



Anmeldung:
Brigitte Paul
Tel, 04103-124821
e-mail: anuanua104@gmail.com



Kurs A: jeden 1. u. 3. Samstag
13,00-16,00 Uhr
Kulturladen St. Georg
Alexanderstr. 16,
20099 Hamburg
Schwerpunkt liegt neben
Basics und
Körperkoordination auf
Längere
Choreografien
26,- Euro pro Monat

Kurs B: jeden 2. und 4. Dienstag
18,00 - 19,30 Uhr
Backstube Fuhlsbüttel
(nähe U/S Bahn Ohlsdorf
Am Hasenberge 48
22366 Hamburg
Der Schwerpunkt liegt auf
Basics, Schritt- und
Körperkoordination sowie
körperliche Fitness mit
kleinen Choreografien
12,50 Euro pro Abend



Tänze aus Tahiti
und
den Cook-Inseln



Der tahitianische Tanz sowie die Tänze der Cook-Inseln bestehen aus anmutigen und graziösen Bewegungen, der „Aparima“ nach melodischer Musik, wo die Hände dem Liedtext folgen und der schnellen, hüftbetonten Ote'a, nach rhythmischer Trommelmusik. (Kaparima und Ura Pau in der Sprache der Cook-Inlands.)

Wir lernen die Basis der Schritte und Bewegungen, die diese Tanzstile ausmachen mit immer neuen Variationen (Kurs B) und wer mehr möchte, mit Choreographien des Aparima und Ote'a Tanzes. (Kurs A)

Der tahitianische Tanz hält Körper und Geist wach, es ist ganzheitliches Körpertraining. Es werden nicht nur die Muskeln von Bauch, Beine und Po trainiert, sondern auch die Körperbalance und Körperkoordination.

Wir stärken unserer Mitte, tanzen anmutig, feminin und mit Energie.

Die Schritte und Bewegungen werden heruntergebrochen, damit sie korrekt ausgeführt werden können und leicht erlernt werden können.

Unterrichtet wird im Stil von Joelle Berg, der Gründerin von Te Tuamarama, wo ich meine Ausbildung gemacht habe.