

# Orientalischer Tanz

mit

## Jamila El Djuna



Alles Tanzen entspringt dem Leben, aus dem Bedürfnis uns auszudrücken. Tanzen kommt vom Sanskritwort -tanha-, das Lebensfreude bedeutet.



Bauchtanzbewegungen bauen Muskeln auf und kräftigen sie, machen sie locker und geschmeidig. Der Rücken wird gestärkt, die Wirbelsäule enthält wieder mehr Beweglichkeit. Der Blutkreislauf wird angeregt. Das körperliche Wohlbefinden wird verbessert.



Jede Frau kann sich individuell entfalten, ihre Persönlichkeit und Empfindungen mit dem Körper ausdrücken und kann so lernen neues Selbstbewußtsein aufzubauen und sich selbst zu verwirklichen.



Bauchtanz hilft vielen Frauen sich und ihren Körper besser kennen zu lernen und ihr Selbstvertrauen zu stärken.

So wird der orientalische Tanz zur Wohltat und Energie für Körper und Seele.

- Kurse für Anfänger
- Kurse für Fortgeschrittene
  - Kurse für Kinder
  - Auf Wunsch auch Einzelunterricht
- Auftritte bei Geburtstagen, besonderen Festen, ect.



Ich tanze schon immer leidenschaftlich gern. Als ich dann vor ca. 15 Jahren meine erste Bauchtanzlehrerin tanzen sah, habe ich meine Liebe zum orientalischen Tanz entdeckt. Seitdem hat er mich nicht wieder losgelassen und mir durch manche schwere Zeit hindurchgeholfen. Er beflügelt mich und gibt mir das Gefühl ich selbst zu sein.  
Ich tanze mich.



Lassen Sie sich entführen in das Reich von 1001 Nacht mit einem orientalischen Tanz von  
**Jamila El Djuna**

Gisela Wimberger  
Lohwaldweg 10 b  
94227 Lindberg  
Tel. 09922-8049999