Venerdì

- 20.00 - 21.00 base (Salone 2)

Giovedì

- 20.15 - 21.15 intermedio (palestra)
- 21.30 - 22.30 avanzato (palestra)

Lezione prova Venerdi 22 settembre 2023 - ore 20.00

CORSI 2023/24
DANZA ORIENTALE
Con Laura Zahira
VENERDÌ
20.00 - 21.00 BASE
GIOVEDÌ
20.15 - 21.15 INTERMEDIO
21.30 - 22.30 AVANZATO
LEZIONE PROVA corso BASE
VENERDÌ 22 SETTEMBRE
solo su prenotazione!
INIZIO I TRIMESTRE dal 28 settembre
INFO
3298070332 - laurazahiradanza@gmail.com
ARCINOVA
via Togliatti 6, Nova Milanese (MB)
Attività rivolte ai soci
arci
NOVA
circolo

DANZA ORIENTALE

Conosciuta in Occidente come **Danza del Ventre**, la Danza Orientale (Raqs Sharqi) nasce in Egitto come danza delle donne per le donne, legata al culto della Dea Madre.

Riscopriamo insieme i suoi segreti per recuperare forza, energia e vitalità.

Inizio corsi da GIOVEDì 28 SETTEMBRE - 2023

Durante l'anno seminari di storia della danza, tecnica, stili classici, folclorisici e contemporanei, interpretazione, improvvisazione, accessori e ritmi della musica araba.

Presentazione e lezione di prova gratuita SU PRENOTAZIONE:
VENERDì 22 SETTEMBRE ORE 20.00 Livello Principianti
****** INFO LINE: Laura 329 8070332*** - facebook
** Laura Zahira**

*** LA DANZA ORIENTALE. CENNI DI STORIA

Non praticata per deliziare il genere maschile come erroneamente si ritiene, ma sorta come una delle danze più antiche del mondo legate al culto della Dea Madre, la Danza Orientale (in arabo Raqs Sharqi, □□□ □□□□, così chiamata perché praticata nelle zone più orientali del mondo arabo), conosciuta anche come ***Danza del Ventre***, è da sempre in grado di trasmettere energia e vitalità al corpo e allo spirito della donna.

Nelle arcaiche società matriarcali della Mesopotamia si danzava in cerchio attorno alla partoriente per celebrare il prezioso dono della fertilità, concesso da Astarte, Cerere o Iside, il cui ventre sacro ha generato Horus e l'intero Egitto.

Associata anche ai riti propiziatori delle festività agricole, questa magica danza è diventata presto patrimonio culturale delle popolazioni a sud del mediterraneo, giungendo in Occidente solo nell'Ottocento grazie ai viaggiatori francesi che ne fecero simbolo della sensualità orientale.

*** CORSO DI DANZA ORIENTALE. BENEFICI

Danza delle donne per le donne, la Danza Orientale vuole essere ancora oggi motivo di aggregazione tra donne che, nelle tipiche movenze orientali, vogliono riscoprire la propria femminilità, ma anche quel desiderio di condivisione e partecipazione ad un mondo lontano e magico, eppure sempre attuale. Impararemo a conoscere i principali ritmi della musica araba e i passi ad essa associati, approfondendo lo stile egiziano tradizionale e le diverse forme folcloristiche del Medio Oriente. Partecipare a un corso di Danza Orientale significa conoscere ed apprendere una cultura diversa, migliorando nel contempo le capacità motorie del proprio corpo, imparando a isolare braccia, busto e bacino in maniera delicata ed elegante.

Oltre a donare benefici alle articolazioni e tonicità alla muscolatura, questa danza contribuisce a sviluppare musicalità e creatività con passi semplici e complessi, donando maggiore sicurezza in se stesse. E poi è adatta a tutte le corporature e a tutte le età!

Laura Zahira

Insegnante di Danze Orientali con diploma europeo Endas/Coni, conseguito presso la Scuola Marina Nour (Associazione Mediterranea) di Milano. Istruttore di Pilates con diploma nazionale ACSI/CONI.
La danza ha sempre fatto parte della mia vita come elemento naturale e fonte di energia, diventando col tempo la mia via spirituale: un cammino fatto di pratica, dedizione, introspezione e condivisione. Dopo aver studiato fin da bambina danza classica e modern jazz, ho sperimentato successivamente altri generi come l'hip hop, la danza contemporanea, i balli latino americani e il tango argentino, giungendo al magico mondo delle Danze Orientali nel 2004.
Da quel momento, grazie a corsi e seminari con diversi maestri del settore, non ho mai smesso di dedicarmi con passione allo studio delle forme classiche e folcloristiche delle Danze Orientali fino alle loro evoluzioni e fusioni contemporaee, approfondendo inoltre lo studio dei ritmi della musica araba.
Profondamente convinta che la danza sia una forma d'arte e d'espressione da vivere e condividere, consiglio a tutti di intraprenderne il percorso, per entrare in contatto con la parte più profonda di sé da donare agli altri.

Durante il periodo di lockdown le allieve di Danza Orientale e Tribal Fusion non si sono scoraggiate, ma hanno continuato a seguire il loro corso da casa con le lezioni online.

Questo il risultato di tre mesi passati a distanza, ma sempre insieme, unite nella danza:

{youtube}oISXd-3ghOg&{/youtube}

Saggio in Teatro 2019...

{youtube}9ZV6g512A9s{/youtube} {youtube}0Rcv68GFK0M{/youtube}

Oriente e Occidente si incontrano in una coreografia di danza del ventre dedicata alla memoria di Michael Jackson. *Saggio di fine anno ARCI NOVA, Teatro Nova Milanese (MB) 2016* {youtube}wE4gzFYaN3c{/youtube}

ecco qualche foto 2012:

http://www.arcinova.it/fotografie/gallery/46.html

http://www.arcinova.it/fotografie/gallery/41.html

8 Marzo 2010 - Festa della Donna al Circolo -

VIDEO

{youtube}pW1LHlw_ge0{/youtube}

http://www.youtube.com/watch?v=pW1LHlw_ge0&feature=channel