

## Herzlich Willkommen zum Burlesque-Kurs von Chia Coconut

Du interessierst dich für meinen Tanzkurs und möchtest lernen, wie man sich bewegen und dabei sexy fühlen kann? Dann bist du hier ganz richtig!!!

Im Zentrum stehst du und dein Wohlbefinden. Wichtig ist es sich bei Bewegungen wohl zu fühlen und sich in einem neuen positiven Licht kennen zu lernen.

### **Was erwartet dich?**

Wir werden jeweils mit einem Aufwärmprogramm beginnen und uns anschliessend einer Choreographie widmen. Schritt für Schritt werden wir gemeinsam an dieser Choreographie arbeiten. Dieser Kurs ist für Anfänger/innen und Fortgeschrittene geeignet. Lass dich nicht entmutigen, wenn zu Beginn nicht alles funktioniert, wie du es dir vorstellst. Wie schon erwähnt, man soll sich wohlfühlen und Bewegungen durchführen können, die einem zusagen.

Im Zentrum stehst du! Ich werde dich mit viel Wohlwollen und Humor begleiten. Denn auch der Humor darf nicht fehlen... es gibt genügend Verbissenheit und Stress im Alltag.

Ich erhoffe mir, dass jeweils nach den Kursen die Teilnehmenden mit einem Lachenden und einem verschmitzten Auge nach Hause gehen und für eine Stunde vom Alltag abschalten können;-)

### **Was kannst du mitbringen?**

Ein Dresscode gibt es nicht, ausser dass du dich darin wohlfühlen sollst...sei es Trainingsbekleidung oder ein Negligé...eine

Korsage...Netzstrümpfe...vielleicht kannst du dich von anderen Teilnehmenden inspirieren lassen.

Im Studio sind Strassenschuhe verboten.

Tanzschuhe, Socken oder Barfuss spielt keine Rolle.

## Rechtliches

Wer an einem Datum nicht teilnehmen kann und den ganzen Kurs schon bezahlt hat, darf in einem der Kurse von Sphinx Oriental eine Tanzlektion nachholen (sprich eine Schnupperlektion). Hierbei bitte mit mir absprechen.

Auch «nice to know».

Bei Unfällen während des Tanzunterrichts haftet ihr selbst...beziehungsweise eure Versicherung.

Ich weiss es klingt etwas doof aber muss trotzdem erwähnt werden☺

Nun freue ich mich sehr und bin gespannt auf neue Gesichter und natürlich die tolle Zeit, die wir gemeinsam verbringen werden.

Liebe Grüsse

Nathalie

Aka Chia Coconut