SCHNELLSTRASSE

NACHBARSCHAFTSTREFF

Orientalischer Tanz
für Frauen ab 60 Jahren

Es werden Grundlagen des Orientalischen Tanzes vorgestellt und Bewegungsmuster eingeübt. Von der Musik inspiriert, mit Fantasie und mit Gefühl entsteht der Tanz „von innen nach außen“. Der Orientalische Tanz kann nachhaltig inspirieren und ist dabei so vielfältig, wie es Frauen gibt, die ihn tanzen.

Jeweils die Hälfte der Zeit wird für Übungen verwendet, die den Körper dehnen und kräftigen, ihn für ungewohnte Bewegungen vorbereiten und die Körperwahrnehmung schulen. Über das Tanzen hinaus soll der Kurs dazu anregen, auch alltägliche Bewegungen bewusst zu genießen!

Kursleiterin: Lissa Wiele, 77 Jahre alt.
Qualifikationen: Berufsbegleitende Ausbildung „Orientalischer Tanz und Körpererfahrung“ bei Rosa Said, Göttingen, deren tänzerische Wurzeln aus dem Jemen stammen. Durchgehend eigene Kurse von 1982 – 1990 in Hamburg und zahlreiche Wochenendworkshops.
Später 7 Jahre lang Praxis des ägyptischen „Raqs Sharqi“ bei Sylvianne Capell im Studio Ala Nar, Hamburg.

Wann: jeweils mittwochs von 10.30 bis 12.00 Uhr
Kosten: Die Teilnahme an Angeboten im Nachbarschaftstreff ist grundsätzlich kostenfrei. Um Spenden wird gebeten.
Anmeldung und Information: Lissa Wiele Tel. 38 000 67

Nachbarschaftstreff „Schnellstraße“, Schnellstraße 34
Abteilung Kommunikation und Soziales,
Tel. 040/38 90 10-174, -179 miteinanderaktiv@altoba.de

Die Veranstaltung wird von **MIA Miteinander aktiv e.V**, dem Nachbarschaftsverein der Altonaer Spar- und Bauverein eG, unterstützt.

MIA
Miteinander aktiv e.V.