

# **“Orientalische Tänze – für Einsteiger“**

## *Grundlagen des orientalischen Tanzes mit Accessoires wie Tücher, Schleier, Fächerschleier*

**Termin: 30.03. – 01.04. 2019**

Die Geschichte des orientalischen Tanzes wurzelt in der Geschichte religiöser Riten und geht bis ins Jahr 2000 v. Chr. zurück, es ist die Geschichte der Fantasien der Leute über das Ewig-Weibliche.

Er kann von Frauen jeden Alters getanzt werden. Orientalischer Tanz ist eine Ausdrucksform, die wild und energiegeladen, aber auch ruhig und meditativ sein kann. Durch Isolation der einzelnen Bewegungen von Kopf bis zu den Füßen wird der Körper in seiner Gesamtheit bewegt.

Der Unterricht während des Seminars umfaßt Isolationsübungen, Schrittfolgen und Kombinationen bis hin zur kleinen Choreografie. Wir tanzen wahlweise mit 2 kleinen Tüchern, Schleier und 2 Fächerschleiern. Diese Accessoires können zum Üben zur Verfügung gestellt werden.

Als Höhepunkt gestalten wir unseren orientalischen Abend selbst (wer hat, kann dazu entsprechende Kleidung, Musik und Schmuck mitbringen) und probieren orientalische Speisen. Der Unterricht umfasst 18 Unterrichtsstunden.

Bitte bringen Sie leichte Schuhe mit hellen Sohlen und ein Tuch für die Hüften mit.

**Kurstitel:** „Orientalische Tänze für Einsteiger“  
**Kursleitung:** Sylvia Kipper, LHVHS  
**Referentin:** Angela Schoppe, Tanzlehrerin Orientalischer Tanz  
**Anreise:** Samstag, 30. März 2019 14.00 Uhr  
**Kursbeginn:** Samstag, 30. März 2019 15.00 Uhr  
**Kursende:** Montag, 01. April 2019 13.00 Uhr

**Kursgebühr:** 178,00-190,00 € je nach Selbsteinschätzung  
(inkl. Vollverpflegung und Unterkunft)  
zzgl. Kursnebenkosten 7,00 € für Kursmaterialien

**Anmeldung/Ort:** Ländliche Heimvolkshochschule Thüringen e.V.  
Kloster Donndorf 6  
06571 Donndorf  
Tel.: 034672 /851-0 Fax: 034672 / 851-20  
e-mail: [lvhs@klosterdonndorf.de](mailto:lvhs@klosterdonndorf.de)

P.S. Die LHVHS verfügt über eine Sauna. Bei Benutzung sind Badetuch und Badesandalen mitzubringen.