

Bauchtanz Anfänger mit und ohne Vorkenntnissen

Der orientalische Tanz, auch als Bauchtanz bekannt, ist eine der ältesten Tanzformen der Welt. Bis heute fasziniert uns die Vielfalt seiner Bewegungen, die von weichen, anmutigen in kräftige und temperamentvolle übergehen.

Der Unterricht im klassisch - ägyptischen Stil ist didaktisch und pädagogisch klar aufgebaut. Es wird großer Wert auf fundierte Technik und eine korrekte Körperhaltung, sowie die Förderung des eigenen Ausdrucks gelegt

Gelernt werden die Elementarbewegungen (Wippe, Kippe, Twist im Oberkörper und Becken) sowie die einzelnen Raumrichtungen Diagonale Horizontale, Vertikale, am Platz und im Laufen.

Basisschritte (Kreuzschritt etc.), einfache Drehungen und Richtungswechsel sowie variierende Armhaltungen werden zu technischen Diagonalen und kleinen Kombinationen zusammengefügt. Shimmys, knackige Akzente sowie Rhythmuskunde bringen Spaß und bringen die persönliche Tanztechnik voran.

Dieser Kurs richtet sich an Frauen mit und auch ohne Tanzerfahrung im (orientalischen) Tanz, welche die Elementarbewegungen aus dem Bauchtanz wieder auffrischen oder neu kennen lernen möchten.