

Amana Dance Theatre

kom en dans met ons de hoop

Lieve dansers,

Onze evidenties en zekerheden worden volop in vraag gesteld. Maar we kiezen ervoor om daar op een veilige, creatieve en dansende manier mee om te gaan. Natuurlijk zijn er -soms strenge- regels nodig, maar: nieuwe grenzen, nieuwe uitdagingen. Hoe zal samendans, improvisatie, ingetogenheid en uitbundigheid vorm krijgen in een nieuw gedefinieerde ruimte? Welke vrijheid en nieuwe communicatie zal opborrelen binnen deze grenzen? Kom, en dans met ons de hoop!

De Corona-crisis verplichtte én inspireerde ons om de lessen anders te organiseren, en ook ons inschrijvingssysteem is volledig omgegooid. Wees dus alert en flexibel.

Alle lessen vinden plaats in **Antwerpen-Mortsel: De Feniks, Deurneleitje 6**.
De prijzen worden vanaf nu uitgedrukt in credits; één les-credit kost € 11.

buikdans & maghreb-dans

Ten oosten (oriëntaalse dans) of ten westen (maghreb-dans) van de Nijl: aardse vrouwenkunst vol vuur, dans van hart en ziel, van uit de buik...

Mini-workshops buikdans basisniveau

dinsdagen 29 september & 17 november, 19.30 - 21.30 u. (2 credits per les)

lessenreeks buikdans (half-) gevorderd

donderdag 1, 15 & 29 oktober, 26 november, 10 december, 19.30 - 21.30 u. (2 credits per les)

lessenreeks maghreb-dans

donderdag 8 & 22 oktober, 19 november, 3 & 17 december, 19.30 - 21.30 u. (2 credits per les)

energy & flow

Dans- en beweegplezier voor iedereen, energie-dans voor lijf en leden.
Sportief, groovy, speels, expressief, krachtig en aardend. Vloeiend naar innerlijke en uiterlijke gratie.
Kom en laat jouw energie dansen!

8 dinsdagen vanaf 6 oktober, uitgezonderd 3, 10 & 17 november, 19.30 - 20.30 u. (1 credit per les)

De Amana-beurtenkaarten blijven geldig tot einde 2020. Vooraf inschrijven is wel noodzakelijk (zie verder: info & inschrijvingen). Laat bij inschrijving weten hoeveel beurten je nog hebt.

Amana Dance Theatre / vzw a2o

0494/12 12 80

a@buikdans.net

www.buikdans.net

- www.maghreb-dans.net

- www.facebook.com/AmanaDanceTheatre

Amana Dance Theatre

kom en dans met ons de hoop

online lessen

Dit najaar starten we met online lessen via Zoom.

Online lessenreeks buikdans:

8 maandagen vanaf 12 oktober (uitgezonderd 2 & 9 november), 19.30-20.30 u. (1 credit per les)

Als een les buikdans, maghrebans of energy & flow niet kan doorgaan door Corona, wordt ze automatisch en op hetzelfde tijdstip vervangen door een online-les. Je krijgt daarvoor een uitnodiging en wat technische tips.

info & inschrijvingen

Vooraf **inschrijven én betalen** is verplicht.

- 1) Betalingen kunnen enkel per overschrijving: A₂O vzw, IBAN BE39 9799-8185-4819
Een credit kost € 11 en je kan er 1 lesuur mee betalen (buikdans, maghrebans, energy & flow, online). Vooraf 'koop' je een aantal credits, die vrij te besteden zijn aan lessen naar keuze. Ongebruikte credits bij het einde van de reeks kunnen worden doorgeschoven naar een volgende periode of terugbetaald. Je betaalt dus enkel voor effectief gevolgde lessen.
- 2) Stuur een e-mail met je naam, het aantal credits dat je hebt aangeschaft, de les(sen) waarvoor je inschrijft en je gegevens voor contact tracing: adres & telefoon, ten laatste 1 dag voor de les of reeks. Je kan kiezen uit twee systemen, die je dan strikt moet volgen:
 - actieve **aan**melding: je meldt je voor elke les afzonderlijk en vooraf aan.
 - actieve **af**melding: je meldt je vooraf éénmaal aan voor een hele reeks (en dus niet meer voor elke les afzonderlijk). Als je toch niet naar één van de lessen uit de reeks kan komen, moet je je actief en vooraf afmelden. Meld je je niet af, dan wordt de les toch van je les-krediet afgetrokken, en zijn wij verplicht om bij een eventuele contact-tracing je naam op te geven.

Corona maatregelen

Het is niet toegelaten naar de les te komen indien jij of iemand uit je naaste omgeving Covid symptomen heeft. Algemene voorzorgsmaatregelen: handhygiëne en afstand houden. Er is mondkemperplicht in het gebouw van de Feniks, maar tijdens de les zelf mag het mondkemper uit.

Een gedetailleerd draaiboek met richtlijnen voor de veiligheid staat op de website. Door je in te schrijven verklaar je je akkoord met het draaiboek en engageer je je om de richtlijnen en instructies van de lesgever nauwkeurig na te leven. Samen houden we het gezond.

Amana Dance Theatre / vzw a2o
0494/12 12 80 vera@amania.be

www.amania.be - www.facebook.com/amania.be - www.zintua.net