

Amana Dance Theatre

Nieuwsbrief winter 2018

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 15 januari:

Antwerpen-Mortsel: De Feniks, Deurneleitje 6

Basis-Doorstroming: dinsdag 20.15 - 21.45 u. (12 lessen: € 155 / 130)

Gevorderd: donderdag 20.30 - 22 u. (12 lessen: € 155 / 130)

Maghreb-dans: donderdag 19 - 20.15 u. (12 lessen: € 130 / 105)

Turnhout: Studio 118, Graatakker 118

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

Info & inschrijvingen

Proefles: € 15 (wordt verrekend bij inschrijving); enkel de eerste week
proefles Nia + Buikdans: € 20

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.

Wie om beroeps- of sociale reden niet de volledige cursus kan volgen, kan een aangepast tarief verkrijgen. Graag vooraf aanvragen.

Combi's:

- 2 volledige cursussen (vb buikdans + maghreb-dans): allebei aan reductietarief;
- + beurtenkaart Nia: buikdanscursus aan reductietarief;

Er zijn geen lessen van 12 tot 16 februari (krokusvakantie).

Laatste lessen: Turnhout 26 maart; Mortsel 10 en 12 april.

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!

Turnhout: Studio 118, Graatakker 118

maandag, 12.30 - 13.30 u., vanaf 15 januari

Mortsel, De Feniks, Deurneleitje 6

dinsdag, 19 - 20 u., vanaf 16 januari

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

woensdag 20 - 21 u., vanaf 17 januari

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 12, 13 & 14 februari.

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.

Zondag 14 januari, 14.30-17.30 u.: 't Werkhuys, Zegelstraat 13, Borgerhout

vrijdag 19 januari, 19-22 u.: 't Werkhuys, Zegelstraat 13, Borgerhout

zondag 8 april, 14.30-17.30 u.: de Feniks, Deurneleitje 6, Mortsel

vrijdag 13 april, 19-22 u.: 't Werkhuys, Zegelstraat 13, Borgerhout

€ 30 per workshop, info en inschrijven: info@zintua.net 0487/600 770 www.zintua.net