

Takács Ramóna

Erasmus beszámoló

2016. február-május

Az Erasmus program keretein belül Spanyolországban, azon belül a Conservatorio Superior de Danza de Valenciában töltöttem el 4 hónapot. Az utolsó két hónap hihetetlenül sűrű volt és nagyon gyorsan elrepült. Ebben az utolsó időszakban, az iskolában majdnem minden héten volt egy szabadtéri vagy egy színházi előadásunk, amikre sokat készültünk. Több csoportos kreáció készült, illetve a Composition class vizsga darabja egy szóló volt, amit mindenki maga készített el technikai elemek bevonásával. Én a szólómnál több zenét és videót használtam, amit projektoron vetítettünk ki a színházban.



Erről készült, sajnos nagyon rossz minőségű felvétel:

<https://www.youtube.com/watch?v=7iDVkJasBjQ&feature=youtu.be>

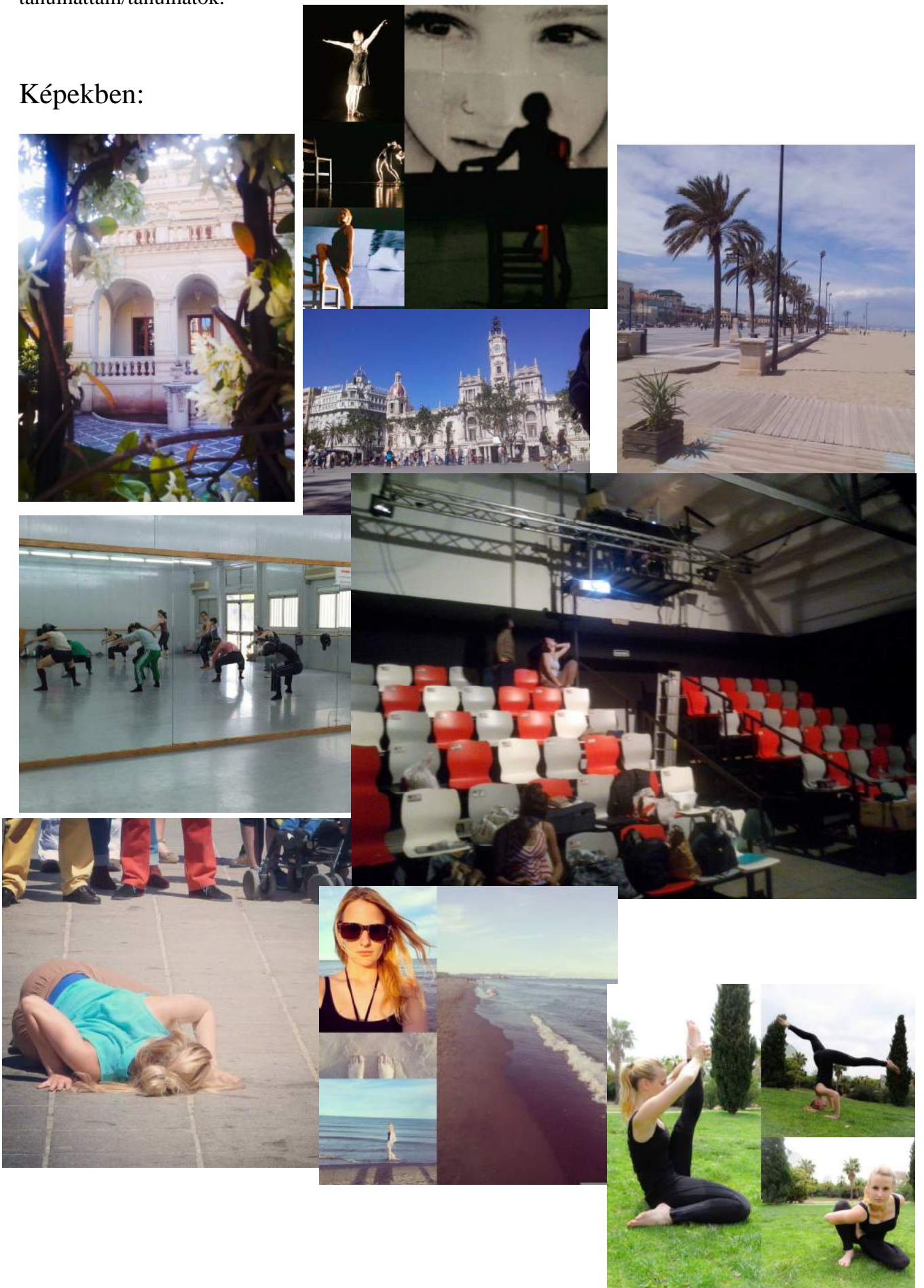
A szabadtéri és speciális terekben való fellépésekről készült jó minőségű összevágott videó:

<https://www.youtube.com/watch?v=37yv6gH21OQ>

Szakmai szempontból rendkívül fejlesztő volt ez a 4 hónap, hiszen idegen nyelven, a megszokott környezetből kiszakadva, más országban kellett magamat kifejezmem. A

nyelvtudásom fejlődött, mind az angol mind a spanyol tekintetében. Sok új baráttra és szakmai kapcsolatra tettem szert. Érdekes és kiváló emberekkel találkoztam, akiktől sok mindent tanulhattam/tanulhatok.

Képekben:



## Takács Ramóna, Erasmus, Valencia, Spanyolország 2016.

Kedves Iskolám!

Február 1-jén kezdtem meg tanulmányaimat a Conservatorio Superior de Danza de Valenciában, Erasmus programmal. Spanyolországban, azon belül Valenciában töltöm a 2016-os tavaszi félévemet. Egy és fél hónap telt el mióta ide jöttem és egyre több izgalmas dolog történik.

Egy napom a Conservatorio-ban: reggel 9-kor kezdődnek az óráim és délután 15 órakor érnek véget. Egy nap négy órám van. Ebben az iskolában három szakirány van. Vannak a Spanyol táncosok, a klasszikus (Balett) táncosok és vannak a kortárstáncosok. Itt nem keverednek a különböző táncstílusok, ha valaki kortárstánc szakra jár, akkor csak kortárstánc órái vannak, tehát spanyol táncot és balettet nem tanul. Persze vannak hosszabb-rövidebb időtartamú kurzusok, workshop-ok, amin részt vesznek, ilyen például a Classical workshop for contemporary dancers, itt „találkoznak” balettal.

Én Erasmusos diákként részt veszek különböző táncórákon és a 2, 3, 4. évfolyam óráiból áll az órarendem.

Tantárgy: Contemporary Technique IV. (2nd level)—Videó mellékelve

Tanár neve: Christina Andreu

Heti öt Contemporary Technique órám van ezzel a csoporttal.

Ezen az órán azt tanuljuk, hogy hogyan tudom a testemet a kortárstánchoz adaptálni. Vannak kisebb kombinációk, ahol a saját magam által megtalált és gyakorolt helyes kivitelezés különböző tempóban, irányban valósul meg. Rengeteget foglalkozunk a gerinccel, a medence helyzetével, lendülettel, súllyal, fej és farokcsont egymáshoz való helyzetével, hirtelenséggel, izmok helyzetével és azoknak fejlesztésével. Hogyan tudok technikailag különböző forgásokat, földre lemeneteleket, földről feljöveteleket úgy megvalósítani, hogy az gördülékeny legyen. Egyáltalán nem az a fontos, hogy szép, „táncos” legyen az amit

csinálok/csinálunk, nem szépelgő táncokat kell kivitelezni. Hanem sokkal inkább Preventív technika, ami előrébb visz abban, hogy jobb táncos lehessenek.

Ezen az órán olyanokra jövök rá, amikre még soha nem gondoltam. Érdekes az óra vezetés és minden percben találok izgalmas kipróbálandó, kutatandó feladatot. Nem utolsó sorban sokat segít ez az óra a szakdolgozatom írásában, mivel sokat foglalkozunk a helyes testtartással, illetve az anatómiával, izmokkal stb.

A csoport érdeklődő és figyelmes. Az óra spanyolul van, ennek ellenére rengeteg mindent megérttek, Christina tisztán, érthetően beszél spanyolul és a mozdulatai, kézmozdulatai, gesztusai sokat segítenek.

Tantárgy: Anatomic movement for dance (4th level)

Tanár: Christina Andreu

Heti egy órában, kis létszámú csoportban.

Christina jártas az Alexander-technikában, így ezek az órái még inkább visszamennek az alapokhoz, az anatómiához. Ezek nem kifejezett táncórák. Ezt az órát nagymértékben tudnám Rózsavölgyi Zsuzsi óráihoz hasonlítani. Minden, ami a testről szól és annak működéséről. A testrészek helyzete, izmok, csontok, ínak, ízületek... a legkisebb apró dolog működésének megismerésében segít ez az óra. Egyszerű gyakorlatok, nagy odafigyelés, nincs kamuzás ☺

Tantárgy: Contact and contemporary dance (2nd level)---Videó mellékelve

Tanár: Santí De La Fuente

Heti egy órában.

Santí jól beszél angolul ezért angolul és spanyolul is beszél az óráján. Ez nekem sokat segít, hogy gyakoroljam a spanyol nyelvet. A másodévesekkel járok erre az órára. Ők most ismerkednek a kontakttal, így az alapoktól felépített órák ezek. Az óra elején mindig van bemelegítés, ami jóga és pilates alapokon nyugvó, fizikális bemelegítés, mely hatalmas kitartást igényel. Az órák felépítése sokban hasonlít Bakó Tomi óráihoz.

Jó élmény „idegen” emberekkel kontakt táncolni, hiszen meg kell tapasztalni, hogy kinél mit lehet megengedni magamnak. A több éves kontaktgyakorlásnak köszönhetően hamar rájövök, hogy melyik ember mennyire engedi át magát, vagy én milyen mértékben támaszkodhatom rá. Van egy fiú ezen az órán, akivel nagyon jókat szoktam jam-elni, illetve Santí-val is vannak nagyon jó élményeim. Hatalmas odafigyelés övezi ezt az órát, mindenkit nagyon érdekel, hogy mit lehet még kihozni ebből a fajta érintkezésből.

Tantárgy: Choreographic Composition (2nd level)---videó mellékelve

Tanár: Tatiana Clavel

Heti három órában.

Ez az óra nagyon érdekes. Ebben a szemeszterben azzal dolgozunk, hogy különböző külső megadott elemek, hogyan tudnak inspirálni egy saját szóló készítésében. Sokat improvizálunk az órán. Felhasználunk képeket, szövegeket, térképrajzokat, többször kapunk szövegeket, melyek például dráma részletek, vagy kortárs szövegek vannak összeollózva, vagy újságcikkek stb... ezek van, amikor katalánul vannak ☺ vagy ha nem is katalánul, de spanyolul ☺ szóval nem könnyítenek a helyzetemen, ezúton is köszönöm a [www.spanishdict.com](http://www.spanishdict.com)-nak a közreműködést (ami egy nagyon jó fordító program spanyolról angolra, vagy angolról spanyolra) és a rengeteg szótárnak ☺ sokat tanultam ezekből, bár néha annyira elvontak ezek a szövegek, hogy egy kis értelmezésre szorulnak, de ebben segít az egyik osztálytársam, aki elég jól beszél angolul. Rövidtávú feladatokat kapunk ezekkel az elemekkel, amiknek az a célja, hogy hosszútávon a szóló munkában segítsenek. Ahogy az óra nevében is szerepel, kompozíciókat készítünk, illetve társainkat is belevonjuk az elképzelések megvalósításába. Csak egy példa... volt olyan feladat, hogy azon kellett gondolkodni, hogy mi a „szuper erőd”, ez természetesen csak képletes, de olyan valamit kellett keresni, amit neked könnyű megvalósítani, de mások számára ez nehéz lehet. Nekem ebben a témában az az ötletem volt, hogy hogyan lehet a legkevesebb energia befektetéssel a floor work minőségi. Tehát megfelelő izom használat és felesleges energiák elengedése, puha érkezések, a csípő ízület megfelelő mértékben engedje az alsó végtagokat mozogni stb. Majd ezt az ötletet kellett prezentálni kb. 3 percben, majd a többiekkel kipróbáltatni. Utána rövid feed back, természetesen spanyolul.

Tantárgy: Classical Technique (Balett) (2nd level, 3rd level)

Tanár: Inmaculada Guerrero

Heti négy órában.

A másodéves osztály, ahova járok órákra, ők balett tanárok lesznek, szóval azt tanulják, hogy hogyan kell tanítani. Természetesen rendes balett órák ezek, de mégis alaposabbak, hibajavítások, helyes tartás. Az itteni balett órák nem annyira kötöttek, azt is mondhatnám, hogy sokkal inkább a nyugati balettet preferálják, nagy karmozdulatokkal, sok magas lábemeléssel. A gyakorlatok nagyon összetettek, némelyik hosszabb, némelyik rövidebb. Ismétlésre nem nagyon van lehetőség. A másik balett óra, amire járok, ugyan az a tanár tartja, de itt a növendékek balett táncosoknak készülnek. Az órába sokkal több minden belefér, pörgősek az órák. Élő zongoraszóra gyakorolunk minden alkalommal.

Összességében én megtalálom magamnak azt, amire figyelnem kell, de Handel Edit Mesternő lebeg a szemem előtt minden órán. Nekem azok a javítások, szempontok sokkal hitelesebbek, fontosabbak, amiket ő mond!

Tantárgy: Contemporary Creative Workshop (4th level)

Tanár: Toni Aparisi Sevilla

Heti két órában.

Ez egy olyan workshop, ami minden szakirányon van a szakirány saját növendékeinek, negyedik évfolyamban. A táncosok együtt létrehoznak egy koreográfiát, majd ezt betanítják a másik két szakirány táncosainak. Tehát a flamenco táncos balettet és kortárst is tanul és ugyan ez a helyzet a balett és kortárstánc táncosokkal. Nagyon élvezem ezt a workshop-ot, a hétfői óránk első egy órájában Toni technika órát tart nekünk, ami nekem inkább modern órához hasonlít, de kortárs elemekkel. Toni saját gyakorlatai, hosszabbak-rövidebbek, különböző fókusz pontokkal, nagyfokú koordináltságot és memorizálást igényelnek ezek a gyakorlatok. Egyszerűnek tűnnek, de nagyon összetettek. Majd a technikai rész után összerakjuk a csoport saját koreográfiáját és azt gyakoroljuk, majd a következő órán, pénteken ezt tanulja meg a másik kettő csoport, vagy mi az övéiket.

Tantárgy: Dance and Rythme (4th level)---videó mellékelve

Tanár: Inmaculada Reig

Ez az óra nem táncóra. Ritmus óra. Olyan, mint Batyu órája, csak itt nem táncolunk, hanem dobolunk, hangszereken játszunk (legtöbbször Cajón nevezetű dobon játszunk), ritmusokat tapsolunk. Kottából, nem szájba rágva. Nekem nagyon hasznos ez az óra és rendkívül jó tükör. Hiszen, mikor a BKTF-re kerültem nem igazán volt jó a ritmus érzésem ☺ ami mondjuk egy táncosnál nem igazán jelent jót, de ahogy teltek az évek a főiskolán és Batyu tanár úr néptáncóráin részt vettem egyre nagyobb lelkesedéssel, azt hiszem, hogy meglett az eredménye. Itt ezen az órán (Dance and Rythme), olyan jó visszajelzéseket kapok a tanártól is, amik egyre jobban erősítenek és lelkesítenek. Bár ők már nagyon magas szinten tartanak, de azért én is tudom követni az órát és gyakorlással néha be tudok csatlakozni a nehezebb részekbe is. Sokszor hallgatunk ezen az órán spanyol ritmus zenéket, majd ezeket tapsoljuk és doboljuk le különböző tempókban.

Tantárgy: Technology for dance (2nd level)

Tanár: Tatiana Clavel

Ez az óra elméleti óra, ahol azzal foglalkozunk, hogy a technológia és a kreativitás kooperációja, hogyan képes a táncot segíteni, ízesíteni, vagy éppen vele együtt „kéz a kézben” létezni. Az Conservatorio-nak rendkívül jó technikai felszereltsége van. Sok nagyon magas szintű kamerával rendelkezik, GoProkkal, projectorral, hang technikával. Ezek felett szabad kezet kapunk. Ha van egy ötlet, azt megvalósíthatjuk.

Összességében úgy érzem, hogy pozitív benyomásom van minden óráról, ami itt van és mindegyikben meg van és meg is találom azt, ami fejleszteni tud és előre visz! A diákok és a tanárok is nagy bizalommal és elismeréssel állnak hozzám, ami nagyon jól esik és emiatt több dolgot tudok befogadni és új szemléletek felé nyitni. Az, hogy azt szokták mondani, hogy a változás kapukat nyit... szerintem most nálam is ez alakul ☺ Lehetőséget kaptam a Composition tanártól, Tatiana-tól, hogy részt vegyek egy workshop-on áprilisban, ami nem az iskolában kerül megrendezésre, hanem külső helyszínen.

Ami nem a szakmai részét illeti, de ehhez az élményhez tartozik ☺ :

Spanyolul tanulok szorgalmasan, az Erasmustól kapott online kurzust csinálom, illetve találtam egy nagyon hasznos weboldalt, ahol kezdőknek angol nyelven van lehetőség spanyolul tanulni, [www.duolingo.com](http://www.duolingo.com). Az egyik olasz lakótársam magas szinten beszél spanyolul, tőle is nagyon sokat tanulok, illetve a Conservatorio-ban a csoporttársaimtól és a tanároktól is. Most körülbelül egy hónap elteltével kezdek beszélni és több mindent megérteni, értelmezni. A Cafeteriákban, pub-okban, éttermekben, boltban már nem angolul kérek, vagy akarom megértetni magam, hanem bár kicsit bizonytalanul, de spanyolul, aminek később nagyon örülök.

Március 15-én kezdődik egy nagyobb fesztivál Valenciában a Fallas, ami miatt az egész város lázban ég és minden percben petárdákat és tűzijátékokat lehet hallani szerte a városban. (Én nagyon félek a petárdáktól és a tűzijátékoktól, szóval nekem ez annyira nem felhőtlen ☺ )

A szakdolgozatomat is van időm írni. Amikor szép idő van, akkor lemegyek a tengerpartra és a napsütésben, tengerparti morajban írom.

Minden nap csinállok egy általam kitalált izomerősítő sort, amit jógázás követ. Többek között arra is rájöttem, hogy szükségem van ezekre testileg-lelkileg. Meditálok, relaxálok, fejen állok, kézen állok... lemegyek a tengerpartra a homokba sétálni... szeretem ezeket csinálni ☺

Sokat nevetek és jókedvű vagyok ☺





Valencia és a környék körbejárása.



Meg tanultam igazi olasz pizzát sütni az olasz lakótársaimtól.



Ezt látom minden reggel az ablakomból.



Lépten-nyomon narancsfák.



Csodálatos  
reggelik, ebédek,  
vacsorák.



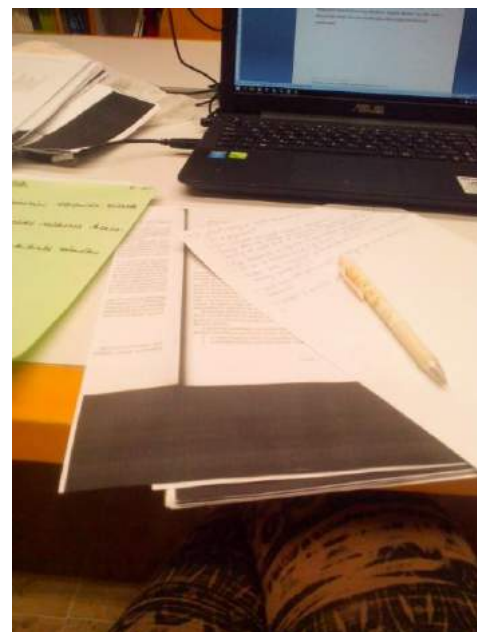
Nagy csoportos találkozások és ismerkedés a többi Erasmusos diákkal és helyiekkel is.



Hamarosan kezdődik a Fallas, ami itt egy egy hetes hatalmas fesztivál.



Szakedolgozatírás a könyvtárban.



Csodálatos tengerpart.

