

SHAIKA



STARS OF THE ORIENT



BAUCHTANZ

Emel Akgül

Sie ist geboren am 06.12.1968 in Istanbul, im Herzen des Orients und unterrichtet seit vielen Jahren orientalischen Tanz mit Frauen und Kindern.

Ihre Grundausbildung begann sie 1984 am Kultus Ministerium für Orientalischen Tanz in Istanbul und schloss diese erfolgreich 1988 mit Diplom ab.

Seit dieser Zeit unterrichtet Emel in Istanbul und dann auch in Deutschland. Vor allem die Zeit in Istanbul nutze Emel zum Besuch zahlreicher Workshops und Weiterbildungen bei namhaften Dozenten um weitere Ideen und Erfahrungen zu sammeln.

Nicht nur durch ihr außergewöhnliches Talent mit Tanzschülern umzugehen, sondern auch durch ihre besonders anspruchsvollen Choreographien hat sich Emel in der Bauchtanzszene und darüber hinaus einen Namen gemacht, der hohe Anerkennung und Beliebtheit findet.



Woher kommt eigentlich der Bauchtanz?

Der Orientalische Tanz ist ein urweiblicher Tanz, der Lebensfreude und Lebenskraft ausdrückt. Wissenschaftler vermuten seine Ursprünge in Nordafrika und den arabischen Ländern, durch deren Verbreitung er in der ganzen Welt berühmt wurde.

Neben der Glitzerwelt und des daraus entwickelten Showtanzes hat man die Gesundheitlichen Vorzüge und Aspekte dieser uralten Tanzform längst erkannt und sich auch in Westeuropa zu Nutze gemacht. Der orientalische Tanz, bei uns der „Bauchtanz“, ist ein „Raks Sharqi“, also ein Tanz der Freude, Ausdruck von weiblicher Sinnlichkeit, Anmut, Lebensfreude und Persönlichkeit und doch bietet er so viel mehr...

Die Koordinationsfähigkeit und der Gleichgewichtssinn werden geschult, die horizontalen Beckenbewegungen stärken den Beckenboden, die Bauch-Po –und Hüftmuskulatur. Tiefsitzende Verspannungen werden gelöst, Rücken – und Nackenmuskulatur gestärkt, die Haltung korrigiert und optimiert und dem allseits gegenwärtigen Hohlkreuz entgegengewirkt. Die Beweglichkeit und Mobilität des gesamten Körpers wird gefördert, verbessert und /oder erhalten.

Der orientalische Tanz ist ein perfektes, Harmonie schulendes Ganzkörpertraining ohne Verletzungsrisiko für nahezu alle Frauen jeden Alters und vor allen Dingen jeder Figur!

Bauchtanz für Alle?

Selbstverständlich –Nicht ! Kein Tanz ohne Musik ! Daher eignet sich der Orientalische Tanz eigentlich nur für Alle die sich gerne zu Musik bewegen, Freude am Tanz und Bewegung haben. Ob weiblich oder männlich, jung oder alt, dick oder dünn..... Spielt dabei keine Rolle!

Sport oder nicht Sport? Mit Bauchtanz keine Frage!

Sportwissenschaftler haben es bewiesen: Bauchtanz ist Leistungssport!

Auch Ihr Orthopäde / Physiotherapeut / Arzt oder Geburtshelfer kennt die gesundheitlichen Aspekte des Orientalischen Tanzes!

Fragen Sie danach

Kommen Sie zu einer kostenlosen Probestunde vorbei!

**Dipl. Volks- und Orientalische Tanztrainerin und Choreografin
Emel Akgül**

Info: emelakgul@web.de Tel: 06283-50473 oder 0171-4781797

