



TARAB * Zentrum für Orientalischen Tanz
Bergheimer Str. 80 (Rückgebäude) * 69115 Heidelberg
Tel.: (06221) 6394679 * Mobil: (0176) 23259890
E-Mail: BambiSahab@gmx.de * www.tarab-online.de

Inhalt

| | |
|------------------------------------|-------|
| Workshops, Projekte und mehr..... | 1 – 2 |
| Infos über das TARAB, Preise | 3 |
| Übersicht Wochenkurse | 4 |

***** Projekte, Workshops und mehr *****
September 2011 bis Juli 2012

- 1 -

* **Trommelkurs mit Maryam**

Tanzrhythmen auf der Tabla und der Rahmentrommel spielen. Ab Mittwoch, 12. Oktober 2011 immer 21:00 bis 22:45 Uhr ca. alle 14 Tage. 5 Termine je Trimester, Preis: 52,50 €, ermäßigt 46,- €

* **Tribal-Projekte mit Sora**

Weiterhin jeden 3. Sonntag/Monat:

* Projekt 1: Les Amatrices,
jeweils 12:30 bis 15:30 Uhr

* Projekt 2: TARibe, jeweils 16:00 bis 19:00 Uhr
Preise: bei Belegung einzelner Termine je 25,- €
€, bei Kauf einer 10er-Karte beläuft sich der Gesamtbetrag auf 200,- €.

Tanzabend mit Bambi Sahab:

* **Hayati – mein Leben!**

So, 25. September, Einlass: 17:00 Uhr, Beginn 18:00 Uhr. Preis: 25,- €, ermäßigt 21,- € (inkl. vegetarischem Bio-Büffet).

* Workshop mit Khadejah El Oueslati:
Tunesischer Tanz. Technik, verschiedene Rhythmen, Kombis

Sa, 29. Oktober, 10:00 bis 14:30 Uhr. Bei Interesse können auf diesen Workshop Termine für ein Tunesisch-Projekt mit Khadejah folgen, die gemeinsam ausgewählt werden und in Aufführungen anlässlich einer Benefiz-Gala und zu anderen Gelegenheiten gipfeln könnten! Preis: bei Frühbuchung bis 01.10.11 50,- €, danach 70,- €.

Workshop mit Bambi Sahab:

* **3-Schleier-Rhumba-Choreographie**

Sa, 12. November, 11:00 bis 16:30 Uhr. Preis: bei Frühbuchung bis 14.10.11 60,- €, danach 80,- €.

Workshop mit Bambi Sahab:

* **Der Tanz mit dem Säbel**

Sa, 03. Dezember, 14:00 bis 17:30 Uhr. Preis: bei Frühbuchung bis 04.11.11 35,- €, danach 55,- €.

Voller Energie ins Neue Jahr mit Bambi Sahab:

* **Technikdrill und Choreographie**

Sa, 7. Januar 2012

* 11:00 bis 13:00 Uhr: Auffrischen und Üben der Basics des O. T. für alle ab Anfänger mit Vorkenntnissen

* 13:30 bis 15:30 Uhr: Shimmies, Shimmies, Shimmies. Ab Mittelstufe

* 16:00 bis 18:00 Uhr: Die Geister des alten Jahres mit Zimbeln vertreiben. Ab Mittelstufe
So, 8. Januar 2012

* 10:30 bis 15:00 Uhr:
Raks Sharki Choreographie

Gesamtpreis: 99,- € bei Frühbuchung bis 07.12.11, danach 119,- €. Bei Belegung einzelner Workshops: Samstags je 25,- €, Sonntags 45,- € bei Frühbuchung, danach je 20,- € mehr.

* **Benefiz-Gala-Oriental des Bundesverband O. T. e. V.**

Sa, 4. Februar 2012 in der Rudolf-Wild-Halle HD-Eppelheim. Mit Bambi Sahab & Ensemble As Suhub, Sora & TARibe und vielen anderen! Karten sind zu 15,-/12,-/10,- € (je nach Sitzplatz-Kategorie) im TARAB erhältlich.

Jahres-Projekt mit Bambi Sahab:

* **Baladi:**

Vom Awadi über Pop-Baladi und Melaya Leff zu Raks Shamadan
Termine: jeweils Sa, 11:00 bis 16:30 Uhr: 24. März, 21. April, 19. Mai, 23. Juni, 22. September, 20. Oktober, 24. November 2012. Gesamtpreis: für Frühbücher bis 27.02.2012 290,- €, danach 355,- €. Ratenzahlung möglich! Der 1. Termin ist bei Frühbuchung zum Preis von 60,- € einzeln buchbar, danach 80,- €.

Tanzabend mit Bambi Sahab:

* **Hayati – mein Leben!**

So, 29. April, Einlass: 17:00 Uhr, Beginn 18:00 Uhr. Preis: 25,- €, ermäßigt 21,- € (inkl. vegetarischem Bio-Büffet).

* **Coaching-Workshop mit Bambi Sahab:**

Basics für Fortgeschrittene und alle, die es werden wollen!

Üben der essentiellen Basics des O.T., intensiv an Technik und Haltung arbeiten, korrigiert werden, sich weiter entwickeln. Sa, 12. Mai, 11:00 bis 16:30 Uhr, Preis: für Frühbücher bis 14.04. 60,- €, danach 80,- €.

Einführung

* **Ensemble-Projekt 2012** mit Bambi Sahab:
Muwashahat und Saidi mit Stock und / oder Zimbeln

In die neuen Ensemble-Tänze hinein-

***** Projekte, Workshops und mehr *****
September 2011 bis Juli 2012

– 2 –

schnuppern für Neugierige ab ambitionierte Mittelstufler und „alte Ensemble-Hasen“. So, 13. Mai 2012, 10:30 bis 15:00 Uhr. Preis: für Frühbucher bis 14.04.2012 45,- €, für Mitglieder des Ensemble As Suhub 28,- €, danach jeweils 20,- € mehr.

* **Pfingstferien-Reise**

mit Sandra (Yoga) und Bambi Sahab (Bauchtanz) für Anfänger und Fortgeschrittene: Istanbul / Prinzeninsel Büyükdada im Naya: 26. Mai bis 3. Juni 2012

* **Sommerkurse**

mit Bambi Sahab, Maryam, Sora und anderen tollen Dozentinnen

Über 50 Termine: Baladi, Basics, Choreos, Freies Tanzen, Rhythmus, Tribal, Yoga, Zimbeln u. a. vom 9. Juli bis 9. September 2012.

* **Bazar** (auch 2nd-Hand) im TARAB:

Stöbern in und Anprobieren von Tanzzubehör u. a. nach Herzenslust. Sa, 14. Juli 2012, 14:30 bis 16:30 Uhr. Bitte anmelden, wer etwas verkaufen möchte, egal ob Neues oder Gebrauchtes! Eintritt für Besucher frei, keine Standgebühr für 2nd-Hand-Anbieter.

* **Vorschau:**

Neue Serie „Dein Wunsch-Workshop“. Gestalte das Programm des TARAB mit und wähle aus Bambis Workshopthemenliste aus, was Du lernen möchtest. Der erste Workshop dieser Art findet am Sonntag, 9. September im Rahmen der Sommerkurse statt. Die Mitauswahl des Themas ist bis 9. August möglich. Bitte Bambi auf die Liste ansprechen.

* **BATO-Ausbildung**

des Bundesverband Orientalischer Tanz e.V. im TARAB

Das Ausbildungskonzept BATO richtet sich an alle, die sich zur Orientalischen Tänzerin ausbilden lassen wollen. Im Anschluss ist eine Zusatzausbildung zur Trainerin für Orientalischen Tanz möglich. Alle Seminare sind einzeln belegbar!

* Sa 17. / So 18. September 2011:

40er/50er Jahre Stil mit Afrifah

* Sa 22. / So 23. Oktober 2011:

Aufbau einer Klassischen Tanzroutine mit Afrifah

* Sa 10. / So 11. Dezember 2011:

Trainingsaufbau und Raks Sharki I mit Mariam Habib

* 21. / 22. Januar 2012:

Trainingsaufbau und Raks Sharki II mit Mariam Habib

* Sa 25. / So 26. Februar 2012:

Baladi und Raks Awalim mit Abeer

* Sa 10. / So 11. März 2012:

Körperwahrnehmung und Bühnenpräsenz mit Christel Harsch

* Sa 5. / So 6. Mai 2012:

Persische und Mittelasiatische Tänze mit Schachlo

* Sa 7. / So 8. Juli 2012:

Tänze mit Requisiten / Phantasietänze mit Bambi Sahab

* Sa 15. / So 16. September 2012:

Geschichte des O. T. und Stilkunde mit Anahita

* Sa 6. Oktober 2012: Türkische Tänze mit Bahiga

* So 7. Oktober 2012: Tribal mit Samira

* Sa 10. / So 11. November 2012:

Ägyptische Tänze I mit Abeer

Frühbucherpreis bis 4 Wochen vor dem jeweiligen Seminar: 109,- € für Mitglieder des Verbandes und 160,- € für Nichtmitglieder. Bitte ausführliche Infos anfordern und/oder unter www.bv-orienttanz.de schauen!

* **Übrigens:**

Im Rahmen dieses Programms sind nur Kurzinfos zu den Workshops und Projekten möglich. Bitte bei Interesse einfach nachfragen, wir informieren gerne und ausführlich!

Für alle Projekte / Workshops ist eine schriftliche Anmeldung bis mindestens 1 Woche vor Beginn erforderlich. Bitte die neuen Frühbucherfristen beachten. Anmeldungen verpflichten auch bei Nichterscheinen zur Zahlung der Teilnahmegebühr!

Mitglieder des Bundesverband Orientalischer Tanz e.V. erhalten auf Workshops (nicht auf Kurse und Projekte) eine Ermäßigung von 5 %.

Überweisung der Gebühren bitte **vor** Kursbeginn an:

TARAB, Zentr. Orient. Tanz, Konto 8889309,
Heidelberger Volksbank, BLZ 67290000.



*** TARAB, Zentrum für Orientalischen Tanz,**

seit 13 Jahren DAS Tanzstudio für Bauchtanz und traditionelle orientalische Tänze in Heidelberg. Wir bieten mit unserem breitgefächerten Angebot qualifizierten Unterricht in warmer, orientalischer Atmosphäre für Anfängerinnen bis Weitfortgeschrittene. Bei uns besteht die Möglichkeit, eine fundierte Ausbildung in aufeinander aufbauenden Kursen zu machen, in der jedoch auch Spaß und Entspannung vom Alltag nicht zu kurz kommen! Herzlich willkommen in unserer TARAB-Tanzfamilie – egal ob „nur“ zum Hineinschnuppern in die sinnliche, lebensfrohe Tanzkunst oder als Interessentin an langjähriger Weiterbildung in Orientalischem Tanz!

*** Leylat at TARAB**

– Orientalischer Tanzabend für Frauen

Allen Frauen, die gern tanzen (auch ohne Vorkenntnisse im Orientalischen Tanz) bieten wir mit der „Leylat“ regelmässig die ideale Gelegenheit, selbst ausgiebig zu tanzen und anderen dabei zuzusehen! Mit Auftritten von Dozentinnen und Schülerinnen des TARAB. Getränke wie Tee, Wasser und Saft sind im Unkostenbeitrag von 8,- € inklusive. Über kleine Beiträge zum Mitbringbüfett freuen wir uns!

Einlass ab 19:00 Uhr

Beginn der Tanzdarbietungen ab 20:30 Uhr.

**** Samstag, 1. Oktober 2011

**** Samstag, 3. Dezember 2011
(Jahresabschlussfeier mit Verlosung)

**** Samstag, 31. März 2012

**** Samstag, 4. August 2012

*** Übrigens:**

Auch für die Wochenkurse ist eine schriftliche Anmeldung erforderlich. Ein unverbindliches „Schnuppern“ vorab ist jedoch mit Vorkenntnissen jederzeit in allen Kursen möglich. Für Anfängerinnen ohne Vorkenntnisse ist es jeweils zur 1. Stunde aller A1-Kurse üblich, jedoch meist auch später noch machbar. Bitte kurze Voranmeldung zum „Schnuppern“ per Telefon oder Mail. Zur Leylat at TARAB ist keine Voranmeldung notwendig! Überweisungen von Kurs-, Workshop- und Projektgebühren bitte an **TARAB, Zentr. Orient. Tanz auf folgendes Konto bei der Heidelberger Volksbank, BLZ 67290000, Konto: 8889309.**

*** Preise:**

- * Alle **A-, M-, F- und WF-Kurse** kosten **105,- €** (ermäßigt für Schülerinnen, Studentinnen, Alleinerziehende, Arbeitssuchende etc. 92,- €).
- * Die **Yogakurse** kosten **105,- €**, ermäßigt 92,- €.

* Der **Bharatanatyam**-Kurs kostet 70,- €, ermäßigt 63,- €.

* Die **K- und J-Kurse** kosten 61,- €. Ermäßigung für Geschwisterkinder möglich.

* Den Preis für das 14-tägig stattfindende Ensemble-Training bitte erfragen.

* Preis für den Trommelkurs siehe S. 1 unter „Projekte, Workshops und mehr“

* Die Belegung **einzelner** Kursstunden ist in allen Kursen möglich und kostet pro Vormittag / Abend jeweils **2,- € mehr** als der anteilige Betrag für eine Kursstunde bei Buchung von 9 bzw. 10 Terminen.

* Bei einer Teilnehmerzahl unter 8 Personen erhöht sich bei den 90-minütigen Kursen die Kursgebühr um insgesamt 20,- € je Person, ermäßigt um 15,- € und bei allen anderen Kursen um 16,- €, ermäßigt 14,- €.

*** Für Hochmotivierte:**

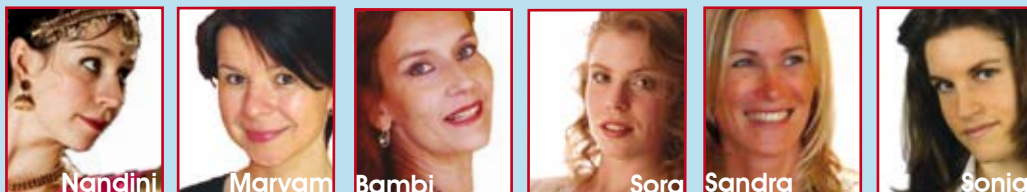
Ermäßigung von 25 % auf den Gesamtbeitrag bei Belegung von **zwei 10-Wochen-Kursen** im gleichem Kurszeitraum.

*** TARAB-Flatrate:**

Mit einem Vertrag über ein ganzes Tanzjahr (39 Kurswochen) ist es für einen **monatlichen Beitrag** von **55,- €** (ermäßigt 48,- €) möglich, an so vielen Kursstunden unter der Woche teilzunehmen, wie gewünscht! Inklusive in dieser Flat sind nicht nur alle Wochenkurstermine der Trimester Januar bis April, April bis Juli und September bis Dezember, sondern auch unsere 50 Sommerkurstermine von Juli bis September.

Bitte Überweisung der Kursgebühr **vor** Kursbeginn, bzw. nach der Schnupperstunde. **TARAB, Zentr. Orient. Tanz, Konto 8889309, Heidelberger Volksbank, BLZ 67290000.**

* Unser Dozententeam



* Übersicht Wochenkurse

| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|--|--|--|--|---|
| 10:30 bis 12:30 Uhr M1 ab 12.09.11 M2 ab 09.01.12 M3 ab 26.03.12 Bambi Sahab | 10:30 bis 12:30 Uhr M5 ab 13.09.11 M6 ab 10.01.12 F1 ab 27.03.12 Sora | 8:30 bis 10:30 Uhr Yoga ab 14.09.11 Yoga ab 11.01.12 Yoga ab 28.03.12 Sandra/Sonia | | |
| | 15:15 bis 16:30 Uhr K1 ab 13.09.11 K1 ab 10.01.12 K1 ab 27.03.12 Bambi Sahab | 10:30 bis 12:30 Uhr A1 ab 21.09.11 A2 ab 11.01.12 A3 ab 28.03.12 Bambi Sahab | | |
| | 16:30 bis 17:45 Uhr K2 ab 13.09.11 K2 ab 10.01.12 K2 ab 27.03.12 Bambi Sahab | | | 15:45 bis 17:15 Uhr J2 ab 16.09.11 J2 ab 13.01.12 J2 ab 30.03.12 Bambi Sahab |
| | 17:45 bis 19:15 Uhr Bharatanatyam ab 13.09.11 ab 10.01.12 ab 27.03.12 Nandini | 17:30 bis 19:15 Uhr A3 ab 14.09.11 M1 ab 11.01.12 M2 ab 28.03.12 Maryam | 18:00 bis 20:00 Uhr F4 ab 15.09.11 F5 ab 12.01.12 F3 ab 29.03.12 Bambi Sahab | 17:15 bis 19:15 Uhr Yoga ab 16.09.11 Yoga ab 13.01.12 Yoga ab 30.03.12 Sandra/Sonia |
| 18:00 bis 20:00 Uhr M4 ab 12.09.11 M5 ab 09.01.12 M6 ab 26.03.12 Maryam | 19:15 bis 21:00 Uhr WF ab 13.09.11 WF ab 10.01.12 WF ab 27.03.12 Bambi Sahab | 19:15 bis 21:00 Uhr A1 ab 28.09.11 A2 ab 11.01.12 A3 ab 28.03.12 Maryam | | 19:15 bis 21:15 Uhr WF ab 16.09.11 WF ab 13.01.12 A1 ab 20.04.12 Bambi Sahab |
| 20:00 bis 22:00 Uhr A1/A2 ab 12.09.11 A3 ab 09.01.12 M1 ab 26.03.12 Maryam | 21:00 bis 22:45 Uhr As Suhub-Ensemble-Training ab 13.09.11, 14-tägig Bambi Sahab | 21:00 bis 22:45 Uhr Trommelkurs ab 12.10.11, 14-tägig Maryam | 20:00 bis 22:00 Uhr M1 ab 15.09.11 M2 ab 12.01.12 M3 ab 29.03.12 Bambi Sahab | |

* Stufeneinteilung

| | |
|--|--|
| A1 + A1/A2 Anfängerinnen ohne/mit geringen Vorkenntnissen | K1 Mädchen ab 6 Jahren ohne Vorkenntnisse |
| A2-3 Anfängerinnen mit Vorkenntnissen | K2 Mädchen ab 6 Jahren mit Vorkenntnissen |
| M 1-3 Mittelstufe (ab ca. 1 Jahr Tanzerfahrung) | J 2 Mädchen ab ca. 13 Jahren mit Vorkenntnissen |
| M 4-6 Mittelstufe (ab ca. 2 Jahren Tanzerfahrung) | Bharatanatyam Anfängerinnen mit Vorkenntnissen |
| F 1-3 Fortgeschrittene (ab ca. 3 Jahren Tanzerfahrung) | Yoga Anfängerinnen ohne/mit Vorkenntnisse/-n |
| F 4-6 Fortgeschrittene (ab ca. 4 Jahren Tanzerfahrung) | Ensemble-Training ab ambitionierte Mittelstufe |
| WF Weit-Fortgeschrittene (ab ca. 6 Jahren Tanzerfahrung) | Trommeln für alle (auch für Männer) |

* Kursdauer

| |
|---|
| Kurse A – WF: jeweils 10 Abende á 90 Minuten |
| Yoga: 10 Vormittage / Abende á 90 Minuten |
| Bharatanatyam: 10 Abende á 60 Minuten |
| K-, bzw. J-Kurse: 9 Nachmittage á 60 Minuten |
| Um das Miteinander der Kursteilnehmer zu fördern und die Tanzstunde harmonisch ausklingen zu lassen, gibt es im TARAB zusätzlich zur Unterrichtszeit eine halbstündige bzw. viertelstündige Teerunde im Anschluss an jede Unterrichtseinheit! |