

# Ein Jahr rhythmische Tanzeinlagen

Zur Jahresfeier des Tanz- und Gesundheitszentrums von Martina Lachowitz gratulierte unser Bürgermeister Ing. Peter Mair herzlichst

Am 13. September 2009 wurde das einjährige Jubiläum des Tanz- und Gesundheitszentrums in der Horschinger Straße 18 gefeiert.

## Von Raqs Sharqi bis Fantasy

Orientalische Tanzauftritte von Wahiba und ihren Schülerinnen verzauberten das Publikum. Rhythmische Tanzeinlagen von Raqs Sharqi über Folklore bis hin zu Fantasy versetzten die Besucher ins Reich von 1001 Nacht.

Auch Bürgermeister Ing. Peter Mair genoss die angenehme Atmosphäre und gratulierte Martina Lachowitz

zum einjährigen Bestehen ihres Tanz- und Gesundheitszentrums sehr herzlich. „Mein Traum ist in Erfüllung gegangen“, berichtet Martina Lachowitz sichtlich erfreut. Sie hatte schon immer eine Leidenschaft für das Tanzen. Nach 20 Jahren als diplomierte Krankenschwester entschloss sie sich 2001, ihre Berufung auch zum Beruf zu machen.

## Wahiba – die Großherzige

Martina Lachowitz erhielt den Namen Wahiba – die Großherzige – im Rahmen ihrer zweijährigen Ausbildung bei Dr. Hassan Khalil in Kairo, dem kulturellen Zentrum Ägyptens.

In Ägypten hat der orientalische Tanz auch seine Wurzeln. Die Vielfältigkeit des Bauchtanzes zeigt sich in den verschiedenen Tanzstilen, bei den unterschiedlichsten Anlässen im Leben wie Geburt und Hochzeit und den farbenfrohen Kostümen sowie Melodien.



Bürgermeister Mair gratulierte Martina Lachowitz

## Der Gesundheitstanz

Durch das regelmäßige Bauchtanzen verbessert sich die Fitness, und neben der körperlichen Gesundheit wird auch das seelische Gleichgewicht gefördert. Beim Tanzen lösen sich Spannungen und die Energiereserven werden aufgefüllt. Eine begeisterte Schülerin erzählt: „Ich freue mich jede Woche auf den Tanzkurs – es ist eine Zeit für mich, die ich mir gönne. Beim Bauchtanzen lerne ich wieder meinen Körper wahrzunehmen und mich als Frau zu spüren. Ich fühle mich bei Martina sehr wohl. Diese Freude am Tanzen nehme ich dann mit in den Alltag und fühle mich aus der Mitte

heraus gestärkt für die Herausforderungen des Lebens.“

Der Bauchtanz – als Tanz der Mitte – bringt die Gefühlswelt und die eigene Kraft zum Ausdruck. Dabei werden auch die Muskulatur und die eigene Persönlichkeit gestärkt, das Selbstbewusstsein und das Wohlbefinden gesteigert, Unterleibsbeschwerden gelindert, die Haltung verbessert ...

## Bauchtanzen kann jeder!

Frauen und Männer in jedem Alter sind herzlich eingeladen, das Tanz- und Gesundheitszentrum kennen zu lernen. Es kann jederzeit in den laufenden Kursen

begonnen werden. „Einfach mal wieder abschalten und neue Energie tanken“, das wünscht sich so manche Frau und auch mancher Mann. Spezielle Kurse gibt es auch für Schwangere und Mütter mit Babys. Trommelkurse und Kinderkurse werden ebenso angeboten. Für Männer ist der kraftvolle Tanz eine gute Möglichkeit, um den Stress abzubauen und die Fitness zu steigern.

Weitere Informationen bei Martina Lachowitz unter [www.wahiba-tanz.at](http://www.wahiba-tanz.at) oder 0650/9625899

Tanz- und Gesundheitszentrum „Wahiba“, Horschinger Straße 18, 4061 Pasching ♦