

Angebotsbereich

“Bauchtanz/Orientalischer Tanz“

(Assistentin der Turnabteilung Antje Neumann,
E-Mail: : bauchtanz@oldenburger-turnerbund.de)



Orientalischer Tanz - oder Bauchtanz - wird häufig als der weiblichste aller Tänze bezeichnet. Die Isolation einzelner Körperteile und der Wechsel zwischen langsamen, hypnotischen und temperamentvollen, mitreißenden Bewegungen machen ihn so unverwechselbar und faszinierend!

Dieses besondere Empfinden und Erleben möchten wir hier im OTB allen Frauen, die zu uns kommen, vermitteln. Wir heißen jede Frau, unabhängig von Alter, Körpermaßen oder Fitnesslevel, willkommen und sind überzeugt, dass jede, die sich dafür öffnet und bereit ist, sich auf neue Bewegungen einzustellen, Orientalischen Tanz erlernen kann.

So werden als häufigste Gründe für die Teilnahme an unseren Einsteigerkursen unter anderem folgende genannt:

- Ich wünsche mir mehr Beweglichkeit & ein besseres Körpergefühl!
- Ich habe Lust & Spaß am Tanz (individuell und trotzdem in einer Gruppe)!
- Ich liebe die orientalische Musik!
- Ich fand Bauchtanz schon immer faszinierend!
- Ich möchte lernen, mich anmutig und schön zu bewegen!
- Ich will "mal etwas anderes" für meine Fitness tun!

Regelmäßiges Angebotsprogramm

Der Grundstein war, ist und bleibt das wöchentliche Angebot. Das Programm umfasste auch in 2014 vor allem **klassischen Orientalischen Tanz** in verschiedenen Kenntnisstufen (zzgl. Anfängerkurse), die zum Teil unterschiedliche inhaltliche Schwerpunkte setzen, wie „**Gothic Belly Dance**“, „**Säbeltanz**“ oder „**Hagalla**“, ein kraft- und temperamentvoller Beduinentanz. Zudem gab es zwei Gruppen „**Tribal Style**“, vorübergehend mal zwei, später wieder eine Gruppe „**Fitness Oriental**“ sowie zwei **Trommel-Gruppen** von Burkhard Schwier.

Kursprogramm / Seminare / Workshops

Daneben sind die Kurse und Seminare ein wichtiger Baustein und bereichern damit das regelmäßige Angebotsprogramm. In den Kursen können sowohl Vereinsmitglieder als auch tanzbegeisterte Frauen „von außen“ besondere und/oder aktuelle Themen und Aspekte des Orientalischen Tanzes auf tänzerische Weise kennen lernen, ausprobieren oder vertiefen.



Die Teilnehmerinnen des Workshops „Die Magie des Fächerschleiers“ mit der Leiterin Annette Lenz (obere Reihe, 2.v.li). Foto: Antje Neumann

So haben wir das Jahr 2014 mit der **„Magie des Fächerschleiers“** unter der Leitung von Annette Lenz begonnen: Ein

Fächerschleier ist ein Fächergestell aus Holz/Bambus über den ein dünner, leichter Stoff (z.B. Seide) gespannt ist, der wiederum noch weit über den Fächer hinaus reicht (zw. 150 und 180 cm). Diese Stoffe können ein- oder mehrfarbig sein und durch verschiedenartigste Bewegungen lassen sich tolle Farbeffekte erzielen. In der Regel wird mit zwei Fächern getanzt. Und auch wenn diese Art von Tanz reiner **„Fantasy-Bellydance“** ohne realen historischen Hintergrund ist, so macht es richtig viel Spaß und lädt zum Experimentieren ein.

Die dunkle Schwester des klassischen, an 1001 Nacht erinnernden Bauchtanzes, ist der **Gothic Bellydance**, Spezialgebiet von Carola Schmidt. Hierzu hatte es in 2013 bereits einen Workshop gegeben, der regen Anklang fand, weshalb wir im März 2014 eine Fortsetzung planten und durchführten.

Einen ganzen Nachmittag lang durften sich die Teilnehmerinnen wieder dieser ausdrucksstarken Richtung mit einer etwas schrägen, theatralischen Mischung aus Klassisch-Orientalischem Tanz, Elementen der Goth Subkultur (Musik, Tanz, Kleidung etc.) sowie Tribal Fusion Elementen hingeben.

In den Sommerferien hat wieder ein durchgehendes, kostenfreies Bauchtanzprogramm stattgefunden. In jeder Woche der Sommerferien wurde je ein Abend **Fitness Oriental** und ein Abend **Orientalischer Tanz** (ab Mittelstufe) angeboten. Zusätzlich standen drei Kurse (einer davon der obligatorische Anfängerkurs) sowie ein Schnupperworkshop auf dem Programm:



Klimper, Glitzer, Säbelrasseln - der Kinderworkshop

“Von Sindbad, Wüstenprinzessinnen und Kamelen“ handelte unser am ersten Tag der Sommerferien stattgefunden Schnupperworkshop für Kinder von 5-9 Jahren.

In dieser Premiere haben Antje Neumann und Verena Rocker die Mädchen und Jungen (!) anhand von Märchen aus 1001 Nacht auf spielerische und tänzerische Art die Faszination des Orients und seiner (Märchen-) Bewohner erkunden lassen.

Das Thema Orient bietet einfach eine Vielfalt an Gestaltungsmöglichkeiten und Utensilien wie funkelnde, klimpernde Tücher, aber auch die fremdartigen Klänge regen zusätzlich die Phantasie der Kinder an. Die Nachfrage war groß und das Feedback am Ende der Stunde durchweg positiv. Eine Fortsetzung - in welcher Form auch immer – ist auf jeden Fall geplant!

„**Ein temperamentvoller Sommertanz – der 9/8 Karsilama**“ ist ein fröhlicher, schneller und doch bodenständiger, **folkloristischer, türkischer (Solo-)Tanz im Roma-Stil**, in den Annette Lenz einführte. Bei den türkischen Roma sind die Frauen freier als andere Frauen in der Stadt oder auf dem Land. Sie sind stolz und kraftvoll. Ihr Tanz ist daher temperamentvoll, frech, erdig und mit akzentuierten, fast schon plumpen Beckenfiguren. Im Vergleich zum ägyptischen Stil sind Becken und Beckenboden viel lockerer, die Tänzerin hat weniger Körperspannung und muss daher viel mit den Bauchmuskeln ausgleichen. Dazu kommen leichte, fließende Schritte, viel Wippen und kleine Hüpfen.

Orientalische Folklore – eine Einführung versprach einen fröhlichen Ferienabschluss. Unter der Leitung von Barbara Zalega-Rynkiewicz wurden verschiedene Aspekte der traditionellen Tanzfolklore der in der Balkan-Region lebenden Roma gezeigt und unterrichtet, verwoben mit Elementen des orientalischen Tanzes und einzigartiger Musik. Gemeinschaftlich im Kreis tanzend steht bei den Folkloretänzen der Balkanregion vor allem die Vielfalt der Schritte im Vordergrund. Diese sind meist fließend und zügig, unterbrochen von kleinen Sprüngen, was den Tänzen einen fröhlichen, bodenständigen Charakter verleiht.

Veranstaltungen:

45. und 46. Orientalische Nacht



Shoppen, Show, schnacken und tanzen in
den Vatertag am 28.05.2014!
Fotos: Rolf Obst

Mit Bauchtanz zum guten Körpergefühl

OTB Frauen genießen ungezwungene Atmosphäre der Orientalischen Nacht

VON JANA BUJDE

HAARENESCHVIERTTEL – Es wurde gegessen, gelacht und vor allem getanzt: Am Mittwoch veranstaltete der Oldenburger Turnerbund (OTB) bereits zum 45. Mal eine Orientalische Nacht mit Bauchtanz für Frauen. „Als sie das erste Mal stattfand, gab es nichts Vergleichbares in Oldenburg“, erklärt Antje Neumann, die die zweimal jährlich stattfindende Orientalische Nacht zum vierten Mal organisierte. „Die Idee dahinter ist, dass Frauen, die das gleiche Hobby teilen, Kontakte knüpfen können“, erläutert sie. „Natürlich ist es aber auch schön, wenn man neue Gesichter dafür gewinnen kann.“ Viele der Teilnehmerinnen kämen vor allem, weil sie Bauchtanz schon immer einmal ausprobieren wollten.

Vor der Begrüßung durch Antje Neumann konnten die Frauen bereits in der Halle an der Haareneschstraße auf einem kleinen Basar stöbern. Dort boten Läden aus Oldenburg und umzu Tanzkleidung, Schleier, Schmuck, Fächer und anderes Zubehör an. Als



Einfach mitmachen: Nach den Vorfürhungen war die Tanzfläche für alle Besucherinnen frei.

BILD: ROSANNA PARVEZ

„Eintritt“ steuerten alle Frauen etwas zum Buffet bei, das noch vor Beginn des Tanzes eröffnet wurde. „Alle geben sich sehr viel Mühe mit dem Essen. Es werden sogar extra orientalische Gerichte zubereitet“, freut sich Neumann.

Nach der Stärkung gibt es jedes Mal eine kleine Tanzshow, gelegentlich auch mit Gästen von außerhalb. Diesmal zeigten jedoch ausschließlich OTB-Mitglieder ihr Können im mit Tüchern und Lichterketten dekorierten Saal. Den Anfang machten Sina Christina Scholz, Katja Lebeduhr und Olga Schwarz-

kopf, die gemeinsam eine Improvisation tanzten, den „tribal style“. „Dabei gibt es keine Choreographie“, erklärt Scholz. „Es ist eine durch Körpersprache aufeinander abgestimmte Improvisation, mit internationalen Grundvokabeln.“ Die Tänzerinnen verständigten sich dabei durch bekannte Codes. Dadurch entsteht der Eindruck, sie hätten eine Choreographie einstudiert. Als nächstes präsentierte Annette Lenz, die schon seit fast 30 Jahren orientalistisch tanzt, ein Solo zu einem klassischen ägyptischen Lied.

Zum Abschluss trat erneut Ol-

ga Schwarzkopf auf, dieses Mal allein.

Nach der Show wurde die Tanzfläche mit klassischer und moderner orientalistischer Musik für alle eröffnet. „Es muss aber nicht orientalistisch getanzt werden, man kann auch normal tanzen“, sagt Antje Neumann. „Hauptsache, alle haben Spaß.“ Den hatte auch Gudrun Schwartz, die bereits seit 20 Jahren regelmäßig die Orientalische Nacht besucht. „Es ist immer nett und ungezwungen“, freut sie sich. Das Tolle am Bauchtanz sei, dass man seine eigenen Gefühle und Stimmungen ohne Partner tänzerisch ausleben kann. Auch Antje Neumann betont, dass man durch Bauchtanz ein gutes Gefühl für den eigenen Körper entwickeln kann: „Junge Frauen sagen oft, dass es ihr Selbstbewusstsein stärkt.“

Der OTB bietet regelmäßige Bauchtanzkurse an. Dabei sind die Tänzerinnen zwischen 20 und 70 Jahre alt. Die nächste Orientalische Nacht findet im November statt.

➔ Mehr Infos unter www.oldenburger-turnerbund.de/otb/abteilungen/orientalistischer-tanz/

NWZ 31. Mai 2014

Im Bericht über das Jahr 2013 zeigte ich mich enttäuscht von dem verhältnismäßig geringen Interesse an den Orientalischen Nächten. Am 28. Mai 2014 war ich dagegen überwältigt von dem Erfolg: ca. 130 Frauen, darunter auch einige mit orientalischem Background, kamen um zu schauen, zu tanzen, zu essen, zu kaufen oder einfach um uns kennen zu lernen bzw. Spaß zu haben. Und sogar die NWZ war da und hat einen schönen Bericht mit Foto geschrieben und gedruckt!

Dachte ich letztes Jahr noch, dass es v.a. im November am Wochentag läge (mittwochs, doch anders als im Mai ohne darauf folgenden Feiertag) und wir auf jeden Fall daran etwas ändern müssten, so hat mich der 19. November 2014 eines Besseren belehrt: Obwohl wir – aus terminlichen Gründen – nichts an der Tradition, die Orientalische Nacht am Buß- und Bettag stattfinden zu lassen, geändert hatten, kamen noch mal mehr Frauen als im Mai.

Und noch toller: darunter waren viele, die noch nie bei uns gewesen und nun durchweg begeistert waren! Und die NWZ kam ein weiteres Mal und veröffentlichte ein schönes Foto einiger Tänzerinnen.

Woran das plötzlich gewachsene Interesse liegt? Ich kann nur Vermutungen anstellen. Nachdem Birgit Kalusche den OTB verlassen hatte, war der Orientalische Tanz im OTB von vielen für „tot“ erklärt worden. Außer vom Verein selber, wofür mein Team und ich sehr dankbar sind! Jedenfalls scheint es sich inzwischen herum gesprochen zu haben, dass wir alle quicklebendig und nach wie vor voller Tatendrang sind, sprich **„Bei uns immer was los ist...“!**

Und da Bilder bekanntlich mehr aussagen, als 1001 Wort, habe ich diese Auswahl zusammengestellt.



Schlemmen, klönen, stöbern und eine fantastische Show genießen – das war die 46. Orientalische Nacht am 19.11.2014.
(Fotos: Manuela Holz)

Adventsfeier mit Lichtertanz und Lesung

Den Jahresabschlussabend haben wir, wie auch im vorangegangenen Jahr, mit einem besinnlichen Lichtertanz begonnen. Was richtig toll war, war die Tatsache, dass unser Gast für den zweiten Teil des Abends, sich uns beim Tanzen spontan angeschlossen hat.

Anschließend galt dann, begleitet von heißen Getränken und adventlichen Leckereien, unsere volle Aufmerksamkeit Catherine Kaiser. Diese charismatische, starke – wenn auch zierliche – Frau, die in Kalkutta geboren wurde und vor rund 30 Jahren ihrem deutschen Ehemann nach Oldenburg folgte, hat uns an diesem Abend aus ihrem Buch „Sari & Sauerkraut“ vorgelesen. Aus der Sicht einer zehnfachen Mutter hat Cathy Kaiser ihre Erfahrungen und Erlebnisse mit ihren Kindern sowohl in Indien als auch hier in Deutschland in Wort und Bild, ergänzt durch Ernährungs- und Gesundheitstipps, in ihrem Buch zusammengefasst: "Auf den Punkt gebracht, beschreibt meine Lebensgeschichte einen mit Haut und Haaren erlebten Spagat zwischen der westlichen und östlichen Welt, die meinem Leben letztlich die nötige Würze verliehen hat!" (Näheres: www.sari-sauerkraut.com)



Nachdem wir Frau Kaiser aufmerksam zugehört haben, stellte sie sich noch bereitwillig unseren Fragen zu dem Alltag ihrer deutsch-indischen Großfamilie, ihrer Kindheit in Indien, ihrer ersten Zeit in Deutschland, den Unterschieden der beiden Länder und Vielem mehr. Und dann hatte Cathy noch eine Überraschung für uns: Sie hatte Saris mitgebracht und zeigte Zweien von uns, wie man dieses typisch indische Kleidungsstück anlegt und trägt.

Ein wirklich schöner Jahresausklang!

Termine / Veranstaltungen 2015

- Tag der offenen Tür / Orientalisches Frühlings-Tanzfest (*Titel steht noch nicht fest*)
- 47. Orientalische Nacht am 13. Mai
- 48. Orientalische Nacht im November (genauer Termin noch offen)
- Zzgl. abwechslungsreiches Kursprogramm, Teilnahme an der OTB-Turnshow etc.