

北投貝透－「韻律與變形」街舞與舞蹈融合工作坊

研習手冊



- 「韻律與變形」——身體的融合

「韻律」是街舞透過外在的音樂，引發身體舞動；「變形」是舞蹈經由內在的痛苦，促使身體扭曲。本次工作坊希望梳理兩者的身體觀，從中找尋異同之處，並在排練、實驗的過程中，一步步地找到兩者得以融合之處，進而成為新的創作方法與身體觀。

- 工作坊規劃

- 1) 工作坊對象及人數：舞蹈工作者以及對街舞、舞蹈有興趣之民眾。共 15 人。
- 2) 工作坊地點：Gather Town（線上）
- 3) 工作坊費用：不收費，只收取保證金（500 元），於工作坊後退還參與者。

4) 課程內容：

日期	課程主題	授課師資	課程內容
8/24	變形：街舞	李明潔	街舞與變形。從地板出發，開發身體韻律的質地變化，搭建會呼吸的身體建築。 #韻律 #空間 #想像
8/25	變形：舞蹈	許生翰	舞蹈與變形。將身體視為器具、回顧靈魂的路徑，再次充滿身體時覺察到肉身的變化、進而變形。
8/26	擬態：素材種子	許生翰、李明潔	透過擬態的動作練習，建立身體素材的種子。誠實回歸到「動」的原因、自己是被什麼給推動的？回顧、並且仔細地觀察，在這樣的狀態下去舞蹈。
8/27	組合：流動與即興	許生翰、李明潔	探索身體與物件、物質在空間中的流動性，重組動作組合，感受並連結自己與環境事物的關係。嘗試由內到外、由外到內的兩種路徑如何推動身體，抱著好奇的心、對皮膚這一層膜內外的感受更加敏銳，因為感覺的需要及快樂而跳舞著。
8/28	階段呈現：韻律與變形	許生翰、李明潔	將四堂課的成果於 Gather Town 上階段呈現，也同時呈現兩位創作者－許生翰、李明潔的舞蹈及街舞融合成果。