

Bauchtanz für Einsteigerinnen ab 30 bis 99 Jahren

Frauenkurs

Bauchtanz bietet einen perfekten Ausgleich zwischen dynamischen und ruhigen Bewegungen und schafft eine wunderbare Abwechslung zum Alltagsstress. Der orientalische Tanz ist geeignet für Jung und Alt!

Im Kurs erlernen wir die Elementarbewegungen, Akzente und Grundschrirte des orientalischen Tanzes und es werden diverse und abwechslungsreiche Schrittfolgen/Choreographien getanzt. Bitte mitbringen: ein Hüfttuch, Tanzschlappchen, etwas zum Trinken und Spaß am Tanzen. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich! Mit Freude am Tanzen und Lust am bewegen sind Sie genau richtig!

Luise-Büchner-Schule, Gymnastikraum

7. März bis 4. Juli 2024, donnerstags 17:30 – 19:00 Uhr

13 Termine

116 € ab 7 Personen, 90 € ab 9 Personen

Bauchtanz für Einsteigerinnen ab 15 bis Ende 20 Jahren

Frauenkurs

Sie haben Lust auf ein ideales Fitnessstraining für Körper, Geist und Seele und das in Verbindung mit Tanzen in einer jungen und dynamischen Gruppe?

Gemeinsam werden wir uns die Basics des Bauchtanzes aneignen, lernen Akzente mit dem Körper zu setzen und Choreographien einzustudieren. Lassen Sie sich vom orientalischen Tanz begeistern und ermutigen, ein intensives Gespür für den eigenen Körper zu entwickeln. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte mitbringen: ein Hüfttuch, Tanzschlappchen, etwas zum Trinken und Spaß am Tanzen.

Luise-Büchner-Schule, Gymnastikraum

7. März bis 4. Juli 2024, donnerstags 19:00 – 20:30 Uhr

13 Termine

116 € ab 7 Personen, 90 € ab 9 Personen

