

Jetzt schon  
vormerken:

## Tribal-Kongress

vom 10. bis 12. September 2010  
in Hersching am Ammersee  
Jugendgästehaus Wartaweil

mit Ayana, Aspara Habiba,  
Nadine Fernandez, Narajana, Shahrazad, Sora

### Workshop-Themen:

- Indian Tribal mit Narajana
- Duette und Trios mit Nadine Fernandez
- Fusion mit Ayana
- Kombis mit Apsara Habiba
- klingende Assecoires (ohne Zimbeln) mit Shahrazad
- ATS (American Tribble Style) mit Sora

### Weitere Infos

erteilt gerne unsere Geschäftsstelle:  
E-Mail: [BambiSahab@gmx.de](mailto:BambiSahab@gmx.de),  
Telefon: 0 62 21 / 6 39 46 79,  
Mobil: 01 76 / 23 25 98 90  
und / oder  
[www.bv-orienttanz.de](http://www.bv-orienttanz.de)

## Bankverbindung

BVOT  
Kontonummer 50 10 99 09  
BLZ: 672 901 00  
H+G Bank Heidelberg

## Unterkunft

Jugendherberge Bonn mit Kulturerlebnistreff  
Haager Weg 42, 53127 Bonn  
[www.bonn.jugendherberge.de](http://www.bonn.jugendherberge.de)

Die Jugendherberge liegt vier Kilometer von der Innenstadt entfernt - auf dem Venusberg. Sie bietet zeitgemäßen Komfort. Die hellen Räume schaffen eine freundliche Atmosphäre. Alle Zimmer verfügen über eine eigene Dusche und WC. Das moderne Bistro und die große Terrasse bieten interessante Treffpunkte zum Unterhalten und Entspannen. Anreise auch mit ÖNV problemlos.

## Preise\*

	Mitglieder	Nicht-Mitglieder
Frühbucher bis 05.02.2010	275,00 Euro	320,00 Euro
Buchung ab 06.02.2010	325,00 Euro	370,00 Euro
Tagespauschale mit 1 WS/Vortrag	35,00 Euro	45,00 Euro
Tagespauschale mit 2 WS/Vorträge	70,00 Euro	90,00 Euro
Tagespauschale mit 3 WS/Vorträge	90,00 Euro	120,00 Euro

\*Alle Preise verstehen sich inkl. Getränke; ab Buchung von mind. zwei WS/Vorträgen zusätzlich inkl. Mittagessen, Kaffee & Kuchen

## Anmeldung

Erst eine schriftliche Anmeldung und der Eingang der Zahlung auf das angegebene Konto des BVOT machen die Anmeldung zum Kongress verbindlich. Anmeldungen bitte an Textstudio Groß, z. H. Frau Schmitt, Brahmstr. 1 a, 69118 Heidelberg. Ein Anmeldeformular zum Download findet sich auf unserer Homepage [www.bv-orienttanz.de](http://www.bv-orienttanz.de).

## Über den BVOT...

Der Bundesverband Orientalischer Tanz e.V. (BVOT) ist ein gemeinnütziger Verein und wurde 1994 gegründet. Durch Regionalbüros wird er in den Bundesländern vertreten. Unser Verband richtet sich an alle Hobbytänzerinnen, sowie Profis - ist jedoch nicht mit einem Berufsverband zu verwechseln. Er kümmert sich um die Belange aller Tanzinteressierten - ausgerichtet an den Bedürfnissen der Mitglieder.

## ...und dessen Kongresse

Die Kongresse bieten mit einem umfassenden Workshop-Programm ein einzigartiges Forum zur fachlichen und tänzerischen Weiterbildung, sowie zum überregionalen Informations- und Erfahrungsaustausch. Bei der Auswahl der Workshops legen wir großen Wert auf die Themenvielfalt, die Qualifikation der Dozentinnen sowie darauf, Raum für außergewöhnliche Themen zu bieten. Aufgrund ihrer familiären und entspannenden Atmosphäre werden sie gerne besucht. Es entsteht kein Zeitdruck, da wir drei Tage Zeit haben, miteinander zu lernen, zu essen und - was nicht zu kurz kommen darf - zu feiern. Es besteht zudem die Möglichkeit, die Familie mitzubringen.

### Alle Leistungen inklusive:

- 6 Workshops zur freien Auswahl
- Fachvorträge
- Kongress-Show
- Party
- Bazar mit verschiedenen Anbietern & Second-Hand-Bazar
- Vollverpflegung, zusätzlich ganztägig heiße und kalte Getränke, sowie Obst
- 3 Übernachtungen im Mehrbettzimmer mit Dusche und WC

Programm Kongress 2010

# 30. Kongress des

# Bundesverband Orientalischer Tanz e.V.

## 13.05. bis 16.05.2010 in Bonn

## Tagesablauf

Uhrzeit	Donnerstag	Freitag	Samstag
7:30 bis 9:00		Frühstück	Frühstück
9:00 bis 11:00		Workshops	Workshops
11:45 bis 12:45		Mittagessen	Mittagessen
13:00 bis 15:00	Offene Vorstandssitzung	Workshops	Workshops
15:00 bis 15:30		Kaffee & Kuchen	Kaffee & Kuchen
15:45 bis 17:45	Einchecken	Workshops	Workshops
18:00 bis 19:00	Abendessen	Abendessen	Abendessen
19:00 bis 20:00	Dozenten-vorstellung	Bazar Vortrag	2.-Hand-Bazar Vortrag
ab 20:00	Mitglieder-versammlung	Party	Show

Weitere Infos und eventuelle Änderungen des Ablaufs sind während des Kongresses den Aushängen im Foyer der Jugendherberge zu entnehmen.

## Workshops

### Schwebend drehen - Natalie



[www.emotion-studio.de](http://www.emotion-studio.de). Schwebend Drehen, mit dem Schleier Bilder in die Luft zaubern... Bring Dein Publikum zum Träumen! Natalies raffinierte Schleierkombis leben von Dynamik und Expressivität. In diesem Workshop unterrichtet Natalie Schleiertechnik, spielerische Drehungen, gekonntes Spinning und Ausdruck. Der Schleier wandelt sich vom Accessoire zum Tanzpartner... **Level: Mittelstufe bis Fortgeschrittene**

### Zimbeln - Sahéla



[www.sahela.de](http://www.sahela.de). Zimbeln macht Spass, vor allem wenn man es kann. Sahéla bringt Dir die Grundbegriffe des Zimbelns bei und dazu kleine Kombis. Es ist viel einfacher, als Du glaubst. Dieser Workshop ist geeignet für Tänzerinnen, die die Grundbegriffe des O.T. beherrschen, bisher aber kaum oder noch gar keine Erfahrungen mit dem Zimbeln gemacht haben. Zum WS gibt es ein kleines Script, anhand dessen Du die im Workshop gelernten Dinge aufarbeiten und wiederholen kannst. Bitte bringe, wenn vorhanden, Deine Zimbeln mit. Wenn Du keine eigenen Zimbeln hast, kannst Du welche bei Sahéla ausleihen.

**Level: ab Mittelstufe; keine Zimbelkenntnisse nötig**

### Pilates - Anja Bovensmann



[a.bovensmann@gmx.de](mailto:a.bovensmann@gmx.de). In diesem Workshop wird Pilates aus tänzerischer Sicht beleuchtet. So spielen Haltung, Ausstrahlung, Selbstbewusstsein und Körperbeherrschung im Tanz wie beim Pilates eine zentrale Rolle. Es werden die Prinzipien und ihre Bedeutung im Orientalischen Tanz erklärt und es erwartet Euch eine Mattenstunde. **Level: alle**

### Fellachi - Stefanie El Shamsa



[www.tanzimbrunnenhof.de](http://www.tanzimbrunnenhof.de). Fellachi, der volkstümliche Tanz der Fellachen (Bauern) aus dem Nildelta, der Getreidekammer Ägyptens, kann auf vielfältige Art und Weise getanzt werden. Frauen tanzen ihn oft als „Krug- oder Korbtanz“, er kann aber auch als Hochzeits- oder Werbetanz ausgeführt werden. Stefanie wird eine fröhliche, kokette Choreografie, die vor allem in der Gruppe viel Spaß macht, vermitteln. **Level: ab Mittelstufe**

### Türkischer Volkstanz - Bahiga



[www.bahiga.de](http://www.bahiga.de). Türkische Volkstänze sind sehr vielfältig: ruhig, gelassen und besinnlich bis lieblich, aber auch temperamentvoll, lebhaft oder kraftvoll. Getanzt wird meist im Kreis oder in einer Reihe. Dies ist ein einmaliges Tanzerlebnis, geeignet für Anfängerinnen, Fortgeschrittene und Dozentinnen. In diesem WS erhalten die Teilnehmerinnen einen Einblick in Folkloretänze aus verschiedenen Gegenden der Türkei. Ebenso werden der Ursprung, die Hintergründe und Bedeutungen der gelernten Tänze genau erklärt. **Level: alle**

### Mami Watas Tanz - Marina Sosseh

[www.no-mads.de](http://www.no-mads.de). Die Quelle der Weiblichkeit - die Mami Wata - ist eine wahrlich multikulturelle Göttin. In ihr vereinigen sich europäische, afrikanische und asiatische Einflüsse zu einer spannenden Synthese. Mit Hilfe der Methode „Jeux Dramatique“, die aus dem freien Theaterspiel stammt, möchte ich Euch eine spielerisch-tänzerische Begegnung mit Mami Watas Element, dem Wasser, ermöglichen. Mit Hilfe von tänzerischen Kreisen, Spiralen und Achten vertiefen wir dieses Erlebnis, um danach Bewegung als Auslöser für eine schamanische Reise zu erfahren. Während dieser Reise sind tiefgreifende Erlebnisse möglich, andererseits könnt Ihr aber auch erfahren, dass Euch zum gegenwärtigen Zeitpunkt der Zugang zur nicht alltäglichen Realität verschlossen bleibt. Bitte eine Decke, bequeme Kleidung und Zeichenmaterial mitbringen! **Level: alle**

### Ballady - Nabila Sabha



[www.nabila-sabha.de](http://www.nabila-sabha.de). „Ballad“ heißt auf arabisch „Heimat“ und genau das verkörpert diese typisch ägyptische, binnenkörperliche und erdige Tanzform einzigartig. Erlernt in diesen WS die höchste Ausdrucksform, die der Raks Sharki zu bieten hat! Schritte, Kombinationen und das gewisse Etwas!!!

**Level: ab gute Mittelstufe**

### Improvisation - Hanan Kadur

[www.hanan-kadur.de](http://www.hanan-kadur.de). Der orientalische Tanz ist von seinen Wurzeln her ein improvisierter, aus dem Bauch heraus getanzter Tanz. Doch die Bühne macht es notwendig, Choreografien zu schreiben und zu tanzen. So hat es sich eingebürgert, dass viele Schülerinnen auch anhand von Choreografien den orientalischen Tanz üben. Doch das Improvisieren sollte nicht vergessen werden. Oft ist es der Rettungsanker, wenn wir auf der Bühne mitten im Tanz erkennen: Hilfe, ich habe die Choreografie vergessen! Oder frau ist auf einem Fest, wo die Musik zum Tanzen einlädt. **Level: ab gute Anfänger / Mittelstufe**

### Khaleegy - Khadejah & Mustapha



[www.ahlamdancetheatre.com](http://www.ahlamdancetheatre.com). Khaleegy, auch Haartanz oder Saudi genannt, ist ein Frauentanz, der in der gesamten Golfregion getanzt wird (Persisch-arabischer Golf, Emirate, Bahrain, Kuwait, Saudi Arabien). Von manchen Frauen wird er als Trance- oder spiritueller Tanz gezeigt. Charakterisch für diesen Tanzstil sind u. a. das Schwenken der langen Haare und das weite, lange Kleid, welches auf vielfältige Art mit in den Tanz einbezogen wird. Bitte ein Khaleegykleid oder einen großen Schleier mitbringen! **Level: alle**

### 1001 Grundschrte - Mellany Amar

[www.ot-pur.de](http://www.ot-pur.de). Vor-Platz-Rück-Platz - und sonst nichts? Das kann nicht alles sein! Mellany Amar zeigt Euch Grundschriftvariationen von ganz leicht bis überraschend und übungsbedürftig. Da der Grundschrift in der arabischen Musik so vielseitig einsetzbar ist, bereichert ein umfangreiches Repertoire an abwechslungsreichen Grundschriften sowohl Euren Tanz als auch Euren Unterricht. Dieser Workshop soll Euch inspirieren und Euch Mut für eigene Kreationen machen. **Level: Mittelstufe bis Fortgeschrittene**

### O. T. für geistig Behinderte - Nadhira al Ward



[www.nadhira-al-Ward.de](http://www.nadhira-al-Ward.de). Menschen mit geistiger Behinderung möchten leben wie andere auch, was Freizeit-, Bewegungs- oder Sportaktivitäten betrifft. Unterrichtsinhalt ist die Weitergabe von Erfahrungen und Anregungen für die Arbeit mit geistig Behinderten. Wir sind keine Therapeuten und trotzdem können wir einiges erreichen. Den Tanz als Spaß in den Vordergrund stellen und positive Nebenwirkungen erzielen wie z. B. Förderung von Persönlichkeitswahrnehmung, Steigerung der Ausdauerbereitschaft, Erhöhung der Begeisterungsfähigkeit und Eigenmotivation. **Level: ab gute Mittelstufe**

### Der O. T. in Therapie und Prävention - Shazadi



[www.raqs-shazadi.de](http://www.raqs-shazadi.de). Umgang mit Rücken- und Gelenkschmerzen; wann und wie kann ich nach Verletzungen wieder belasten; Überbeweglichkeit und mangelnde Mobilität im orientalischen Tanz - Wie gehe ich damit um? In Theorie und Praxis erfahrt Ihr Hintergründe und Übungen für Training und Unterricht. Weiterhin erhaltet Ihr wertvolle Tipps, wie der O.T. gesundheitsorientiert eingesetzt werden kann. **Level: alle**

### Saidi für Stocktanzmuffel - Dahab Sahar

[www.dahabsahar.de](http://www.dahabsahar.de). Für all diejenigen, die auf „Kriegsfuß“ mit dem Stock stehen, ist dieser Workshop ein „Versöhnungsversuch“ mit diesem schönen Requisit. Ziel des Unterrichtes ist es, einen sicheren und tänzerisch qualifizierten Umgang mit dem Saidi-Stock zu lernen. Weiterhin werden wir uns mit der Herkunft dieses Tanzes sowie der dazugehörigen Kleidung beschäftigen. Außerdem erhaltet Ihr eine kurze Einführung in Rhythmus und typische Saidi-Musik. **Level: ab Mittelstufe**

### Mystische Schlangenbewegungen - Artemis



[www.artemis-events.net](http://www.artemis-events.net). Wir erlernen die faszinierenden, unendlichen Achterbewegungen der Schlange: sinnlich und weich, geschmeidig und anmutig, geheimnisvoll und schillernd. Erspüren wir die daraus entstehende Mystik in unserem Körper und bereichern damit unseren tänzerischen Ausdruck. Weiterhin erfahrt Ihr die Hintergründe zum mythologischen Aspekt der Schlange. Kurze Tanz- und Bewegungskombis, raffiniert in Szene gesetzt, die spielerischen Freiraum für eigene Improvisationen lassen. Schöne Bodentanzelemente werden ebenso vermittelt. Script inklusive. **Level: ab Anfängerinnen mit Grundkenntnissen**

### „Schleierzauber“ - Shaddai

[www.shaddai.de](http://www.shaddai.de). Shaddai tanzt seit 1988 und vor allem gerne Schleier. Im Laufe der Jahre hat sie viele Schleierideen gesammelt und neue Tricks und Figuren entwickelt, die sie gerne weitergibt. Hier lernt Ihr, wie Ihr mit dem Schleier zaubern könnt. Bitte einen Rundschleier mit greifbarer Borte mitbringen. **Level: alle**

## Vorträge

### Presse- und Öffentlichkeitsarbeit - Shantala

[www.shantala.de](http://www.shantala.de). Gezielt eingesetzte Presse- und Öffentlichkeitsarbeit kann helfen, neue Schülerinnen und Auftritte zu gewinnen, sich von der Konkurrenz abzuheben und den Bekanntheitsgrad zu steigern. Doch leider bleibt dies nur allzu oft ungenutzt: man weiß nicht wie, hat Angst es sei zu teuer oder es geht einfach in der Alltagshektik unter.

### Beckenboden im O. T - Inanna

[inanna.a@web.de](mailto:inanna.a@web.de). Die Wissenslücken über die Problematik und den Einsatz des Beckenbodens im O. T. sind nach wie vor groß. Dieser Vortrag gibt Einblicke in die Anatomie eines guten Beckenbodens. Ihr erhaltet Tipps für Übungen, mit denen der Beckenboden aufzuspielen ist und wie frau ihn optimal beim Training einzusetzt. Gut trainiert hilft ein stabiler Beckenboden bei der Vermeidung von Krankheiten, wie beispielsweise der recht häufig auftretenden Inkontinenz im Alter. Dieser Vortrag richtet sich an alle bauchtanzenden Frauen; Schülerinnen ebenso wie unterrichtende.