

## **Orientalischer Tanz (Anfängerkurs): Beschreibung**

In diesem Kurs möchte ich alle einladen, die neben den körperstabilisierenden Übungen die Grundtechniken des orientalischen Tanzes kennenlernen bzw. intensivieren wollen. Es wird an der Vielfalt der Bewegungen und deren Isolation im Körper gearbeitet, während die Klänge und Rhythmen der orientalischen Musik uns begleiten. Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung und falls nötig Gymnastikschuhe. Ich freue mich auf Ihr Kommen.

### **Kursdaten:**

**Anfängerkurs in 10er Block von 18:00 – 19:00 Uhr**

**Kosten: 120,- EUR**

**Termine des 10er Blocks immer freitags**

**Mai: 11./18./25.**

**Juni: 08./15./22.**

**Juli: 13./20./27.**

**August 03.**

## **Orientalischer Tanz (Mittelstufe – Fortgeschrittene)**

Sie haben bereits Erfahrungen im orientalischen Tanz und wollen Ihr Wissen vertiefen und Choreographien erlernen. Dann sind Sie hier richtig. Sie werden ein Teil einer bestehenden Gruppe werden.

### **Kursdaten:**

**Mittelstufe - Fortgeschrittene im 10er Block von 19:00 – 20:30 Uhr**

**Kosten: 140,- EUR**

**Termine der 10er Block immer freitags**

**Mai: 11./18./25.**

**Juni: 08./15./22.**

**Juli: 13./20./27.**

**August 03.**

### **Ihre Ansprechpartnerin:**

Farahnaz Lankes-Holz

M.A. Pädagogin und Neurolinguistin

Tanzdozentin und Choreografin

### **Kontaktdaten:**

farah.holz@web.de

Mob. 0152 22575598

www.farahnaz.eu



**Information zu mir:**

als gebürtige Perserin begann meine Leidenschaft für Tanz sehr früh in meiner Heimat Iran. Tanz als fester Bestandteil des Lebens ermöglichte es mir, mich im Alter von sieben Jahren mit persischen und indischen Tänzen zu beschäftigen. Nach der Übersiedlung nach Deutschland bekam ich die Gelegenheit, die orientalische Kultur in Form unterschiedlicher Tanzrichtungen von namenhaften Dozenten wie Shahrazad und Dr. Gamal Seif zu erlernen und das vorhandene Wissen zu fortzuentwickeln.

Seit mehr als 16 Jahren arbeite ich sowohl hauptberuflich als auch begleitend als internationale Tanzdozentin und Choreografin für orientalischen Tanz.

Durch den Einfluss meines Studiums in Pädagogik und allg. Sprachwissenschaften mit Schwerpunkt Neurolinguistik und durch meine Neugierde für den menschlichen Körper in Verbindung mit Bewegung, bildete ich mich in modern dance, Ballett, Tanztheater und Yoga fort und vertiefte mein Wissen durch Teilnahme an Fortbildungen in Tanzmedizin.

Die Fusion des orientalischen Tanzes mit zeitgenössischen Tanzelementen erlernte ich u.a. von namhaften Dozenten wie Raksan durch Teilnahme an zahlreichen Workshops und Projekten. Durch all diese Einflüsse habe ich einen eigenen Tanzstil aus unterschiedlichen Tanzrichtungen entwickelt, den ich im Unterricht einfließen lasse und somit Raum für Individualität, Authentizität und Improvisation gegeben ist.