

# KÄLVIÄN SOMATIikka JA TANSSIVIikko KESÄ 2025

## AJANKOHTA

21.7.2025 -25.7.2025

## PAIKKA

Kälviä

## OPPILAITOS

Keski-Pohjanmaan kansanopisto

## HAKEMINEN

Haku aika päättyy 27.4.2025

## Kohderyhmä

Kaikille liikkeestä, somatiikasta ja tanssista kiinnostuneille, sote- ja hyvinvointialojen ammattilaisille ja kouluttajille, valmentajille, kasvatustalon ja taidealojen ammattilaisille.

Aikaisempaa tanssitaustaa ei tarvita.

## Sisältö

Kurssilla tutustutaan tanssin ja liikkeen somaattisiin menetelmiin.

Kesäkurssilla tehdään ohjattuja tanssin ja liikkeen harjoitteita. Niihin kuuluu kehon havainnointia, aistityöskentelyä ja tehtäviä, jotka johtavat ohjatusti kohti vapaata liikettä ja improvisaatiota. Koulutuksessa noudatetaan turvallisemman tilan periaatteita.

Tutustumme tapoihin säädellä aktiivisuustasoa ja liikkeen dynamiikkaa. Tutkimme, kuinka kehonpainoa ja ajoitusta voi käyttää liikkeen apuna sekä tutkimme liikeratoja monipuolisesti. Tutustumme myös kokemukselliseen anatomiaan ja menetelmään, jota kutsutaan autenttiseksi liikkeeksi.

Lisäksi kartoitamme omaa liikkumisen motivaatiotamme, kehollista vuorovaikutusta ja ilmaisua. Keskustelu ja päiväkirjan kirjoittaminen ovat osa työskentelyä, tuo siis mukana muistiinpanovälineet.

Kurssilla ei opetella askelsarjoja. Jokainen liikkuu omista lähtökohdistaan. Motivaatio liikkua oman kehon sallimissa rajoissa on tärkeää.

Kurssi alkaa maanantaina 21.7. klo.14.00 ja päättyy perjantaina 25.7. klo 14.00.

Opetuksen aikataulu (- tauot):

ma klo 14.00 – 20.00

ti – to klo 9.15 – 18.00

pe klo 9.15- 14.00

Omaa työskentelyä on mahdollista jatkaa itsenäisesti klo.22.00 saakka. Opetustilassa on tanssimatto.

Tarkempi aikataulu sinulle lähetetään ilmoittautumisajan jälkeen.

## Lisätietoja

kouluttajat:

Elina Ikonen on somatiikan kouluttaja, työnohjaaja, tanssi/liiketerapeutti- ja tanssipedagogi. Hän on suunnitellut ja kouluttanut eri alojen ammattilaisia Itä-Suomen Liikuntaopiston

ISLO Education in Dance and Somatics koulutuksessa vuosina 2006-2023.

Hän on toiminut myös työnohjaajana ja työskennellyt sosiaalialalla päiväkodissa, lastensuojelussa ja vanhusten kotipalvelussa sekä ohjannut soveltavaa tanssia eri ympäristöissä.

Voit halutessasi varata Elina Ikoselta 1h, 15min kestoisen Trageriin pohjautuvan session, jossa saat työpöydällä tapahtuvan hoidon sekä liikeohjausta valitsemaasi keholliseen aiheeseen. (Hinta 65 € ei sisälly kurssin hintaan.)

Somatiikka ja tanssi- kesäkurssin hintavaihtoehdot:

265€ sis. opetuksen, lounaat 4 kpl, omatoimipäiväkahvit, päivälliset 4 kpl

295€ sis. opetuksen, materiaalit, lounaat 4 kpl, omatoimikahvit, päivälliset 4 kpl, omatoimiaamupala 4 kpl, omatoimi- iltapalat 4 kpl, 4 yön majoittumisen 2 hh huoneessa, pyyhkeet ja liinavaatteet

Huom! Kirjaa laskutustiedot -kenttään minkä hintaiselle taideviikolle osallistut 265 € vai 295 €.

Ilmoittautumisajan päättymisen jälkeen peruutetusta paikasta perimme koko kesäkurssin (somatiikka ja tanssi) hinnan 265 €. Keski-Pohjanmaan kansanopisto pidättää oikeuden perua kesäkurssi, mikäli ryhmäkoko jää liian pieneksi.

Lisätietoja: [info.kansanopisto@kpedu.fi](mailto:info.kansanopisto@kpedu.fi)

Lisätietoja hakeutumisesta  
[info.kansanopisto\(at\)kpedu.fi](mailto:info.kansanopisto(at)kpedu.fi)