

ZA TAKOJŠNJO OBJAVO

Stik:

Marta Stemberger, evritmistka  
marta@hamoves.net

Plesna delavnica na Poletni plesni šoli

**Evritmija:  
zvok besede in glasbe v gibu**

Kdaj

**26. junij – 1. julij 2017**

Kje

**Ljubljana, Slovenija**

Organizacija

**Javni sklad Republike Slovenije  
za kulturne dejavnosti – JSKD Ples**

Prijavnice

**Na spletni strani JSKD Ples  
<http://www.jskd.si/ples/>  
Nižje cene do 25. maja**



**JSKD Ples in hAmoves Eurythmy**  
predstavljata

**Evritmija: zvok besede in glasbe v gibu**

**na Poletni plesni šoli 2017  
v Ljubljani, Slovenija,  
od 26. junija do 1. julija 2017**

Kje se gib začne? Kako najti gibanje, ki odraža celovitost duševnih, duhovnih in telesnih danosti človeka? Kako zavestno gojiti prostor med plesalci?

# hAmoves Eurythmy • Evritmija, umetnost skladnega gibanja

---

Z evritmijo razkrivamo zakone glasbe in poezije, da najdemo gibanje, skozi katerega glasba in beseda zaživita v prostoru. Celo telo postane glasilka, ki z zavednim gibanjem zapoje in spregovori. Tišina se pretvori v sliko; zvok se spremeni v gib. Iz bogate zakladnice gibov, ki jih pozorno vodimo iz enega v drugega, ustvarjamo neprestano spreminjajočo se živo več-dimenzionalno slikovno impresijo.

Medprostor postane polje za zavestni pretok energije med plesalci, ki se širi navzven in navznoter. Plesalci s celovitim pristopom do giba osvežijo sebe, prostor in gledalce.

S skladnim gibanjem, ki izhaja iz evritmije, najdemo usklajenost med različnimi deli samega sebe, poglobljamo gibno zavedanje v prostoru, krepimo občutenje energije med plesalci in razvijamo kinestetično zaznavanje zvoka.

V delavnici **Evritmija: zvok besede in glasbe v gibu** se bomo spoznavali z osnovami evritmije kot tehnike umetniškega gibanja na zvok žive glasbe in govorne poezije:

- načela gibanja (skladno premikanje skupine v krogu, krčenje in širjenje kot dihanje v prostoru, razlike med gibanjem naprej, nazaj, levo, desno),
- ples geometrije v prostoru (ravne črte, krivulje, špirale, zvezde, osmica neskončnosti),
- gibalni izraz ritma v glasbi in poeziji,
- skladni troslojni način človeške hoje,
- bogata zakladnica gibov (za posamezne glasbene tone in intervale, samoglasnike in soglasnike, razpoloženja, barve).

Pripravili bomo kratke koreografije na klasične klavirske skladbe ter na angleško in slovensko poezijo.

Evritmija je umetnost skladnega gibanja, ki jo je razvil Avstrijec Rudolf Steiner na začetku 20. stoletja, najprej v Nemčiji in nato Švici. Evritmija je plesna tehnika, pedagoška metoda (uporablja se na waldorfskih šolah), gibalna terapija, družabna umetnost (za sprostitev duše, telesa, odnosov), duhovni pristop do življenja. Evritmija v gibu upodablja zvok besede in glasbe; koreografije postanejo vidna beseda in vidna glasba.

Najpomembnejše profesionalne nastopajoče skupine evritmije v Evropi so v Stuttgartu, Nemčija, in Dornachu, Švica; v ZDA pa Eurythmy Spring Valley, kjer je dokončala študij evritmije tudi Marta Stemberger.

Več o evritmiji si lahko preberete na spletnih straneh [www.hamoves.net](http://www.hamoves.net) in [www.eurythmy.org](http://www.eurythmy.org).

## hAmoves Eurythmy • Evritmija, umetnost skladnega gibanja

Mag. **Marta Stemberger** je Novomeščanka, ki že skoraj 25 let živi v New Yorku, ZDA. Na poletne plesne šole 1989-1994 jo vežejo lepi spomini. Najprej je bila zavzeta učenka plesa (1989-1993), nato pa je tudi učila: Horton tehniko na Poletni plesni šoli 1994.

Leta 1989 je ustanovila plesno skupino Terpsihora v Novem mestu, kjer so med drugim plesali tudi Jana Menger, Andreja Kopač, Sabina Schwenner, Gregor Luštek in Boštjan Pavček. Jeseni 1991 je med študijem plesa v Parizu spoznala gospoda Freda Lasserrja, ki je nato še isto jesen prvič prišel učiti v Slovenijo v okviru Javnega sklada Republike Slovenije za kulturne dejavnosti. Po njegovem nasvetu je Marta oktobra 1992 odšla študirat ples na Alvin Ailey šolo v New Yorku, ZDA. Po končanem tri-letnem študiju na Alvin Ailey šoli, je nadaljevala s študijem plesa na Martha Graham šoli, tudi v New Yorku, kjer si je po dveh letih poškodovala koleno.

Milan Markelj je po njenem odhodu v ZDA zapisal: »Marta ima rada ples. Ne rada tako, kot imamo radi drobne stvari, ki so nam pri srcu, bi pa brez njih zlahka živeli. Ne, Marta ima ples zares rada, tako rada, da mu posveča vse svoje moči in si z njim načrtuje življenjske poti.« (Dolenjski list, 5.11.1992) Ples je v njenih kosteh, in ni se vdala. Iskala je in iskala, od joge do 5 ritmov do flamenka. Končno pa je našla evritmijo. Štiri-letni intenzivni študij evritmije je zaključila na šoli Eurythmy Spring Valley, ki je eno uro ven iz mesta New York. Trenutno uči odprte klase evritmije na Manhattnu, razvija nove koreografije, vodi samostojne radijske oddaje, piše dva bloga in predstavlja evritmijo širši publiki s predavanji in delavnicami.

Preberite si tudi članek »Marta Stemberger v New Yorku: V isti kabini kot Nicole Kidman«, ki ga je napisal Brane Šalamon in je bil objavljen v Nedeljskem avgusta 2016 (PDF datoteka je na voljo tukaj).



mag. Marta Stemberger

marta@hamoves.net • 646.331.0223 • 332 Bleecker St #K1, New York, NY 10014 • www.hAmoves.net