

Bauchtanz Anfänger II - Mittelstufe

Für Frauen mit guten Grundkenntnissen im (orientalischen) Tanz, welche die Elementarbewegungen bereits können und darauf aufbauend neue Bewegungen und Schrittfolgen erlernen und ihre persönliche Bewegungsqualität steigern möchten.

Wiederholt werden die Elementarbewegungen (Wippe, Kippe, Twist im Oberkörper und Becken) sowie die einzelnen Raumrichtungen Diagonale, Horizontale & Vertikale. Grundschrte aus der Folklore und dem Ballett, sowie Schrittkombinationen und unterschiedliche Drehungen, Raumkoordination und Körperwahrnehmung werden geschult und trainiert.

Im Laufe des Kurses werden die Elementarbewegungen in 2 – fach Kombinationen zusammengefügt. Neue Bewegungsabläufe, wie z.B. das Kamel, Hagalla, Mayas und Taksim, sowie Kipp – und Twistshimmy – Arten kommen dazu. Drehungen und Schrittkombis werden schneller und werden mit variierenden Armbewegungen und kleinen Tanzsequenzen in Variationen mit Level – Changes, auf dem Ballen und im Plieé, bis hin zur Choreografie zusammengefügt.

Es wird der Umgang mit verschiedenen Tanz - Accessoires kennen gelernt. Einfache Schleier - und Stockwürfe bringen Spaß und verbessern gleichzeitig die Koordination und das Rhythmusgefühl.

Shimmys, knackige Akzente sowie Rhythmuskunde bringen Spaß und die persönliche Tanztechnik voran.