

C2661 Tanzen mit Schleier, Fächerschleieren, Zimbeln und dem Schellenring

Beginn	Montag, 29.09.2025, 19:15 - 20:45 Uhr
Kursgebühr	113,00 €
Dauer	14 Termine
Kursleitung	Monika Loder
Kursort	UF, vhs, V0.16, Meditationsraum, Am Bahnhof 13, 85774 Unterföhring

Diese wunderbare Art zu tanzen ist für Frauen jeden Alters geeignet. In diesem Kurs erlernen Sie die Technik des Orientalischen Tanzes und machen Exkurse z.B. in das Tanzen mit Schleier, Fächerschleieren, Zimbeln und dem Schellenring. Neben Beweglichkeit und Körperbewusstsein fördern wir Ihre Fitness, Koordination und Haltung. Wir tanzen größtenteils zu moderner und abwechslungsreicher orientalischer Musik. Die Stunde beginnt mit einem kurzen Warm-up, dann üben wir Technikgrundlagen, Schritt kombinationen, Choreographien und Kreistänze und üben. Im abschließenden freien Tanz wiederholen wir alles Gelernte mit Spaß und Leichtigkeit. Der Unterricht endet mit einem kleinen Cool-down. Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
29.09.2025	19:15 - 20:45 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Meditationsraum, V0.16
06.10.2025	19:15 - 20:45 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Meditationsraum, V0.16
13.10.2025	19:15 - 20:45 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Meditationsraum, V0.16
27.10.2025	19:15 - 20:45 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Meditationsraum, V0.16
10.11.2025	19:15 - 20:45 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Meditationsraum, V0.16
17.11.2025	19:15 - 20:45 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Meditationsraum, V0.16
24.11.2025	19:15 - 20:45 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Meditationsraum, V0.16
01.12.2025	19:15 - 20:45 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Meditationsraum, V0.16
08.12.2025	19:15 - 20:45 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Meditationsraum, V0.16
15.12.2025	19:15 - 20:45 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Meditationsraum, V0.16
12.01.2026	19:15 - 20:45 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Meditationsraum, V0.16
19.01.2026	19:15 - 20:45 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Meditationsraum, V0.16
26.01.2026	19:15 - 20:45 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Meditationsraum, V0.16
02.02.2026	19:15 - 20:45 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Meditationsraum, V0.16

[zur Kursdetail-Seite](#)