

5リズム® ウェイブ:インザベリーオブザビート

ルシア・ローズ・ホラン ワークショップ Vol.2

2010.10.4 (Mon.)~5 (Tue.)



踊りに身をまかせるとすべての境界線が消える場所を見つけもはやダンサーではなくなります。私たちが純粋にダンスそのものなのです。In the belly of the beat では、今という瞬間にしっかりと生き、しっかり呼吸し、直感と生きるという古代のアートをプラクティスします。5Rhythms® ダンスプラクティスを旅しながら、骨と呼吸、手と腰、魂と肉体という未踏で神聖な場所を探る機会となります。Flowing(フローイング)で女性性の神秘の領域へ入り、Staccato(スタッカート)で男性性の神秘へ、Chaos(カオス)で女性性と男性性の統合へ、Lyrical(リリカル)で喜びと変容の神秘へ、最後にStillness(スティルネス)で英知のダンスへと移ります。ハートビートであるお腹ですべてのリズムが1つになることに気づきます。身体または心がどのような状態であっても、ダンサーになるのに遅すぎるといったことはありません。私たちはみなダンスで癒すという知恵を生まれながらに持っています。いま、その力を呼び戻し、祝うときです。現実の内景、外景を探究するために、パートナー、コミュニティ、自分自身との関係を深めるために踊ります。ダンス、リチュアルシアター、シェアリングをして、経験を深め統合します。この2日間のワークショップは、5Rhythms® の光と影の哲学の旅へと私たちをいざないます。これは身体を使って私たちを導くシンプルな地図です。剛性から透明性へ、混乱から身をゆだねることへ、うつろから集中へ、無感覚から感じることに。このワークショップは誰でも参加できます。体型も問いません。5Rhythms® がはじめてのかたも大丈夫です。唯一求めるのは、喜んでここに存在し、踊り、シェアする気持ちです。

ルシア・ローズ・ホラン ワークショップ スケジュール ホテル ラ シェネガ	
2010.10.4 (Mon.)	2010.10.5 (Tue.)
9:00	9:30 ワークショップ
10:00	↑ 2day ウェイブ: インザベリーオブザビート
11:30	12:30 ワークショップ
12:00	13:00 解散
13:00	13:30 ランチタイム (自由参加)
14:00	
15:00	
16:00	
17:00	
18:00	
19:00	
ラシェネガロビー集合 11:30	
ワークショップ 12:00	
1day ウェイブ: インザベリーオブザビート	
ワークショップ 18:00	
ディナータイム (自由参加) 19:00	
「海辺の途中」にて	

参加申込書 (Fax用)		0465-62-8019 ディープ インナー ダンス事業部	
お名前 (代表者)		年齢	性別
ご住所 〒 都道府県		メールアドレス	
電話番号	携帯番号	Fax 番号	
同行者名			
			計 ○ 名
●ディナー (4日) 参加 有 無		●ランチ (5日) 参加 有 無	
ディナー及びランチは自由参加です、ご希望に○をご記入下さい。			

●10月4日のディナーは真鶴にあるカフェレストラン「海辺の途中」で行います。高台にある白を基調としたレストランでオープンテラス・ギャラリーなどが有ります。店内には水槽が有り真鶴の海洋生物を見ることが出来ます。参加費はディナーコース2,500円です。ルシアと和やかな夕べを楽しみましょう。
●5日のランチは参加人数によりコーディネートをいたします (予算1,500円程度)

ルシア・ローズ・ホラン

1976年5月にリチャードとペギー・ホランのもとに、エサレン研究所の敷地内にある自宅で生まれる。母は助産師であり、エサレンマッサージの先生であり、ベリーダンサーでした。父はアーティスト、ドラマー、ミュージシャンであり植物学者でした。子どものときから音楽とダンスに囲まれて育つ。3歳でベリー・ダンスを踊り、10歳からババトウンデ・オラトウンジのもとで西アフリカダンスとドラムを15年間彼から学ぶ。モダン、ジャズ、タップ、バレエも学ぶが、魂のこもっている先住民文化の踊りに引き込まれ、12歳頃、異母兄弟の母であるガブリエル・ロスが創り出した5リズムに興味を持つ。以来数年間で、5リズムのすべてのマップを学び、22歳で5リズムのティーチャーになり、現在は世界中を5リズムティーチャーとして活動している。エサレンマッサージの先生である母と育ち、16歳でマッサージセラピストに認定され、18歳でプロとして働き始める。ロミロミ、タイマッサージを学ぶことに加えて、23歳でアシュタンガヨガティーチャーに認定される。



●参加申込み方法

代表者氏名、年齢、性別、住所、電話番号、携帯電話番号、FAX番号、メールアドレス、同行者氏名、人数、ディナー(4日)・ランチ(5日)参加有無等をご記入の上、電子メール、FAXのいずれかでお申込みください。参加申込みは事前に銀行振込で、振込み終了後正式な申込みとなります。参加申込み後、参加費をお振込みください。入金確認後、ご連絡をいたします。

●参加費振込み銀行口座

横浜銀行 湯河原支店 普通6003249
ディープ インナー ダンス 田口竜三

●申込み問い合わせ: アートオブマッサージ
ディープ インナー ダンス事業部

Tel:0465-62-0009

Fax:0465-62-8019

e-mail:esalen@artofmassage.jp

HP:http://www.artofmassage.join-us.jp/



"Energy moves in waves.
Waves move in patterns. Patterns move in cycles.
A human is just this, energy, waves, patterns cycles."
Gabrielle Roth



ホテル ラ シェネガ

神奈川県足柄下郡湯河原町吉浜 69
TEL:0465-62-0100 FAX:0465-60-1500
http://www.lacienega.co.jp/
JR東海道本線、真鶴駅より車で5分、徒歩20分
JR東海道本線、湯河原駅より車で10分。

