



# SHIMMY WORKSHOP

## Basis Shimmy und Variationen

Shimmy - mit Sicherheit eine der wichtigsten Ingredienzen des orientalischen Tanzes!

Keine Hexerei - Zaubertrank braucht`s keinen - wohl aber die richtige Technik und ganze Hingabe.

Shimmies - eines der wichtigsten Elemente im orientalischen Tanz.  
Mit unzähligen Variationen - es gibt (fast) 1001 - intensiv widmen wir uns einigen davon - live begleitet uns Tiziano mit seiner Darabuka.  
Es ist ein aussergewöhnliches Erlebnis mit live Musik zu tanzen!

Stufe A: Basis Shimmy mit Akzenten und Schrittkombis.

Stufe: M/F: Shimmy Variationen - Hagallah, Ghawazee, Shimmy überlagert auf andere Bewegungen, Zittershimmy ect.  
Daraus entsteht eine kurze Choreographie.

---

Bitte Mitbringen: Körperbetontes Body, oder enges T-Shirt,  
Hüfttuch (nicht oder nur leise klimpernd) rutschfeste Socken, oder  
Tanzschuhe, leichte Decke (Sarong)

Sonntag: Stufe A: 11h-13h30. Stufe M/F: 14h-16h30

Ort: Im NAMMU- Raum für orientalischen Tanz und Bewegung

Kosten: Pro WS à 2.5Std. = 95.-

