

LEIKLIST OG SÝNINGAR

01



LÍKAMINN ÞINN TALAR!

Hreyfingar, látbragð og rödd eru öflug verkfæri til að tjá hugmyndir og tilfinningar.

ALLIR LÍKAMAR GETA SÝNT!

Það er engin „fullkomin“ líkamsgerð. Allir geta tekið þátt í leikhúsi og sýningum á sinn hátt.



02

03



ÞÆGINDI SKIPTA MÁLI!

Þú hefur réttinn til að setja þín eigin líkamlegu og andlegu mörk þegar kemur að flutningi.

HLUSTAÐU OG SVARAÐU!

Leiksýningar eru oft sameiginlegt ferli þar sem þú bregst við öðrum, rými og orku áhorfenda.



04

05



HITAÐU VARLEGA UPP!

Upphitun undirbýr líkama þinn, rödd og einbeitingu svo þú getur sýnt örugglega og á meðvitaðan hátt.