Bellydance - Orientalischer Bauchtanz für Anfänger*innen

Kursnummer 27W368110

Beginn Montag, 25.01.2027, 18:15 - 19:15 Uhr

Dauer 7 Termin(e)

Ort VHS im Bezirksrathaus Mülheim, Raum V 402

Dozent Stania Nesrat Alo

Kursentgelt 66,00 €

Bellydance/Bauchtanz basiert vor allem auf der Körperisolation, bei der gelernt wird, den eigenen Körper zu beherrschen und dadurch mehr Körper- und Selbstbewusstsein zu erlangen. In diesem Kurs werden Techniken und Choreografien geübt und zu klassischer und moderner Musik getanzt. Bauchtanz ist nicht nur ein Tanz, sondern ein auch ein gesunder Sport.

Als leidenschaftliche Tänzerin und Fitnesstrainerin besitzt Stania Nesrat Alo ein breites Repertoire im Bereich Tanz, Dazu gehören Paartänze wie Kizomba, Salsa, Bachata und Solotänze wie Feminin/ Ladies' Styles und Orientalischer Tanz. An der Kölner VHS unterrichtet sie zudem Zumba®.

Kurstermine

Datum	Uhrzeit	Ort
25.01.2027	18:15 - 19:15 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Mülheim, Raum V 402
01.02.2027	18:15 - 19:15 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Mülheim, Raum V 402
15.02.2027	18:15 - 19:15 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Mülheim, Raum V 402
22.02.2027	18:15 - 19:15 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Mülheim, Raum V 402
01.03.2027	18:15 - 19:15 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Mülheim, Raum V 402
08.03.2027	18:15 - 19:15 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Mülheim, Raum V 402
15.03.2027	18:15 - 19:15 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Mülheim, Raum V 402

zur Kursdetail-Seite