



# Orientalischer Tanz - Workshop

<b>Beschreibung</b>	<p>Wie Ali Baba in 1001 Nacht sind viele Menschen vom Zauber des orientalischen Tanzes fasziniert. Erleben Sie die Harmonie und Ausdruckskraft dieses erdverbundenen, sehr weiblichen Tanzes und entdecken Sie Ihren Körper neu. Der orientalische Tanz schult Koordination, Rhythmusgefühl und Körperwahrnehmung und fördert Spontaneität und Kreativität. In diesem Kurs trainieren Anfänger/innen und Fortgeschrittene gemeinsam. Dieser Kurs ist von QualiCert anerkannt. Sie haben dadurch die Möglichkeit über Ihre Krankenkasse einen Beitrag an die Kurskosten geltend zu machen, wenn Sie über eine entsprechende Zusatzversicherung verfügen. Weitere Infos: <a href="http://qualicert.ch">qualicert.ch</a></p>
<b>Inhalt</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Grundlegende Schritte, Bewegungsabläufe und aufbauende Elemente</li><li>• Rhythmiktraining</li><li>• Isolationstechnik (zentrales Element im orientalischen Tanz)</li><li>• Choreografien</li></ul> <p>Für diesen Kurs erhalten Sie einen Teil des Kursgeldes rückerstattet, sofern Sie bei der Krankenkasse SWICA eine Zusatzversicherung abgeschlossen haben. Erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse.</p>
<b>Voraussetzung</b>	Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt.
<b>Zielgruppe</b>	Männer und Frauen ab 16 Jahren
<b>Lernziele</b>	Sie erlernen die grundlegenden Schritte und Bewegungen und die darauf aufbauenden Elemente des Orientalischen Tanzes und können diese in einfachen bis anspruchsvollen Choreografien kombinieren. Sie fördern Ihr Körper- und Bewegungsgefühl sowie Ihre Rhythmisierungsfähigkeit.
<b>Anschluss-Fortsetzungskurs</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <a href="#">Orientalischer_Tanz-Kurse</a></li><li>• <a href="#">Kurs_nicht_gefunden?_Teilen_Sie_uns_Ihren_Kurswunsch_mit.</a></li></ul>
<b>Datum</b>	23.11.2019 / E_1259461

**Klubschule Migros Bern**

Tel. +41 58 568 00 30

Welle7 / Schanzenstrasse 5  
3008 Bern

[klubschule.bern@migrosaare.ch](mailto:klubschule.bern@migrosaare.ch)  
[klubschule.ch](http://klubschule.ch)





# Orientalischer Tanz - Workshop

<b>Zeit</b>	13:30 - 15:00 h		
<b>Wochentage</b>	Sa		
<b>Dauer</b>	1 Kurstag(e). Total	1.50	Lektion(en) à 50 Minuten
<b>Preis</b>	CHF	27.00	
<b>Durchführungsort</b>	Welle7 / Schanzenstrasse 5, 3008 Bern		
<b>Termine</b>	<b>Tag</b>	<b>Datum</b>	<b>Zeit</b>
	1 Sa	23.11.2019	13:30 - 15:00