



Orientalischer Tanz - Bauchtanz

Montags von 20.00 -21.00 Uhr

Termin: 02.11. – 21.12.2020 , 8 Einheiten

Kosten: 18,40 € Mitglieder / 36,00 € Nichtmitglieder

Gymnastikhalle, Am Buscherhof

mit Sharimaar (Jacqueline)

Für Anfänger und Wiedereinsteiger.

Es ist der Tanz für Körper, Geist und Seele.

Mal wird mit Schlangen ähnlichen Bewegungen zu mystischer Musik getanzt, mal temperamentvoll und kräftig zu mitreißenden Trommelrhythmen. Bewegungen auf verschiedenen Körperebenen trainieren unser Gehirn. Mit Erlernen der Basics und kleinen Schrittkombinationen, im eigenen Tempo, wird die Haltung, Durchblutung und das Körperbewusstsein verbessert.

Lasst euch inspirieren von 1001 Nacht!