



Jagruti
TANZ DICH GLÜCKLICH

Bauchtanz

Kurs für Anfängerinnen in Dippoldiswalde
mit **Jagruti**



Einfach mal
ausprobieren!

Jede Frau kann den Bauchtanz lernen und ihre Weiblichkeit neu entdecken...

Kurs: Donnerstag, 19.15 - 20.30 Uhr
Beginn: 27. Oktober, 2016 / 2. März, 2017
Schnupperstunde kostenlos!

In diesem fortlaufenden Kurs werden Sie erfahren, welchen Spaß es macht, Bauchtanzbewegungen und Musik miteinander in Einklang zu bringen. Der Kurs beinhaltet das Erlernen der Basiselemente des Bauchtanzes, kombinierte Bewegungen und Improvisation. Ein entspanntes Auf- und Abwärmen lockert und dehnt den gesamten Körper.

Durch das wöchentliche Training kann das allgemeine Wohlbefinden gesteigert werden, denn Bauchtanz bewirkt

- geschmeidige und kräftige Muskulatur
- eine biegsame Wirbelsäule
- entspannte, flexible Gelenke
- Rhythmusgefühl
- gute Laune
- neue Kontakte durch das gemeinsame Tanzen

Der Einstieg in den fortlaufenden Kurs ist jederzeit möglich.



Anmeldung:

Jagruti Langner

(seit über 20 Jahren als Orientalische Tänzerin und Tanzpädagogin tätig)

Telefon: 0170 8390071

Email: info@jagruti.de

www.Jagruti.de



Veranstaltungsort:

Samana Seminarhaus

Niederpöbel 27

01744 Dippoldiswalde

Tel. 035052/ 22456 und im

Gemeindehaus Schmiedeberg

Altenberger Str. 19

Kurse - Workshops - Einzelunterricht