

# *Bauchtanz in Köln*

## *Indhira Farrasha*

*gemeinsam bewegen*

### *Schnupperworkshops für Anfängerinnen zum Ausprobieren*

*Sinnlichkeit, Weiblichkeit, Grazie und Anmut. Entdecke eine neue Form der Körpersprache und erlebe ein neues Körpergefühl.*

*am Samstag den 26.06. von 14:00 - 15:30 Uhr*

*am Sonntag den 18.07. von 13:30 - 15:00 Uhr*

*am Sonntag den 22.08. von 17:30 - 19:00 Uhr*

---

### *Shimmies in Hülle und Fülle*

*Eintauchen in die Welt der Shimmies. Beginnend bei der Lockerung, über die Beleuchtung sämtlicher Variationen, dem Verstehen und Erlernen der Technik, auch im Gehen, bis zur Vertiefung des Erlernten, sind die Aha-Erlebnisse bei diesem Workshop garantiert. Ab Anfänger mit Vorkenntnissen*

*Samstag den 12.06.10 von 12:30 - 14:30 Uhr*

*Kosten: 26,- Euro*

---

### *Der legendäre ¾ Shimmie*

*In diesem Workshop wird sein Geheimnis gelüftet. Alle Variationen werden erklärt und geübt (auch im Gehen), bis die Hüften nur so schwingen. Eine kräftige Portion Spaß und Freude sind natürlich auch mit von der Partie!*

*Ab Anfänger mit Vorkenntnissen*

*Samstag den 12.06.10 von 15:00 - 17:00 Uhr*

*Kosten: 26,- Euro*

## *Schöne Hände, Arme und Haltung*

*Mit schönen Hand- und Armbewegungen schmücken und umrahmen wir unsere Hüftbewegungen und Kombinationen. Sie sind es, die das Bild abrunden und stimmig machen. Auch den Posen und der Haltung werden wir uns in diesem Workshop widmen.  
Für alle!*

*Samstag den 26.06.10 von 16:00 - 18:00 Uhr  
Kosten: 26,- Euro*

---

## *Tanzen mit Isiswings*

*Hier kommen alle Isiswingsfans voll auf ihre Kosten! In diesem Einführungswochenende lernt Ihr bei Regina den richtigen Umgang sowie Tricks und Kniffe, die Euch den Wow-Effekt bei Eurem Publikum sichern.*

*Sonntag, 27.06.10 von 14:00 - 15:30 Uhr  
Kosten: 20,- Euro  
Isiswings werden bei Bedarf gestellt*

---

## *Choreographie mit Isiswings*

*Traumhaft schöne Choreographie von und mit Regina. Ein Knaller für jede Feier*

*Sonntag, 04.07.10 von 14:00 - 17:00 Uhr  
Kosten: 39,- Euro  
Isiswings werden bei Bedarf gestellt*

---

## *Wellen, Rollen und Schleifen*

*Ein Genuss für die Sinne.*

*Wir erweitern, vertiefen und verfeinern unser Repertoire. Weich, geschmeidig und fließend*

*Ab Anfänger mit Vorkenntnissen*

*Sonntag, 18.07.10 von 15:30 - 18:00 Uhr*

*Kosten: 35,- Euro*

---

## *Dancing like Shakira!*

*Fun pur! Typische Shakirabewegungen und Schrittkombinationen zu ihren großen Hits!*

*Für Bauchtanzanfängerinnen, alle Tanzbegeisterten und Shakira-Fans.*

*Keine Vorkenntnisse erforderlich*

*Samstag 21.08.10 & Sonntag 22.08.10 von 14:30 - 17:00 Uhr*

*Kosten: 67,- Euro*

---

## *Bodentanz*

*Anregungen, Tipps und Umsetzung für alle, die einen sinnlichen, geschmeidigen und eleganten Bodentanz in ihre Choreographie einbauen wollen, oder sich mit Bewegungen und Kombinationen am Boden vertraut machen wollen.*

*Sonntag 22.08.10 von 12:00 - 14:00 Uhr*

*Kosten: 26,- Euro*

---

*Für alle Workshops ist eine Anmeldung bis 5 Tage vor Workshopbeginn bei Indhira Farrasha erforderlich unter 0171 9326415 oder per Mail unter [info@indhira-farrasha.de](mailto:info@indhira-farrasha.de)*

*Ort: "Tante Astrid" Aachenerstr. 48, (Nähe Rudolfplatz) 50674 Köln*

---