

Kimpro Höör verksamhetsbeskrivning och plan

Kimpro Höör har funnits sedan cirka 3 år i lite olika konstellationer vi har hållit till på Gaia, Höörs Danscenter och ute hos en av medlemmarna i Östra Nystrup. Organistationen har byggt på delat ansvar och att vi betalat en liten avgift vid varje tillfälle. För närvarande 50 kr. Det mesta av pengarna har gått till lokalhyra men ibland har vi fått några kronor över till att ta in någon ”lärare/inspiratör” utifrån.

Från och med 1 oktober 2019 har vi hyrt in oss på Folkets Hus i Höör för 300 kr per tillfälle. Föreningen är lite så ibland kommer vi inte att få in de pengarna och vi söker nu därför efter nya vägar att få in pengar till hyra.

Verksamhetsbeskrivning

Kontaktimprovisation är en improviserad dansform som handlar om att släppa kontrollen och låta dansen skapas i stunden. Det bygger på en tanke om att alla kan dansa oavsett kropp, ålder, bakgrund eller identitet. Dansarna är oftast i fysisk kontakt med varandra och laborerar med balans, delad vikt, att lyssna med kroppen och att ta och ge impulser. Dansen kan vara alltifrån akrobatisk och intensiv med avancerade lyft till långsamt meditativ. Med lekfullhet och närvaro uppstår en kommunikation mellan dansarna som tillåter dem att hänga sig åt vad som sker i nuet. Det finns inget fel eller rätt så länge du tar ansvar för din egen kropp.

Många upplever kontaktimprovisationen som en terapeutiskt, meditativ och avslappnande aktivitet där man får möjlighet att ta av sig alla sina vanliga roller och bara vara i en öppen och lekfull samvaro.

Plan för verksamheten

Vår ambition är att hålla cirka 40 sammankomster per år fördelat på 20 på vårterminen och 20 på höstterminen.

Förhoppningsvis kommer vi också att kunna hålla en eller ett par helgworkshops per år. Träffarna hålls på måndagar från 18.00 till cirka 20.00.

Vi hoppas att verksamheten ska växa så att fler får del av den här formen för fysisk aktivitet och mental avkoppling.

Annonsering och inbjudningar till event sker till största delen via internet (framförallt facebook) men ibland även affischering på de publika anslagstavlor i Höör.

Verksamheten har hittills i hög grad byggt på samskapande och intentionen är att det ska fortsätta. Det vill säga att alla medlemmar välkomnas att hålla i uppvärmningar eller att komma med förslag och idéer till saker som man vill testa inom dansformen.

Vi har också ambitionen att ta in inspiration utifrån och att ibland även åka ut och hämta (och lämna) inspiration på andra platser där man har Kimprogrupper som ex v Malmö, Stockholm och fler platser ute i världen.