

TRIBAL FUSION EINFÜHRUNGSKURS

MIT NUR EL AYUN

9 x 2 Stunden an folgenden Freitagabenden von 18.00-20.00 Uhr:

22.8/29.8/05.09/19.9/03.10/17.10/31.10/14.11/28.11

WAS IST TRIBAL FUSION?

Tribal Fusion Belly Dance ist eine moderne Form des orientalischen Tanzes, die aus dem American Tribal Style (ATS) entstanden ist. ATS ist ein moderner Gruppentanz amerikanischen Ursprungs, der viele Elemente des orientalischen Tanzes integrierte und eine eigene Tanzsprache entwickelte, die es den Tänzerinnen erlaubt, sich in einer Gruppe synchron und doch auf der Basis von Improvisation zu bewegen. Tribal Fusion kombiniert ATS-Elemente mit Bewegungen aus dem Hip Hop, dem orientalischen Tanz, Breakdance, Flamenco und indischen und anderen Folkloretänzen auf kreative Weise. Typisch für diese Tanzform ist die stolze Körperhaltung und die schlangenhaften Bewegungen und präzise Akzente, die durch kontrollierte Muskelisolation erreicht werden. Die Kostüme sind folklorig urban und sind so vielfältig wie die Ausprägungen des Stils, denn sie werden meistens von den Tänzerinnen selber genäht. Auch die Musik reicht von Folklore-Klängen bis zu Dubstep, R'n'B, Chill out, Hip Hop und jeglichen anderen Musikrichtungen.



Nur el Ayun

Es ist schön Frau zu sein – leidenschaftlich weiblich!

NUR EL AYUN

Wir haben die Tribal Fusion-Ausbildung TTFE (www.tanzkult.ch) bei Naheema absolviert und intensiv mehr als ein Jahr mit den besten Tribal-Fusion-Lehrerinnen aus der ganzen Welt trainiert. Neben Tribal Fusion wurden wir auch in den Themen klassische Tanztechnik, Choreografie, Einwärmen, Stretching, Entspannung, Ausdruck, Körperhaltung und anatomisch funktionell richtige Bewegung unterrichtet. Mehr über uns auf www.tribal-fusion-zuerich.ch Zudem tanzen wir seit über zehn Jahren orientalischen Tanz (www.nurelayun.ch) und haben den Fusionstil «Oriental Burlesque» (www.orientalburlesque.ch) entwickelt.

INHALT:

- Einwärmen mit gezielten Kraftübungen, Yoga und Stretching
- Drilling der einzelnen Isolationsbewegungen
- Einfache, schöne Tribal-Fusion-Bewegungsabläufe
- Ausdrucks- und Tanztechnik
- Cool down mit Stretching und Entspannungsübungen

STUFE: Anfängerinnen & Mittlere Tribal Fusion – Tanzkenntnisse (egal in welchem Tanzstil) von Vorteil, aber nicht erforderlich

KURSORT: in Zürich an der OTZ, Ausstellungsstrasse 25, hinter dem Hauptbahnhof am 22.8. / 29.8.

Im Dörfli in der Yoga Lounge, Schoffelgasse 3, 8001 Zürich www.yogalounge.ch an den restlichen Daten ab Sept. 14

DATEN: siehe oben, **9 x 2 Stunden jeden zweiten Freitag von 18.00-20.00 Uhr pro Zyklus**

MITNEHMEN: bequeme Kleider zum Trainieren (am besten Haremshosen, Trainerhosen, Leggings, keine Röcke, Münzgürtel etc. und T-Shirt, sowie ein Langarmshirt und Socken für die Entspannungsübungen)

KOSTEN: 25 CHF pro Stunde / 18 Stunden à 25 CHF= 450 CHF pro Zyklus, Zahlung im Voraus

AUSKUNFT/ANMELDUNG: nadja.scherrer@gmail.com, Tel. Nadja 078 626 73 78

Anmeldungsbedingungen: Zur verbindlichen Anmeldung bitte eine E-Mail mit dem Betreff «Tribal Fusion» und Vor-, Nachname, Adresse, E-Mail, und Telefonnummer an die obige Mail-Adresse. Bei Abmeldung bis 30 Tage vor Kursbeginn wird eine Bearbeitungsgebühr von CHF 50.-verrechnet. Bei späterer Abmeldung ist der gesamte Kursbetrag zu entrichten, auch wenn der Kurs nicht besucht wird.



Nur el Ayun

Es ist schön Frau zu sein – leidenschaftlich weiblich!