



31. AUGUST 2014

TRENINGS KICK-OFF

NORSK SKUESPILLERSENTER, Welhavensgate 1, Oslo.

FOR ALLE SCENEKUNSTNERE!

En ettermiddag med noen av høstens pedagoger og teknikker, kostnadsfritt!

Meld deg på: www.skuespillersenter.no

PROGRAM KL.13:00 – 16:00

KL.13:00-13:20

PILATES (Roseanna Stonebridge)



Pilates er kvalitativ styrketrening med stabilitet og kroppskontroll som mål. I Pilates handler det om å bygge opp indre støttemuskulaturen grundig. Roseanna har en teknisk og detaljrik tilnærming til Pilates, og mener samtidig at det er viktig å fremheve de holistiske aspektene av treningen.

Hun studerte opprinnelig drama ved Arts Educational School i London. Som tjueåring flyttet hun til Norge og tok opp et studie i homeopati ved Norsk Akademi for Naturmedisin. Der ble det snart klart at hun ønsket å integrere de homeopatiske prinsippene med fysisk trening, og valget falt på Pilates. I tillegg er Roseanna i ferd med å ta en utdanning som gestalt-coach ved Norsk Gestaltinstitutt.

KL.13:25-13:45

MICHAEL CHECHOV (Birgit Nordby)



Michael Chekhov har laget en rekke øvelser som tar utgangspunkt i å utvikle og vekke vår forestillingsevne og inspirasjon til å være skapende utøvere. Disse øvelsene kalte han "psyko-fysiske"- dvs de fysiske øvelsene vekker vår psykologi. Med psykologi mener Chekhov kroppens og våre sansers erfaringer- som alle springer ut fra bevegelse. Hans mål er å vekke vår "creative individuality". Du får en smak av Michael Chekhov hentet opp fra USA og Russland, inspirert av Lenard Petit og Slava Korovin. Birgit vil presentere fysiske øvelser og improvisasjoner, vi utforsker tekst og karakteren.

KL.13:50- 14:10

INTERACTION TECHNIQUE (Gianluca Iumiento)



The *Interaction Technique for Film and Theater* is developed by Gianluca. This is an acting technique that explores acting as "the ability to interact adequately and unpredictably from the given circumstances". The technique helps actors experiencing the elements involved in a true interaction, training actors to access a full Vulnerability and a strong Agility. The technique in its practice works as a progression of exercises made of three main parts that are constantly in dialogue

with each other. Non-Verbal and Sensorial Interaction, Verbalization and Verbal Interaction, Text and Complex Multiple Interaction. Gianluca is a graduate of the Italian National Film School – Centro Sperimentale di Cinematografia, Rome. He teaches widely and has been the Head of the Acting Department at the National Theater Academy of Oslo.

KL.14:10-14:40 SNACKS-PAUSE, en liten utpust og servering av småmat før neste økt

KL.14:40-15:00

GROTOWSKI (Hanne Dieserud)



Grotowski teknikk slik Hanne har erfart det gjennom sitt arbeid med Grusomhetens teater, og slik hun har fått det overlevert fra Rena Mirecka, eneste gjenlevende medlem av det opprinnelige Grotowski-ensemblet. Arbeidets formål er å åpne for essensen i hver utøver. Frigjøre kroppen og legge til rette for at det oppstår en energi der hodet ikke lenger har kontroll over bevegelsen. Vi arbeider med assosiasjoner, rytmeskift og flyt som utgangspunkt for nye personlige og sceniske erfaringer.

Hanne er utdannet ved LAMDA og Scuola Internazionale dell Attore Comico.

KL.15:05-15:25

MOVEMENT analysis and improvisation (Jason Turner)



We will explore how we and the world move. Through this we will look at the spaces, rhythms, and dynamics on how the body acts and reacts. We will work on: The body's levels and spaces, Balance and Imbalance, Attitudes, Tensions, Actions, Identifications, and Poetic Transfer of movement for play. To play around with these elements, an endless resource opens to enrich the performer's physical, emotional and imaginative capacities.

Since 2004 Jason teaches movement, improvisation and styles of theatre at the Lecoq International Theatre School. He regularly leads workshops for theatre companies and theatre schools in Europe and the USA.

KL.15:30-16:00

ENSEMBLE og ACTango (Alicja Ziolk)



Etter 10 år i Italia har Alicja vendt hjem med sekken full av erfaring som scenekunstner og tangopedagog. Gjennom sin fordypning innen russiske (School after Theatre/SCUT og GITIS - Moskva) presenterer hun øvelser med elementer av observasjon, perspektiv, komposisjon og rytme som tilslutt settes sammen i en *marathon* – en øvelse hvor ensemblet løser en lang, kompleks komposisjon som ved samspilt gjennomføring uansett komplikasjoner og hindringer kan inspirere og utvikle en forestillingssituasjon.

Hun avslutter med en liten smakebit av scekunstverktøyet hun har utviklet i kryssningspunktet mellom teater og tango, ACTango.



www.skuespillersenter.no