

ERASMUS ÖSZTÖNDÍJAS SZAKMAI BESZÁMOLÓ

Békési-Szombati Anett – ImPulsTanz 2026
Countertechnique workshop

Az Erasmus-ösztöndíj keretében 2026. július 20–24. között Bécsben tartózkodtam, ahol az ImPulsTanz – Vienna International Dance Festival keretében Eva-Maria Schaller Countertechnique workshopján vettem részt. A workshopra minden nap 18:00 és 20:00 óra között került sor.

Tánctanárként fontos számomra, hogy saját tréninggyakorlatomat és pedagógiai eszköztáramat folyamatosan fejlesszem, ezért a kurzus elsődleges célja új szempontok megismerése volt a saját tréningem és annak átadása szempontjából.

Saját, **Soft Wave** elnevezésű kortárstánc-órám a Limón-technika és a release technika alapelveire épül. Kiemelt szerepet kap benne a gravitációval való kapcsolat, a testsúly és a lendület használata, valamint a fall, recovery és suspension dinamikája. A mozgásban azt keresem, hogyan lehet a test súlyát és a gravitációt a mozdulatot létrehozó és továbbvivő erőként használni, miközben a mozgás a test természetes lehetőségeiből és a testrészek egymáshoz való kapcsolódásából épül fel.

Éppen ezért volt számomra különösen érdekes a Countertechnique megközelítése, amely több ponton kapcsolódik a saját kortárstánc-tréningemhez, ugyanakkor másfajta figyelmet irányít a test működésére. Míg saját munkámban elsősorban a súly, a gravitáció és a lendület dinamikájával foglalkozom, a Countertechnique hangsúlyosabban vizsgálja a test egészének szerveződését a mozdulat során. A test tömegének egy adott irányba történő mozgását a test más részeinek ellenirányú szerveződése kísérheti, ami hozzájárulhat a mozgás folyamatosságához és szabadságához. Ez a gondolkodás új szempontot adott ahhoz, ahogyan a gravitációval és a lendülettel a saját óráimon dolgozom.

A kurzus során különösen fontossá vált számomra az elnyúlás, az ízületek közötti tér megteremtése, az ellenirányú szerveződés és a lendület továbbvezetésének gondolata. A Countertechnique workshopon tanultak számomra nem egy teljesen új technika elsajátítását jelentette, hanem a már meglévő szakmai tudásom új szempontú értelmezését.

A legfontosabb szakmai tapasztalatom az volt, hogy saját tréningem alapelveire más nézőpontból tudok tekinteni. A gravitáció, a súly és a lendület továbbra is meghatározó részei maradnak a Soft Wave-nek, ugyanakkor a kurzus hatására tudatosabban szeretnék foglalkozni a test egészének mozgás közbeni szerveződésével, a tér és a szabadság megteremtésével, valamint ezen elvek átadásával.

A kurzust követő hetekben lehetőségem volt a tanult mozgásanyagokat, elméleteket tovább dolgozni és beépíteni saját gyakorlataimba. A Countertechnique workshopon szerzett élmények több új tréninganyag és koreográfiai ötlet kiindulópontjává vált., illetve különösen inspiráló volt a térben való dinamikus haladás és a mozgásirányok folyamatos változtatása. Ennek hatására a már meglévő tréninganyagaimat is kibővítettem, és tudatosabban kezdtem dolgozni a térbeli irányokkal és a haladás dinamikájával.

Pedagógiai szempontból a kurzus megerősített abban, hogy egy tréning megújításához nem feltétlenül van szükség új gyakorlatokra. Egy már ismert mozdulat vagy mozgásanyag is új lehetőségeket kínálhat, ha más figyelemmel és más szemlélettel közelítünk hozzá.

Ez a gondolat a kurzuson kívüli bécsi élményeim során is több alkalommal visszatért. Az egyik példa számomra a Haus des Meeres épülete volt. A szállásom az Augarten közelében volt, és a városban sétálva több alkalommal is találkoztam a monumentális Flaktürmék egyikével. Elsőként még csak az épület hatalmas mérete és nehéz, szinte fenyegető jelenléte ragadta meg a figyelmemet. Később utánanéztem az épület történetének és annak, hogy milyen funkciót töltött be eredetileg, így jutottam el a Haus des Meereshez is, amely egy másik bécsi Flakturm, az Esterházyparkban található egykori légvédelmi torony átalakításával jött létre.

Ez az épület számomra nemcsak építészeti érdekességgént vált fontossá, hanem azért is, mert jól példázza, hogyan változhat meg egy meglévő struktúra jelentése azáltal, hogy új funkciót és új kontextust kap. A monumentális betonépület fizikai formája alapvetően megmaradt, mégis teljesen más tapasztalat kapcsolódik hozzá, mint eredeti rendeltetéséhez. A korábban a védelemhez, háborúhoz és fenyegetettséghez kapcsolódó épület ma az élet, a természet és a felfedezés tere lett.



Hasonló gondolatokat indított el bennem a MUMOK-ban látott **Terminal Piece** című kiállítás is. A 2026. június 20. és 2027. február 7. között látható tárlat középpontjában Kate Millett művész, aktivista és író *Terminal Piece* (1972) című installációja áll. A kiállítás a nézés, a figyelem, a néző pozíciója és a műalkotással való találkozás kérdéseit vizsgálja.



Különösen inspiráló volt számomra Anna Viebrock német színpad- és jelmeztervező téralakítása. A bejáratú szintet bejárható, színházi jellegű térként, tulajdonképpen egy nagyméretű színpadként rendezte meg. A múzeum gyűjteményének művei így nem egyszerűen egymás mellett elhelyezett tárgyként jelentek meg, hanem egy olyan környezet részévé váltak, amely maga is a kiállítás élményének fontos eleme.

Ez a megoldás azért volt számomra különösen érdekes, mert itt sem új anyag létrehozása történt, hanem meglévő művek kerültek új térbeli és dramaturgiai kontextusba. A látogató saját mozgásával is alakítja azt, ahogyan találkozik a művekkel. Ez a tapasztalat nekem kapcsolódott ahhoz a gondolathoz, amelyet a Countertechnique kurzuson is fontosnak találtam: ugyanaz a mozdulat vagy mozgáselv más jelentést, lehetőséget, akár más formát is kaphat attól függően, milyen figyelemmel, térbeli helyzetben és összefüggésben közelítünk hozzá.



A bécsi élmények így több ponton is összekapcsolódtak szakmai tapasztalataimmal. A Haus des Meeres egy meglévő épület új funkcióján keresztül, a Terminal Piece kiállítás a művek új térbeli és dramaturgiai kontextusán keresztül, a Countertechnique kurzuson megélt tapasztalataim pedig egy mozgásanyag új szempontú vizsgálatán keresztül erősítette meg ugyanazt a gondolatot: a megújulás nem feltétlenül jelenti azt, hogy mindent le kell cserélni vagy teljesen újra kell kezdeni. Egy új nézőpont, vagy egy új figyelmi irány is elegendő lehet ahhoz, hogy valami ismert új lehetőségeket kapjon.

Az ösztöndíj legfontosabb eredménye számomra ezért a szakmai szemlélet frissülése volt. Amit a saját tréningemben és pedagógiai munkámban is tovább tudom hasznosítani.

Köszönöm a lehetőséget.

Budapest, 2026. augusztus 1.

Békési-Szombati Anett