

Amana Dance Theatre

Nieuwsbrief najaar 2017

Buikdans cursussen

Ten oosten (oriëntaalse dans) of ten westen (maghreb-dans) van de Nijl: aardse vrouwenkunst vol vuur, dans van hart en ziel, van uit de buik...

Wekelijkse lessen vanaf 2 oktober:

Antwerpen-Mortsel: De Feniks, Deurneleitje 6

Basis-Doorstroming: dinsdag 20.15 - 21.45 u. (10 lessen: € 130 / 105)

Gevorderd: donderdag 20.30 - 22 u. (10 lessen: € 130 / 105)

Maghreb-dans: 2-wekelijks op donderdag (start 5/10) 19 - 20.30 u. (5 lessen: € 65 / 55)

Repertoire-klas (gevorderden): 2-wekelijks op donderdag (start 12/10) 19 - 20.30 u. (5 lessen: € 55)

Turnhout: Studio 118, Graatakker 118

Eenheidsniveau: maandag 14 - 15.30 u. (10 lessen: € 130 / 105)

Info & inschrijvingen

Proefles: € 10 (wordt verrekend bij inschrijving); enkel de eerste week
proefles Nia + Buikdans: € 15

Graag vooraf **inschrijven**: geef een seintje en stort op nr. BE39 9799-8185-4819 (BIC: ARSPBE22) van A₂O vzw, met vermelding van naam, locatie en startdatum van de cursus, of contant bij de eerste les. Het reductie-tarief geldt voor scholieren en voltijdse studenten.

Combi's:

- 2 cursussen (vb buikdans + maghreb-dans): de 2e cursus aan reductietarief;
- 3 cursussen (vb gevorderd + maghreb-dans + repertoireklas): alle 3 aan reductietarief;
- + beurtenkaart Nia: buikdanscursus aan reductietarief.

Er zijn geen lessen van 30 oktober tot en met 9 november.

Laatste lesweek: 18 tot en met 21 december.

Amana Dance Theatre / vzw a2o

0494/12 12 80 a@buikdans.net

www.buikdans.net - www.maghreb-dans.net - www.facebook.com/AmanaDanceTheatre

Amana Dance Theatre

Nia met Vera

Nia is een speelse mix van dans, krijgskunst en lichaamsaandacht.

Nia is fitness voor lichaam en ziel, met een hart voor evenwicht en energie, een bron van levensvreugde. Iedereen welkom!

Nia-Moving to Heal is een zachtere, vloeiendere versie voor wie wat kalmer aan wil dansen of wil bewegen met fysieke of mentale kwetsuur of ziekte.

Lier, Basisschool St-Gummarus, Blokstraat (ijzeren poort)

woensdag 20 - 21 u., vanaf 13 september

Turnhout: Studio 118, Graatakker 118

maandag, 12.30 - 13.30 u., vanaf 2 oktober

Mortsel, De Feniks, Deurneleitje 6

dinsdag, 19 - 20 u., vanaf 3 oktober

Borgerhout, 't Werkhuys, Zegelstraat 13

woensdag 10.30 - 11.30 u., vanaf 4 oktober: **Nia-Moving to Heal**

Info & inschrijvingen

Proefles: € 8; 10-beurtenkaart: € 80; 6-beurtenkaart: €50 (geldig in alle locaties)

Losse les: € 10. **Instappen** is op elk moment mogelijk (graag een seintje)

Geen les op 30 & 31 oktober, 1, 6, 7 & 8 november.

Workshops Eros & Grace

Dance your body: energie door ademhaling, kracht door rust, gratie door doorstroming, bewegen vanuit stilte, contact maken met je innerlijk om uiterlijk te stralen.

begeleiding: Philip Demeester, regisseur & fotograaf

Vrijdagen 17 november en 22 december, 19-22 u, de Feniks, Deurneleitje 6, Mortsel

Vrijdag 24 november en zondag 17 december, 14.30-17-30, 't Werkhuys, Zegelstraat 13, Borgerhout

€ 30 per workshop, graag vooraf inschrijven: info@zintua.net of 0487/600 770

alle info: www.zintua.net

Amana Dance Theatre / vzw a2o

0494/12 12 80 vera@amania.be

www.amania.be - www.facebook.com/amania.be