

BAUCHTANZ – TANZ DER SEELE 2020

BEWEGLICHKEIT UND ELASTIZITÄT DURCH DEN WUNDERSCHÖNEN, WEIBLICHEN TANZ MIT ENERGETISCHER KÖRPERARBEIT UND MEDITATIVEN ELEMENTEN FÜR JEDES ALTER, AUCH FÜR 60+

Eine ganz besondere, weibliche Körperarbeit ist der Bauchtanz, der für jedes Alter geeignet ist. Mit den wunderschönen Tanzbewegungen des orientalischen Tanzes bringst du deinen Körper in Schwung, wirst beweglicher, stärkst deine Muskeln, vor allem auch den Beckenboden. Der Bauchtanz setzt viel Energie frei und löst Spannungen und Blockaden. Vitalität mit viel Lebensfreude, Körper- und Selbstbewusstsein stellt sich ein.

Jede Stunde wird zu einem Erlebnis. Einstieg jederzeit möglich.

Januar – Juni

- Montag: 10.15 – 11.15 Uhr im «junges Theater liechtenstein», Zollstr. 52, Schaan
10-mal: 13.1./20.1./27.1./3.2./10.2./17.2./2.3./9.3./16.3./23.3. • Kosten: CHF 250.–
9-mal: 27.4./4.5./11.5./18.5./25.5./8.6./15.6./22.6./29.6. • Kosten: CHF 225.–
- **Gesamtkosten:** Januar – Juni: CHF 475.– 10% Rabatt für AHV/IV, Studentinnen
- **Mitbringen:** Langer Rock oder Leggings, Tanzgürtel oder Hüfttuch, Getränk

August – Dezember optional

- Montag: 10.15 – 11.15 Uhr im «junges Theater liechtenstein», Zollstr. 52, Schaan
7-mal: 17.8./24.8./31.8./7.9./14.9./21.9./28.9.
- **Kosten:** CHF 175.–
10-mal: 19.10./26.10./2.11./9.11./16.11./23.11./30.11./7.12./14.12./21.12.
- **Kosten:** CHF 250.–
- **Gesamtkosten:** August – Dezember 17-mal: CHF 425.– 10% Rabatt für AHV/IV, Studentinnen
- **Mitbringen:** Langer Rock oder Leggings, Tanzgürtel oder Hüfttuch, Getränk



**Tanzen ist Freude,
und Energie pur!**

