

Workshop

Tribal-Fusion-Hot Combos

mit

Apsara Habiba

So., 5.05.2019

**von 14.00-17.00 Uhr
im Studio "TanzFit" Eitorf
(Hospitalstraße 3, 53783 Eitorf)**

Stark binnenkörperliche Bewegungen, sehr nach innen bzw. von innen getanzt - einerseits sehr geschmeidig und fließend, andererseits entstehen durch die Einflüsse von Modern-, Jazz- und Break Dance schnelle Tempi- und Richtungswechsel. Es werden mehrere Bewegungen „übereinander“ gelegt = sog. Layering und auch akrobatische Elemente wie Rückwärtsbrücke, Spagat, Kniegang, etc. werden verwendet.

Dadurch entstehen immer neue Bewegungsbilder mit großer Dynamik, für die eine extreme Körperspannung und Beweglichkeit der Tänzerin notwendig ist.

Intensives Warm-Up bereitet Euch auf die einzelnen Moves und raffinierte kleine Combos vor, die Euch die Bewegungsfähigkeit Eures Körpers neu entdecken lassen.

Level:

Vorkenntnisse im Orientalischen Tanz, Hip Hop, Ballett, Modern, o.ä. erforderlich

Bitte mitbringen:

bequeme Trainingskleidung mit eng anliegend, Leggings (keine Röcke), Schläppchen, Isomatte

Kosten:

bei Anmeldung bis 21.04. - 40 Euro,
danach - 45 Euro

Anmeldungen:

unter Tel. 02243-9173925 oder per
Mail unter tanz-fit-eitorf@web.de

www.tanz-fit-eitorf.de

