

# Stigen

-en rörlig upplevelse i naturen

**Vi bjuder in till en taktill och intuitiv rörelsevandring i skogen där du i din egen takt fokuserar på träden, deras oregelbundna rörelser, gungande böjlighet och hårda stabilitet.**

I Stigen ges det tid och utrymme till en poetisk upplevelse och reflektion kring just de livsviktiga träden. Genom att hålla om ett träd och långsamt mjukna, andas och känna, skapas koreografi i stunden. Via en qr-kod går du in på en hemsida på din mobil och guidas av en inspelad röst. Du behöver en laddad mobil med internetuppkoppling och ett par enkla mobil-hörlurar med dig. Vandringen kan justeras i tid. Du bestämmer tempo och vart du ska gå. Stigen är ett sätt att sätta fokus på en vandringsled, ett naturreservat eller en park och utforska den med nyfikna ögon. De som deltar tar in platsen genom rörelse och kropp och skapar en fysisk relation till den. Den är till sin form flexibel och kan anpassas efter önskemål.

**IDE & KOREOGRAFI** Anna Wennerbeck **MUSIK** Anders Hagberg

**MÅLGRUPP:** från 10 år och uppåt

**LÄNGD** – Vandringen sker i din egen takt. Du går vilken väg du vill och bestämmer ditt eget tempo.

**SPELPLATS** – I ett skogsområde, vid t ex en vandringsled eller en skogsdunge, eller större naturområde.

**PRIS 2025** – 30 000kr för en hel säsong. Workshop/samtal kan bokas i samband med utställning och kostar 7 000kr per tillfälle.

**TILLBEHÖR** - Du behöver en mobiltelefon som kan scanna qr kod och hörlurar.

**BOKNING:** [info@embladans.se](mailto:info@embladans.se), 0705-61 62 64

**Green  
Movement  
Lab**

Stigen är en del i Embla dans & teaters GREEN MOVEMENT LAB, som är ett avslutat projekt med ett flertal olika dansverk och aktiviteter. I Green Movement Lab arbetade vi med klimatkrisen sett ur ett relationellt perspektiv; en mer jämställd relation mellan människa och natur.