

# NYTT KURS!!!

Etter en kjempefin helg med fornøyde arrangører, kursholder og deltagere drar vi igang ytterligere en kurshelg for dere som ikke hadde anledning forrige gang!

«Jeg har kjent på mestring. HÆRLIG!»

«Jeg grua meg egentlig litt, men dette var bare gøy!»

«Synd at kurset er over allerede.»

«Kjempeflott kurs.»

«Jeg har vært langt utenfor komfortsonen, men takla det.»

«Vi må jo holde kontakten!»

«Jeg lærte masse!»

«Vi må ha flere slike kurs!»



## INVITASJON TIL HELGKURS FOR STATISTER/GUIDER/FORMIDLERE



Vikinger i Vestfold og Telemark arrangerer kurs for alle dere som vil bli tryggere på dere selv; både som formidlere, guider eller statister foran kamera. Bakgrunn for kurset er blant annet at vi stadig møter flere mennesker som setter høye krav til formidling, ikke bare i innhold – men også i utførelse, og filmproduksjonen Vikingjenta TORA. Arbeidet med TORA legger opp til et langsiktig samarbeid med mange ulike aktører; fylket, kommuner, foreninger, lag, næringsliv, etc. – som sammen skal løfte vikingsatsingen i regionen. Som første aktivitet arrangeres dette kurset som er aktuelt for både kommende statister og andre som skal formidle vikingkulturen i ulike arenaer.

Statistkurset legges opp med følgende innhold:

**Lørdag 9. april 2022:**

- Se og bli sett
- Oppvarmingsøvelser – gjennom lek
- Bli kjent med hverandre – gjennom lek
- Trygghetsøvelser – slippe kontroll
- Konsentrasjonsøvelser
- Kommunikasjon gjennom kroppsspråk
- Statusøvelser
- Karakterbygging
- Lytteøvelser
- Samspill
- Improvisasjonsøvelser

**Søndag, 10. april 2022:**

- Basert på prinsippene fra kursdag 1 (lørdag) skal deltagerne nå jobbe konkret med situasjoner/settinger/tablåer rettet mot filminnspilling/formidling.

**KURSLEDER: Heljar Berge (52)**

Frilans skuespiller/instruktør/tekstforfatter bosatt i Kodal i Vestfold, og mangeårig kursholder og instruktør for revy- og teatergrupper på hele Østlandet, samt ofte benyttet instruktør gjennom Frilynt Norge.

Også gjenkjennelig fra rollen som skraphandleren «Hubert Hoggerud» i Gråtass, og produsent/aktør gjennom 15 år for «Hvalsommerrevyene» i Sandefjord.



**PÅMELDING:**

<https://forms.gle/KRfmLhweB7PrsnLd8>

**TID: 9.&10. april  
kl 10:30 – 16:00  
(Det vil bli servert lunch)**

**STED: MIDGARD VIKINGSENTER**

**MØT OPP I  
DRAKT OG UTSTYR  
DU VANLIGVIS  
BRUKER!**