

2 spændende workshops

Workshop i mavedans for begyndere og letøvede med Marie M. Jensen

Sted: Fritidscentret - Lokale 7, 1. sal, Jernbanegade 4, 8900 Randers C
Tid: kl. 10.30 – 13.00

Pris: **kr. 200,00** for medlemmer af Orientalisk DanseUnion eller
Århus Orientaliske Danseforening
kr. 275,00 for ikke-medlemmer



Om workshoppen:

Når man har danset et stykke tid og føler, at man har så nogenlunde styr på de mest almindelige grundbevægelser og nogenlunde kontrol over sine arme melder spørgsmålet sig: hvordan får man det hele til at hænge sammen og blive til *dans*? Og mere specifikt: hvordan varierer man, så et ottetal bliver ved med at være interessant i 5 minutter? Og hvordan får man det kædet sammen med en kamel uden at gå i stå?

Det er hvad denne workshop handler om. Vi skal arbejde med grundtrinene, men have fokus på variationer, så man udnytter (og udtrykker!) musikken bedst muligt, og også prøve at sætte alle disse variationer sammen.

Der vil ikke blive undervist i en koreografi, men vi vil i stedet arbejde med øvelse, som du kan tage med hjem og bruge til din yndlingsmusik. Se mere på www.marie-bellydance.dk

Workshop med slør for øvede med Anni Brøgger



Om workshoppen:

Der vil blive undervist i en meget smuk og feminin slør koreografi. Musikken er på én gang både fuld af sjæl og er samtidig iørefaldende. Sangen handler om stor kærlighed, længsel og savn. Det er en dans, der sættes fokus på danserens indlevelse i musikken, på det feminine udtryk og en dans som stiller krav til sensuel håndtering af sløret. Dansen er velegnet til at optræde alene med. Hvert element i dansen vil blive gennemgået grundigt. Almindelig slørteknik forudsættes kendt. Koreograf Anni Brøgger. CD med musikken inkl. udførlig skriftlig koreografi, samt DVD med dansen, kan købes for små penge. Se mere på www.anni-broegger.dk

Sted: Fritidscentret - Kongressalen, Jernbanegade 4, 8900 Randers C
Tid: kl. 10.00 – 13.00

Pris: **kr. 250,00** for medlemmer af Orientalisk DanseUnion eller
Århus Orientaliske Danseforening
kr. 325,00 for ikke-medlemmer



Tilmeldings- og betalingsfrist – torsdag den 25. marts 2010

Tilmeldingen er bindende, og foregår efter først til mølle princippet. Betaling skal ske straks efter tilmelding, beløbet bedes indsat på foreningens konto i Sydbank reg.nr. 0570 konto 0000952079 eller ved fremsendelse af check. Indbetalte beløb refunderes kun i tilfælde af aflysning fra ODU's side. Tilmelding og betaling efter 25. marts sker til forhøjet pris af **+50,- kr.**

Tilmelding og information: Sanne Larsen: 24 26 36 10 – sanne@alruna.dk

Flyeren er delvis sponsoreret af Kolind Bogtrykkeri

Læs om afdansningsballet på den anden side