

## 個人舞蹈譜

將5個素材種子與5個生命時刻、5張圖像彼此連接。

不必全部都使用到，可以選擇最觸動你、最具意義的那個時刻或是圖像。



種子提供動作素材

時刻提供內在感受、身體質地

圖像提供畫面想像

試著用音樂跳一遍，再去抓住自己最有感受的瞬間，