



Foto: Oststadtfest 2017

## Farida al-Baida

Tänzerin, Lehrerin, Choreographin für  
Orientalischen Tanz

### Tänzerischer Werdegang:

1980 - 1982 Modern Jazzdance

1985 - 1996 Flamenco

seit 1997: Orientalischer Tanz (Besuch von  
Kursen und Workshops im In- und Ausland)

seit 2004: Lehrerin/Choreografin für  
Orientalischen Tanz (SSC, VHS, etc bis 2014)

seit 2005: Auftrittsgruppe "Banat el-Hayat"

Farida al-Baida = zu Deutsch: Frieda die Weiße  
Hauptberuflich arbeite ich als Europasekretärin  
im KIT (Uni Karlsruhe). Mein erster Beruf ist  
Erzieherin. Dem ägyptischen Tanz gehört meine  
Leidenschaft.

### Kontakt

Renate Frieda Weiß (Farida al-Baida)

Gerwigstr. 63, 76131 Karlsruhe

Tel. 0721 4666031 und 0176 64086725

Email: Farida1@web.de

Internet: [www.Farida-al-Baida.de](http://www.Farida-al-Baida.de)

[www.facebook.com/RenateFarida](https://www.facebook.com/RenateFarida) und

[FaridaAlBaida](https://www.youtube.com/ReFa), [www.youtube.com/ReFa](https://www.youtube.com/ReFa)

# Orientalisch- Ägyptischer Tanz / mit Farida



Ägyptische Tänzerin, Gemälde 19. Jhdt

## Orientalischer Tanz- Raqs Sharqi

Die orientalische Tanzkunst - auch Bauchtanz genannt - entstand vor einigen tausend Jahren und hat sich seither zu einer eigenen, höchst vielseitigen Kunstform entwickelt. Raqs Sharqi bedeutet Tanz des Ostens.

Ich vermittele den orientalischen Tanz mit ägyptischer Basis. Dieser verkörpert: Natürliche Anmut, Erdigkeit, Zentriertheit, fließende ganzheitliche Bewegungen. Hinzu kommen Isolationen.

Man unterscheidet grob drei Stilrichtungen im ägyptischen Tanz: den ländlichen, volkstümlichen Raqs Shaabi, den modernen Raqs Baladi und den verfeinerten klassischen Raqs Sharqi.



Foto: Seniorenzentrum 2013, Baladi

## Auftritte und Unterricht

**Auftritte der Banat el-Hayat (Töchter des Lebens) auf Straßenfesten und beim Tanzmarathon: Sonntag 23.9.2018, unsere Tanzstelle: Rüppurr, Ostendorfplatz, 10:55-13:30. Zum Mitmachen!**

**Unterricht:** Crashkurs im August/September für den Tanzmarathon. Der **Tanzmarathon** ist offen für motivierte Tänzer/innen aller Stufen und Stile, gerne auch nicht-orientalische Tänzerinnen. Bitte bei mir anmelden.

**Für Individuelle Buchungen** sprechen Sie mich bitte direkt an. Gerne verzaubere ich ihre Gäste mit meinem Tanz und Accessoires wie Schleier, Stock, Zimbeln, Schwert. Wir kommen gerne auch als Duo!

Termine siehe Homepage.



Foto: Ökumenisches Bürgerfest 2005, Shaabi

## Pro Orientanz

Der orientalische Tanz macht Spaß und hält fit. Er ist eine Therapie für Körper und Seele. Für manche Frauen ist er der Beginn eines neuen Lebens! Vergessene Muskeln werden aktiviert, die Musik inspiriert uns, wir erfahren uns neu. Jede Frau kann in diesem Tanzstil ihre ganz eigene Persönlichkeit ausdrücken.

Der Tanz eignet sich für Frauen jeden Alters und jeder Figur, ob mit oder ohne Tanzerfahrung. Wer gemeinsam mit anderen Frauen authentisch tanzen will, ist hier richtig!

### **Unterrichtsinhalte:**

Aufwärmung, Dehnung/Mobilisation, Tanztechnik, Choreographie, Improvisation, Musiktheorie, Auftrittslehre, Skript.

### **Bitte mitbringen, falls vorhanden:**

- Bequeme Kleidung: Leggings oder weiten langen Rock
- rutschfeste Socken oder Tanzschlappchen
- ein Tuch für die Hüfte, evtl. einen Schleier



bitte wenden