

Die innere Familie tanzen (Bauchtanz-Experiment)

nach „Mustafa“ (Ethno Dance Version) von Arabesca featuring Liza.

Vorgehensweise

- Anhören: Gefühle und spontane Assoziationen?
- Freies Tanzen: Gefühle und Körperimpulse?
- Arbeitszettel 1: Gefühle, Körperimpulse und spontane Assoziationen zur inneren Familie im Einzelnen; psychische Ausgangssituation und Wunschvorstellung erkennen, Ziel der Choreografie festlegen
- Arbeitszettel 2: Von Raumorientierung über Gesamtkörperhaltung zu einzelnen Körperimpulsen/-gefühlen bis hin zu spontaner Bauchtanzbewegung immer konkreter werden. So häufige Durchgänge wie nötig, erst als Ausgangs- und dann als Wunschvorstellung.
- Arbeitszettel 3: Das gesamte Grundgerüst der Choreografie mit drei Abschnitten – Ausgangssituation, Wunschvorstellung und Verbindung innere Frau und innerer Mann als Wunschvorstellung – fertigstellen.
- Dieses Grundgerüst zu einer gefühlsmäßig stimmigen Choreografie abändern und Übergänge gestalten. Alles zu einem schönen Bauchtanz verbinden.

Viel Spaß mit spannender Selbsterfahrung wünscht euch eure Ayleen mit ihrer Gruppe Aysumi