings, opzweepende muziek en oneindig veel dansplezier. In anderhalf uur wordt gewerkt aan een uitdagende moderne dans choreografie geïnspireerd door spirals en draaien.

Deze les wordt gegeven door internationaal docent Lorenzo Koppenaar.

**Tickets:**

[Alleen Workshop of Combiticket Workshop & Open Podium](#)

---

## Workshop Streetdance en Hip Hop

Voor wie : Kids van 10 – 12 jaar oud  
Niveau : Beginners  
Tijd : 15.00 – 16.30 uur  
Locatie : Studio Oost / De Berenkuil Biltstraat 166 3572 BP Utrecht  
Benodigheden : Kleding waar je goed kan bewegen

In deze workshop ga je leren dansen zoals je ziet bij kinderen voor kinderen, Amerikaanse popartiesten of programma's zoals dancencedance. Op hedendaagse muziek leer jij de stoerste en populairste moves.

Deze workshops wordt gegeven door Samantha de Vries van Studio Oost.

**Tickets:**

[Alleen Workshop of Combiticket Workshop & Open Podium](#)