

Sommerliche Tanzfreuden und Ausblicke in die Zukunft mit neuen Dozentinnen ...

... Kurse, Workshops und Feiern im TARAB, Zentrum für Orientalischen Tanz



Liebe Tänzerinnen,

am Samstag, 27. Juni fand die **Veranstaltung zur Gründung des TARAB Tanz- und Kulturvereins** statt. Bei allen, die dabei waren, möchte ich mich nochmals herzlichst bedanken. 1001 Dank für Euer Interesse und Eure Loyalität!

Ich freue mich sehr, nun auch in diesem Newsletter zu verkünden, dass die langjährigen Dozentinnen Axinja und Nandini zur 1. und 2. Vorsitzenden gewählt wurden und wir somit voller **Vertrauen in die Zukunft der TARAB-Gemeinschaft** blicken dürfen.

**Ab jetzt ist es möglich**, Einblick in die Satzung unseres Vereins (liegt im TARAB aus, versende ich aber auf Wunsch gerne auch per Mail) zu erhalten und ... **Mitglied zu werden!**

Voraussichtlich wird es jedoch Oktober, bis der neugegründete Verein mit seinem ersten Kurs- und Workshopprogramm an den Start geht.

Bis dahin finden alle Kurse und Workshops im TARAB noch unter meiner Regie und somit auch zunächst noch auf Spendenbasis statt.

Lest hier nun, welche Unterrichtsangebote Euch ab jetzt bis Ende September erwarten:

## Sommernurse 31. Juli bis 26. September 2020

### Montag

\* 18:30 - 21:00 h: "Odissi. Eine Einführung in den Klassischen Indischen Tanz. Nandini. Einmalig am Montag, 03.08.20.

## Dienstag

\* 10:30 - 12:30 h: Baladi. Urweibliche ägyptische Tanztradition. **Bambi Sahab / Axinja**. Ab 04.08.20, 8 Termine.

\* 19:15 - 21:00 h: Romantische Raks-Sharki-Choreographie "Yearning". **Bambi Sahab**. Ab 04.08.20, 8 Termine.

## Mittwoch

\* 18:15 - 20:00 h: Ghawazee (Auftrittsgruppe für die Leylat). **Bambi Sahab**. Ab 05.08.20, 4 Termine.

\* 18:15 - 20:00 h: Orientalische "Bauchtanz"-Basics. \*\*\* **Panterinya** \*\*\*. Ab 02.09.20, 4 Termine.

\* 19:45 - 21:30 h: Bodentanz. **Bambi Sahab**. 14-tägig. Ab 12.08.20, 4 Termine.

## Donnerstag

\* 18:15 - 20:00 h: Bauchtanz-Basics. **Bambi Sahab**. Ab 06.08.20, 4 Termine.

\* 18:15 - 20:00 h: Privates Coaching. **Bambi Sahab**. Ab 03.09.20, 4 Termine.

## Freitag

\* 19:30 - 21:30 h: Bambouti. Ägypt. Fischertanz. **Bambi Sahab / Axinja**. Ab 31.07.20, 2 Termine.

\* 19:30 - 21:30 h: Düfte bewegen mich – Jasmin. **Cornelia & Bambi Sahab**. Am 14.08.20.

\* 19:30 - 21:30 h: 1001 Raum. Raumaufteilung im Oriental. Tanz. \*\*\* **Feyuna** \*\*\*. Ab 28.08.20, 3 Termine.

Infos über die \*\*\* neuen Dozentinnen \*\*\* findet Ihr weiter unten.

## Dauer der Kurseinheiten

Alle Kurse beinhalten 90 Minuten Tanzunterricht. Um das Miteinander im TARAB zu fördern und jede Kurseinheit harmonisch ausklingen zu lassen, gibt es zusätzlich zur Unterrichtszeit eine viertel- bzw. halbstündige Teerunde. Die Teerunde ist in die angegebenen Zeiten der Tabelle eingerechnet.

## Stufeneinteilung / Unterrichtsinhalte

- \* **Bauchtanz-Basics**: Anfängerinnen ohne oder mit geringen Vorkenntnissen im Oriental. Tanz
- \* **Odissi**: Anfängerinnen ohne oder mit geringen Vorkenntnissen im Indischen Tanz
- \* **Baladi**. Ägyptischer Oriental. Tanz ab Mittelstufe (ca. 2 Jahre Tanzerfahrung).
- \* **Choreographie "Yearning"** : Oriental. Tanz für Weit-Fortgeschrittene (ab ca. 5 J. Tanzerfahrung)
- \* **Ghawazee**: geschlossene Auftrittsgruppe.
- \* **Bodentanz**: Oriental. Tanz am Boden ab leichte Mittelstufe (ca. 1 Jahr Tanzerfahrung).
- \* **Bambouti**: alle die Lust haben, mal einen "männlichen" Tanz auszuprobieren.
- \* **Düfte bewegen mich**: für alle Tanzbegeisterten, die Jasminduft lieben.
- \* **1001 Raum**: Raumaufteilung im Oriental. Tanz ab Mittelstufe (ca. 1 Jahr Tanzerfahrung).

## Preise, Kursgebühren

Alle Kurse, Workshops und Events finden derzeit auf SPENDENBASIS statt.

Früher kostete eine einzelne Unterrichtseinheit von 90 Minuten jeweils 14.- (ermäßigt 12,50). Für 10 Unterrichtseinheiten zahlte man 110.- (ermäßigt 95.-) Euro.

An diesen früheren Preisen könnt Ihr Euch orientieren, seid aber letztlich frei in Eurer Entscheidung. Ihr könnt schlicht das zahlen, was Euch möglich ist.

**Ich wünsche Euch viel Spaß mit den Kursen im TARAB!**

Wir freuen uns sehr, Euch zwei neue Dozentinnen zu präsentieren, die im Rahmen der Wochenkurse des Sommerprogramms erstmalig ihre individuelle Art zu Unterrichten im TARAB vorstellen:

### Feyuna

Bereits als Teenager begann Feyuna Unterricht in Orientalischem Tanz zu nehmen und sammelte erste Bühnenerfahrung. Als Erwachsene absolvierte sie die „Raks-Sharki-Ausbildung“ bei Djamilia Kotsch in Frankfurt und die Ausbildung zur „Jomdance Bühnentänzerin“ (Jazz Oriental Modern Dance) bei Said el Amir. Außerdem nahm sie an der Ausbildung zur ESTODA - Lehrerin (Essential Technique of Oriental Dance) teil. Neben Orientalischem Tanz beschäftigt sie sich intensiv mit Ballett und Jazzdance.

Sie ist Mitglied im **Tanzverein I.Mago e.V. Heidelberg** <https://www.tanzverein-imago.de/>, in dem sie ihren eigenen Stil - eine Mischung aus Modern Dance und Oriental Dance - unterrichtet.

**\*\*\*Unterrichtsangebot von Feyuna** ab Freitag, 28. August, 19:30 bis 21:30, drei Termine für Tänzerinnen ab Mittelstufe:

### 1001 Räume im Orientalischen Tanz

Wenn ich tanze, nehme ich mir Raum! Ich tanze im Raum - oder tanzt der Raum mit mir? Kann der Raum mein Tanzpartner sein, kann ich mit ihm spielen? Ist der Raum nur um mich oder auch in mir? In 3 Unterrichtseinheiten wollen wir unser Augenmerk auf den Raum lenken. Wir wollen mehr Raum in unseren Bewegungen schaffen und somit auch mehr Kraft und Ausdruck. Und wir wollen den Raum in dem wir tanzen bewusst(er) ausfüllen. Denn gut genutzter Raum macht aus „nice“ ein „wow“!!!



## Panterinya

Als Panterinya 1998 zum ersten Mal mit dem Orientalischen Tanz in Berührung kam, erlebte sie fasziniert bis überwältigt die starke weiblich-erotische Ausdruckskraft, die in diesem Tanz steckt. Seither begegnete sie vielen namhaften Künstlerinnen und Künstlern der deutschen wie der internationalen Bauchtanzszene. Alle haben entscheidend zu ihrer tänzerischen Entwicklung beigetragen. Heute ist Panterinya eine gefragte Tänzerin und Dozentin, die sowohl durch ihre technische Präzision, wie auch durch ihre Präsenz und starke persönliche Ausstrahlung überzeugt.

Zitat Panterinya: „Ich kenne keine andere Ausdrucksform, die mir ein solches Maß an faszinierenden Möglichkeiten bieten würde, mein Frau-Sein ästhetisch darzustellen.“

Dieses Zitat war es auch, mit dem sie 2010 mit einem der begehrten Halima-Preise geehrt wurde.

**\*\*\* Unterrichtsangebot von Panterinya** ab Mittwoch, 02. September, 18:15 bis 20:15, vier Termine für Einsteigerinnen und alle, die Basics des Orientalischen Tanzes vertiefen möchten:

### **Orientalische „Bauchtanz“-Basics**

Niveauübergreifend richtet sich dieser Kurs an alle - Anfängerinnen bis Fortgeschrittene – die sich (ganz neu oder mal wieder) mit den wichtigsten Grundbewegungen und -figuren im Orientalischen Tanz beschäftigen wollen. Es geht um Kreise und ihre zahlreichen Variationen, Achter und Kamele, den Grundschrift in all seiner Vielfalt und Akzente wie im Drop-Kick oder Shimmy. Exakt und im Detail erklärt üben wir, kontrollieren, vertiefen, feilen aus und polieren – eine nachhaltige Arbeit an eurer Technik und eurem Ausdruck! In einfachen und dennoch raffinierten Kombis setzen wir im Anschluss das Ganze tänzerisch um – viel Spaß ist garantiert!

## Sommerliche Workshops und Events

### August

\* **Odissi. Eine kleine Einführung in den klassischen Indischen Tanz. Nandini.** Montag, 03. August, 18:30 bis 20:15.

\* **Bambouti. Ägyptischer Fischertanz mit Löffeln. Naima.** Samstag, 08. August, 16:00 bis 18:00. In diesem Workshop geht es hauptsächlich um das Erlernen der Löffel-Perkussion durch unsere Gastdozentin Naima aus Worms. Vorher, am Freitag, 31. Juli und am Freitag, 07. August jeweils 19:30 bis 21:30, gibt es zwei Bambouti-Einführungsabende mit Bambi Sahab & Axinja.

\* **Düfte bewegen mich: Jasmin.** Freies Tanzen inspiriert durch Duft. **Bambi Sahab & Cornelia Kannenberg.** Freitag, 14. August, 19:30 bis 21:30

### September

\* Workshop mit **Bambi Sahab: Persischer Tanz (Choreographie).** Samstag, 19. September, 10:30 bis 14:00.

\* **Leylat at TARAB. Unser Orientalischer Tanzabend** mit Auftritten von Schülerinnen und Dozentinnen des TARAB. Samstag, 26. September, Einlass ab 19:30, Beginn 20:00.

### "Wie lange ist Bambi noch in Heidelberg?"

Als Dozentin im TARAB bleibe ich jetzt definitiv bis Ende September präsent. Im Oktober und November bin ich dann aber - endlich - auf Reisen. Jedoch kehre ich schon im Dezember nochmals für einen Monat nach Heidelberg zurück, unterrichte noch einige Abende und biete zwei schöne Workshops an.

Ende Dezember werde ich mich dann verabschieden ...

... bis ich im **Sommer 2021** für einen Monat Sommerprogramm zurückkehre!

Am **Samstag, 05. Dezember** wird ein rauschendes **Bambi-Verabschiedungsfest im TARAB** gefeiert.

Hierfür suche ich ein Orga-Team (wer hat Lust?), bei dem Ihr tänzerische, musikalische und / oder verbale Beiträge anmelden könnt.

Fühlt Euch herzlich eingeladen, Euch einzubringen!



Falls Ihr mich mal wieder tanzen sehen wollt, möchte ich Euch meinen **Youtube-Kanal** empfehlen. Einen Ausschnitt aus "Tahia ´s Dance" habe ich kürzlich eingestellt:

### **Bambi Sahab. Sensual Nay-Taqsim**

Falls Euch interessiert, was mich sonst noch bewegt:

unter **A.K. Held (@BambiSahab)**

findet Ihr mich jetzt auf auch **Twitter**, wo ich regelmäßig eine kleine Bauchtanz-Weisheit "zwitzschere" ... und so manch anderes, was mir am Herzen liegt.

Ich wünsche Euch, dass Ihr die Fülle der schönen Sommertage voll und ganz genießen könnt.

Liebe Grüße,  
Bambi

Bambi Sahab

TARAB, Zentrum für Orientalischen Tanz

Bergheimer Str. 80 \* 69115 Heidelberg

Tel: 06221/6394679 \* Mobil: 0176/23259890 \* Mail: BambiSahab@posteo.de

<http://www.Bambi-Sahab.de>



Klicke hier um Dich aus dem TARAB-Verteiler abzumelden.