

# Paradies Oriental

Seit 2003 gibt es die orientalische Tanzgruppe Paradies Oriental.

Sigrid Nowarra ( Sira Miraja ), die seit 1993 tanzt, leitet die Gruppe und bringt den Frauen ihre selbst erarbeiteten Choreografien bei.

Die zur Zeit 5 Tänzerinnen befinden sich im reifen Alter zwischen 48 und 75 Jahren.

Sie tanzen klassischen und modernen orientalischen Tanz, die mit Flamenco und mittelalterlichen Elementen vermischt sind.

Verschiedenen Gegenstände werden im Tanz benutzt, wie zum Beispiel: Schleier, Fächer, Zimbeln, Stock oder Tamburin.

Mit diesen Tänzen treten sie gerne bei verschiedenen sozialen Verbänden auf, zum Beispiel: AWO, Rotes Kreuz und in verschiedenen Senioren- und Pflegeheimen.

Die isolierten Tanzbewegungen und Choreografien fördern das Gedächtnis und die Beweglichkeit des Körpers. Das Selbstwertgefühl wird mit eventuellen Auftritten gesteigert.

Der orientalische Tanz ist für jedes Alter geeignet.

Wer Lust und Spaß am Tanzen und geselligen Beisammen sein hat, kann gerne mal vorbeikommen und mitmachen.



Info: Sigrid Nowarra

Tel.: 0511 / 723498

Mail: [sundf-nowarra@online.de](mailto:sundf-nowarra@online.de)

Handy: 01520 1747893