

# 「2025 臺中玩劇場生活節」系列活動

## 【樂活舞動 • 賞舞趣】跨域藝術創作分享講座

### 一、活動介紹：

在世壯運落幕後，我們發現有更多年長者，願意投入運動的行列，即使不是運動背景的人，也會思考如何用身體，用得更健康、用得更久、用得更有效率。

在「2025 臺中玩劇場生活節」系列活動中，由「極至體能舞蹈團」帶來【樂活舞動 • 賞舞趣】分享講座，將結合「勞動、運動、舞動」三階段動身體的概念，讓每一位參與者思考在不同年齡層，如何觀照自己的身體，進而在觀賞舞蹈表演時，看見更細膩的身體使用方法，成為一位表演藝術優質的觀眾。

講座中也將分享具有美術背景的編舞者石吉智編創的「舞蹈走入美術館」系列三部曲：【舞立體】、【舞超現】、【舞野獸】的藝術跨界創作經驗，提供在視覺藝術與表演藝術多年的編創展演實務方法。期待帶給舞蹈愛好者，在肢體技術學習外，擴展跨學科應用的連結性，也讓一般觀眾看見劇場創作背後編創的秘辛！

二、活動日期：8/9(六)14:30~15:30 (14:15 報到)。

三、活動地點：臺中市中山堂演藝廳(臺中市北區學士路 98 號)。

四、對象：對藝文欣賞、舞蹈、運動有興趣之民眾 30 名。(本活動全程參與者，可登錄「教師研習時數」。)

五、活動費用：免費報名。

六、報名方式：填寫網路表單報名，網路報名表單→<https://reurl.cc/xN2q6Z>

★7/4(五)中午 12:00 起開放報名，至額滿為止。

★統一採用網路表單報名，依填寫先後順序錄取，請勿重複填寫表單。

### 七、注意事項：

- 1.如臨時無法前來，敬請來電、或來訊極至舞團告知。
- 2.主辦單位保留活動調整權利。
- 3.活動資訊請洽：極至體能舞蹈團 04-22024759，陳小姐(Line ID : bestmind)，或大墩文化中心 Facebook。

報名表單



指導單位：文化部

主辦單位：臺中市政府文化局

執行單位：臺中市大墩文化中心、極至體能舞蹈團(04-22024759)