

Ulla Brinkmann, "Kontaktimprovisation - neue Bewegung im Tanz"  
Afra Verlag, Frankfurt, 4. Auflage 1999  
Kontakt: [hagedorn-bonn@t-online.de](mailto:hagedorn-bonn@t-online.de) in Bonn

## Inhaltsverzeichnis

Einleitung

Zum Aufbau

Gedanken zur Kontaktimprovisation

1. Strömungen im zeitgenössischen Tanz
  - 1.1. Zur Geschichte des Postmodernen Tanzes
  - 1.2. Entstehung der Kontaktimprovisation
2. Bewegungsgrundlagen der Kontaktimprovisation
  - 2.1. Strukturen in der Kontaktimprovisation
  - 2.2. Bewegungsmöglichkeiten
3. Kontaktimprovisation als Erfahrung des Körpers und seiner Möglichkeiten
  - 3.1. Der Körper im physikalischen Umfeld
    - 3.1.1. Was bedeutet "Gewicht geben und nehmen"
    - 3.1.2. Ausnutzung der Schwerkraft zum Impuls der Bewegung
    - 3.1.3. Vom Heben, Springen und "Spiralen"
  - 3.2. Der Körper als biologisches Phänomen
  - 3.3. Anregungen
4. Kontaktimprovisation als Leiberfahrung
  - 4.1. Kontakt und Improvisation – Erleben im Hier und Jetzt
  - 4.2. Leiberfahrung in der Tanzform "Kontaktimprovisation"
  - 4.3. Kontaktimprovisation – ein Spiegel zwischenmenschlicher Beziehungen?
  - 4.4. Berührung berührt
  - 4.5. Kontaktimprovisation als kritische Auseinandersetzung mit bestehenden Gesellschaftsnormen
  - 4.6. Anregungen
5. Zur Vermittlung der Kontaktimprovisation
  - 5.1. Allgemeine Überlegungen
  - 5.2. Beispiele einer Einführung in die Kontaktimprovisation
    - 5.2.1. Kontaktimprovisation in der tiefen Raumebene
    - 5.2.2. Kontaktimprovisation in der mittleren Raumebene
    - 5.2.3. Kontaktimprovisation in der hohen Raumebene
  - 5.3. Hinweise zur Vertiefung der Arbeit mit der Kontaktimprovisation
    - 5.3.1. Inhaltliche Schwerpunkte
    - 5.3.2. Organisationsformen

Ausblick

Literaturverzeichnis

Bildquellennachweis