

J4643 Bauchtanz für Selbstbewusstsein und Ausdruck Die Kunst des weiblichen Seins

Beginn	Freitag, 26.09.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
Kursgebühr	82,00 € - Durchführung ab vier Personen garantiert.
Dauer	2 Termine
Kursleitung	Maria Bogensperger
Kursort	vhs in der Stadtbücherei Traunstein, Haywards-Heath-Weg 1, 83278 Traunstein

Der Bauchtanz ist eine der ältesten Ausdrucksformen weiblichen Seins: Sinnlichkeit, Würde, Kraft, Mut und Verspieltheit. Die Besonderheit liegt in der bewegten Isolation einzelner Körperregionen. Die unterschiedlichen Tanzbewegungen trainieren das Gleichgewicht und das Körperbewusstsein wird intensiviert. Der Geist wird frei und das Herz lacht! Der Bauchtanz ist eine wunderbar leichte und verspielte Möglichkeit, sich selbst zu erforschen, zu verstehen und lieben zu lernen. Er wirkt auf körperlicher, emotionaler und geistiger Ebene.

Für Frauen mit oder ohne Vorkenntnisse, die Spaß an neuen Bewegungsabläufen haben.

Bitte mitbringen:

bequeme Kleidung, evtl. Hüfttuch, Freude am Miteinandersein, Getränk.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
26.09.2025	18:00 - 21:00 Uhr	vhs in der Stadtbücherei Traunstein, 2. OG, Raum 201
27.09.2025	10:00 - 14:00 Uhr	vhs in der Stadtbücherei Traunstein, 2. OG, Raum 201

[zur Kursdetail-Seite](#)