



# Tribal Fusion Workshop

Samstag, 05. Mai  
11 - 13 Uhr

## Drills - Wieso Weshalb Warum

*gymnastik & tanz etage  
Neumünster  
Wasbeker Str. 45  
Neumünster*

*Im Vordergrund des Workshops steht die Klärung Eurer Fragen, wie z.B. wie geht denn jetzt eigentlich der Sidewinder, was ist der Unterschied zwischen Maya und Taxseem, warum hab ich immer bei Hip Circles Rückenschmerzen und welche Muskeln brauche ich um meine Schultern unten zu behalten...Ihr stellt die Fragen und wir erarbeiten zusammen die Antwort. Anschliessend gibt es ein gutes und einfaches Muskeltraining für die Muskeln, die Ihr vorwiegend beim Tanzen zum Stützen und Schonen wie auch für gute Haltung braucht. Als hauptberufliche Physiotherapeutin seid Ihr bei mir auch an der richtigen Stelle spezielle*

*Themen anzusprechen wie Tanzen mit Bandscheibenvorfall oder Kniearthrose usw.*

*Nicht nur etwas für Tribaltänzer sondern für jede Stilrichtung des orientalischen Tanzes, gutes muskuläres Grundwerk brauchen wir alle.*

*Bitte mitbringen:  
genug zu trinken, Notizzeug und viele Fragen.*

*AmV*

*Kosten: 30 €*

*Anmeldung & Infos unter: [tribaldiva@gmx.de](mailto:tribaldiva@gmx.de)*