Impro! Cykl warsztatów improwizacji dla młodzieży

2026-04-16

Impro! to warsztaty teatralne, muzyczne i ruchowe dla młodzieży od 12 do 17 lat. Zajęcia mają na celu rozwijanie wyobraźni, kreatywności, umiejętności z zakresu improwizacji scenicznej, a także spontaniczności. Opierać się będą na różnorodnych metodach improwizacji, od tradycyjnych, po nowoczesne formy ekspresji scenicznej.

Zajęcia odbywają się raz w miesiącu, przeważnie w czwartki lub piątki w godzinach 17.00–18.15. Można uczestniczyć w pojedynczych warsztatach.

Kwiecień – warsztat swobodnej improwizacji muzycznej

- **16 kwietnia, godzina 17.00**

Od gestu do dźwięku

Istotą swobodnej improwizacji (free improvisation) jest „komponowanie muzyki w czasie rzeczywistym” – dokonywane za sprawą twórczej integracji intuicji i doświadczenia, w spontanicznym, zespołowym akcie ekspresji, bez ograniczeń, wspólnie, „tu i teraz”.

Otwarte warsztaty z improwizacji dyrygowanej (conduction), dostępne także dla osób bez doświadczenia i bez instrumentów. Conduction to zespołowa improwizacja oparta na systemie gestów odnoszących się do podstawowych elementów muzyki, dzięki którym dyrygentka prowadzi i kształtuje strukturę utworu – może wyznaczać sekcje, solistów, tempo i puls albo pozostawić pełną swobodę działania. Uczestnicy przyniosą własne instrumenty lub dowolne przedmioty wydające dźwięk, poznają podstawowe sygnały i wspólnie stworzą orkiestrę, w której profesjonaliści i amatorzy zagrają na równych prawach – od wiolonczeli po puszkę z ryżem.

Prowadzenie: Paulina Owczarek – krakowska saksofonistka i improwizatorka, której motywacją jest współczesna muzyka kameralna i swobodna improwizacja. Pomysłodawczyni i założycielka Krakow Improvisers Orchestra, w której gra oraz dyryguje grupą improwizujących muzyków.

Maj – warsztat z improwizacji ruchowej

- **Data warsztatu zostanie podana wkrótce**

Ruch. Gra. Obecność.

Organizatorzy zapraszają do wspólnej podróży ruchowej, która przywróci do żywej przestrzeni zabawy. Tam, gdzie nie trzeba być przygotowanym – wystarczy być obecnym, otwartym i ciekawym. Gdzie ruch nie jest zadaniem do wykonania, lecz przygodą, dialogiem i eksperymentem.

To okazja, by poćwiczyć gotowość na to, co nowe. By wpuścić do ciała świeżość, niedoskonałość i luz.

Prowadzenie: Yelyzaveta Tereshonok – tancerka, performerka i nauczycielka ruchu, łącząca ciało, ruch i sztukę. Jej praktyka obejmuje floorwork, miękką akrobatykę i storytelling ruchowy, z naciskiem na eksplorację i odkrywanie własnej drogi w ruchu. Działa zarówno jako performerka sceniczna, jak i prowadzi warsztaty, tworząc przestrzeń do eksperymentu, zabawy i świadomej obecności w ruchu.

Na co dzień działa w Polsce, współpracując z Krakowskim Teatrem Tańca, gdzie współtworzyła instalację performatywną Okno Holenderskie (2022) oraz spektakl Translacje (2022, chor. Eryk Makohon). Występowała również w produkcjach takich jak Szekspirie (2023, chor. Eryk Makohon, laureat Nagrody Teatralnej im. Stanisława Wyspiańskiego), Treatise (2024, chor. Milan Tomášik), Checkmate (2024, chor. Eryk Makohon), Salon Bizarre (2025, chor. Jakub Mędrzycki i Ilona Gumowska), willowquill (2026, chor. Lia Ujčič) oraz Opera.exe (2026, chor. Eryk Makohon).

Yelyzaveta występowała międzynarodowo w Ukrainie, Polsce, Szwecji, Chorwacji, Słowacji, Rumunii, Kanadzie, Włoszech i na Węgrzech, a także współpracowała z produkcjami cyrkowymi i filmowymi w Turcji, Peru, Chile, Indiach, Malezji i Francji.

Jest absolwentką studiów magisterskich na Uniwersytet Jagielloński (Laboratorium Kultury Współczesnej) oraz studiów licencjackich na kierunku Produkcja Filmowa i Telewizyjna, co daje jej szeroką, interdyscyplinarną perspektywę na sztukę.

W 2023 roku ukończyła Intensive Summer Dance Academy organizowaną przez CEDT w Budapeszcie. Nadal rozwija swoje umiejętności pod okiem międzynarodowo uznanych artystów i choreografów.

Czerwiec – warsztat z improwizacji cyrkowej

- **19 czerwca, godzina 17.00**

Sztuka spontaniczności

Organizatorzy zapraszają na warsztaty, gdzie nie ma złych odpowiedzi, a każdy pomysł jest dobry! Poprzez zabawę i wspólne działanie uczestnicy odkryją magię improwizacji cyrkowej.
Podczas warsztatów uczestnicy wezmą też udział w ćwiczeniach rozgrzewkowych, które przełamią lody. Będą współtworzyć spontaniczne sceny i numery cyrkowe, ucząc się słuchania i reagowania na partnera, a przez ruch i zabawę odkryją, jak ciało i głos mogą opowiadać historię bez wcześniejszego przygotowania.

Potrzebna jest tylko otwartość i chęć do zabawy!

Prowadzenie: Agnieszka Kolanowska – aktorka, pedagożka, teatrolog i logopedka. Stypendystka Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego za rok 2022. Drogę zawodową rozpoczęła od pracy w Teatrze Figur Kraków. Współpracowała z Klubem 303-propagującym działania cyrkowe na terenie Nowej Huty i z Fundacją Hipoterapia – Na Rzecz Osób Niepełnosprawnych. W ramach programu „Lato w teatrze” prowadzi warsztaty teatralne. Od dziewięciu lat współpracuje z Fundacją Czerwone Noski-Klown w Szpitalu odwiedzając dzieci w szpitalach i osoby starsze w DPS-ach.

Dodatkowe informacje i bilety dostępne są na **stronie**.