

SC CONDOR

WIR MACHEN SPORT

ORIENTALISCHER TANZ
BASIC CLASS



ORIENTALISCHER TANZ

ist pure Weiblichkeit und Lebensfreude!

In diesem Kurs erlernst Du die Grundelemente des orientalischen Tanzes, sowie die charakteristischen Isolationstechniken. Als optimales Ganzkörpertraining hat es sehr positive Effekte auf Deine Haltung, Beweglichkeit und Körperwahrnehmung. Ganz nebenbei trainieren wir tänzerisch auch unseren Beckenboden und entwickeln ein gutes Gespür für unsere Körpermitte. Keine Vorkenntnisse erforderlich. Bring gerne ein Hüfttuch mit!

8 TERMINE **KURS 1**
Mittwochs
10.00 - 11.00 Uhr
23.3. bis 11.5.2022

KURS 2
Donnerstags
19.45 - 20.45 Uhr
24.3. bis 12.5.2022

ORT **Volkshaus Berne**, Spiegelsaal,
Saselheider Weg 6, 22159 Hamburg

KOSTEN € 80,00 für Nicht-Mitglieder
€ 60,00 für Vereinsmitglieder

LEITUNG **Nasi Rathjens**, zertifizierte Trainerin
für orientalischen Tanz
und Gesundheitstraining

Anmeldung bei:
susi.gleeson@sccondor.de

KONTAKT

Geschäftsstelle **SC Condor von 1956 e.V.**
Berner Heerweg 188
22159 Hamburg

Telefon: 040 - 643 27 49
Fax: 040 - 875 01 807
E-Mail: info@sccondor.de
Homepage: www.sccondor.de