



Bauchtanz

für Anfängerinnen

mit Indhira Farrasha
gemeinsam bewegen

3 x freitags, 19:30 - 20:45 Uhr:

15.11.2019

13.12.2019

17.01.2020

Der orientalische Tanz (Bauchtanz) ist überall auf der Welt verbreitet und erfreut sich sowohl in Europa, den USA und Asien großer Beliebtheit. Das liegt nicht zuletzt daran, dass der Bauchtanz nahezu für alle Frauen geeignet ist - unabhängig von Alter, Figur oder Tanzerfahrung - und auf naturgemäße, alte Weise vorbeugend und heilsam auf Körper und Seele wirkt. Das gesundheitsfördernde, vielseitige Training u.a. von Bauch-, Becken- und Rückenmuskulatur sowie der Wirbelsäule unterstützt dabei Verspannungen abzubauen und die Haltung zu verbessern.

Die Harmonisierung und Vervollständigung des Bewegungsflusses sowie das verbesserte Körpergefühl stimulieren auf psychischer Ebene die Lebensenergie, stärken das Selbstbewusstsein, sowie die innere und äußere Balance und führen so zu allgemeinem Wohlbefinden und damit zu guter Gesundheit und Lebensfreude.

Conny Busch, bekannt als **Indhira Farrasha**, wird euch in die wunderbare Welt des orientalischen Tanz einführen. Begleitet von traumhaften orientalischen Klängen, glitzernden Hüfttüchern und knackigen Hüftschwüngen erleben wir eine ganz neue Dimension von Beweglichkeit, Geschmeidigkeit und Weiblichkeit.

Beitrag: 39 €. Anmeldung erforderlich bis zum 12.11.2019.

Die Termine können auch einzeln gebucht werden (15 €, bitte vorher anmelden).
Mindestteilnehmerzahl 7.

Ort:

Freiraum - für Bewegung und Gesundheit
Am Hummelbach 34d
41469 Neuss-Hoisten

Anmeldung:

Indhira Farrasha

Tel. 0171 932 64 15 (auch WhatsApp oder SMS)

E-Mail: info@indhira-farrasha.de