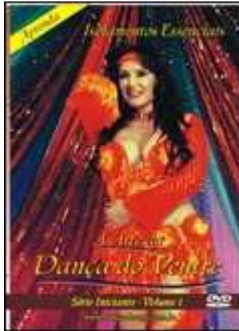


## Kollektion „erste Schritte und Basics“

1



### Volume 1 - Wesentliche Grundlagen

Wer sich im Tanz weiterentwickeln will, muss als Erstes mehr über seinen eigenen Körper lernen und die Möglichkeiten entdecken sich selbst in diesem Tanz auszudrücken.

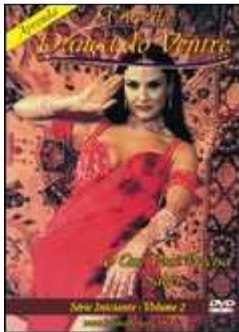
Das Ziel dieser DVD ist es, denen zu helfen, die alleine studieren, aber auch all denen, die die grundlegenden Bewegungsabläufe didaktisch verstehen wollen, die so wichtig sind, um die Technik des orientalischen Tanzes zu erlernen und zu verbessern.

Sie ist besonders geeignet für Lehrerinnen. Diese finden hier Tips, Anregungen und praktische Beispiele um eigene Kurse aufzubauen.

Mit ausführlichen Anleitungen - gefolgt von kleinen Demonstrationen und Improvisationen - werden Sie imstande sein diese Kunst zu erlernen und Ihrer Vision näher zu kommen.

**Sprache:** Brasilianisch **Untertitel:** in Englisch & Spanisch - ca. 90 min.

2



### Volume 2 - Was Sie wissen sollten...

In diesem Kurs werden Sie an sehr wichtige Themen Ihrer Ausbildung herangeführt.

Von Anfang an können Sie in den wesentlichen Lektionen Ihre Technik verbessern und an ganz ursächlichen Punkten überprüfen:

- die Hände und ihre Verbindung mit dem Ausdruck an sich;
- sowie fließende Bewegungen.

Bewegungen, die bereits seit Hunderten von Jahren bestehen und noch heute neu und schön erscheinen.

Durch mehrere traditionelle Schritte, mit Erklärungen und Demonstrationen in der aktiven Tanzform, ist das Lernen leichter und angenehm.

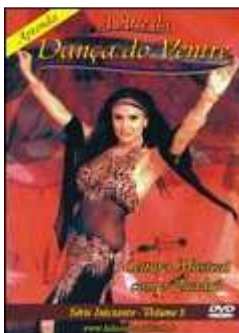
Durch die anschaulichen Bilder können wir auf angenehme Art und in unserem eigenen Rhythmus lernen.

Nebenbei werden Sie vier komplette Tänze erlernen. Alle Elemente hierzu werden in diesem Kurs erarbeitet.

Dieser Kurs eignet sich sowohl für Studenten, als auch für Lehrer, die ihre didaktischen Fähigkeiten verbessern möchten.

**Sprache:** Brasilianisch **Untertitel:** in Englisch & Spanisch - ca. 90 min.

3



### Volume 3 - Die Musik lesen, mit Ihrer Hüfte

Die Hüfte wird bei Aufführungen des orientalischen Tanzes immer beachtet.

Die Hüfte liest den Rhythmus der Musik, betont starke Akzente und bestimmt die Dynamik während des ganzen Tanzes.

Von Anfang an werden wir ihre Wichtigkeit erkennen und uns von der Angst frei machen, die mit diesem speziellen Teil unseres Körpers verbunden ist.

Mit der Erläuterung so unterschiedlicher Schritte wie:

- Basic Egyptian Hüft-Drop und Variationen davon
- Vertikale trockene Akzente
- Drehungen gemischt mit kreisenden Bewegungen
- und Shimmie Techniken

werden Sie sich langsam dabei wohl fühlen und eigene Bewegungen entwickeln. Mehrere Gasttänzerinnen geben Ihnen in diesem Kurs anhand von Beispielen die Möglichkeit, Ihren Horizont in dieser Hinsicht zu erweitern, indem sie analysieren können, wie unterschiedliche Künstler ihre ureigenste, persönliche Interpretation

eines Stückes zum Ausdruck bringen.

Die Choreographie entsteht aus dem eigenen Musikverständnis und ihrer Sensibilität.

- Eine DVD, die Anfängern und ernsthaften Lehrern hilft, ihre didaktischen Möglichkeiten zu erweitern

**Sprache:** Brasilianisch **Untertitel:** in Englisch & Spanisch - ca. 90 min.

## KOLLEKTION „Kunst des Bauchtanzes“

4



### Volume 2 - Hüfttechniken

- Shimmie seitlich mit Vibrationen.
- Shimmie Souhair und Variationen.
- Shimmie Monah Said und Variationen.
- Shimmie nach vorne und Variationen.
- Shimmie nach hinten – Techniken und Variationen.
- Shimmie Souhair diagonal überkreuzt und mit Vibration.

**Sprache:** Brasilianisch **Untertitel:** in Englisch & Spanisch - ca. 83 min.

5

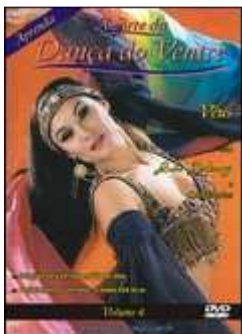


### Volume 3 - Achten, Wellen und Kreisbewegungen

- Sinnliche Achten - Ägyptische und Maya
- Achten nach vorne, Achten zurück - Techniken und Variationen
- Kamel-Wellen, Farida-Wellen - Techniken und Variationen
- Gegenläufige Wellen - Techniken und Variationen
- Die kleine Seit tänzerin, Travelling Steps in seitlicher und frontaler Richtung - Zehenspitzen gang
- Große Kreise, Dynamik und die Kunst der Langsamkeit

**Sprache:** Brasilianisch **Untertitel:** in Englisch & Spanisch - ca. 82 min.

6



### Volume 4 - Tanzen mit dem Schleier -

- Er ist Element der Verzauberung und des Traumes und vermittelt Eleganz und Leichtigkeit. Gerade bei Travelling-steps.
- Ausgangspositionen, Bezugspunkte und Wechseltechniken.
- Die Kreise in der Luft als angedeutete Bewegungen.
- Der Schleier verlängert die Arme der Tänzerin und erzeugt so eine Bewegung weit weg von Ihrem Körper.

**Eine Einladung Weiblichkeit zu zeigen.**

**Sprache:** Brasilianisch **Untertitel:** in Englisch & Spanisch - ca. 84 min.

7



### Volume 5 - Techniken der Bewegung auf der Bühne

- Schrittfolge 1,2,3 mit Kontratempo
- Promenade im Rhythmus der Musik
- Mit Drall nach Vorgabe der räumlichen Gegebenheiten
- Vorhersehen des Endes der Musik
- Konstante Beschleunigung zum Ende der Musik
- Grande Final - konstante Änderung zum Schluß

**Sprache:** Brasilianisch **Untertitel:** in Englisch & Spanisch - ca. 84 min.

8

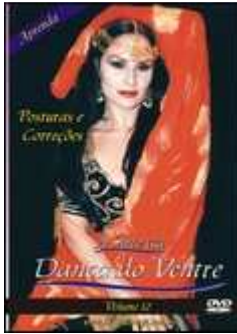


## Volume 7 - Der Aufbau von Trommelsolis

- Die Einführung in traditionelle Shimmies/ Vibrato.
- Vibrato durch Spannung und Variationen
- Änderungen in der Drehung und in Seitbewegungen.
- Die Besonderheiten und Feinheiten des typischen Baladi.
- Wie erkenne ich den richtigen Rhythmus mit dem Körper.
- Die Hauptformen des Auf- und Abtrittes auf der Bühne.

**Sprache:** Brasilianisch **Untertitel:** in Englisch & Spanisch - ca. 82 min.

9



## Volume 12 - Haltung und Korrekturen

Diese DVD soll Sie auf bestimmte Bereiche hinweisen und Ihnen helfen, die wesentlichen Fehler, die im Unterricht beobachtet werden, zu korrigieren.

Sie ist eine praktische Anleitung bei den ersten Schritten des Tanzes aber ebenso eine große Hilfe, wenn Sie bereits Lehrer sind und Sie Ihr Wissen und Ihre Erfahrung erweitern wollen. Anhand zahlreicher Beispiele gibt Ihnen Lulu viele Hinweise auf die häufigsten Fehler und wie diese vermieden werden können.

Auf unterhaltsame und witzige Art, lernen Sie viele kritische Punkte kennen, zu vermeiden und andere zu perfektionieren.

Einige Schwerpunkte dieser Lektion:

- Körperhaltung, Spannung und Dehnung
- Schwächen in der Mimik und im Ausdruck. Der Grund liegt im täglichen Training.
- Arme, Symmetrie, Harmonie, Gesten und Bewegungsrichtungen.
- Kraft und Spannung; Ihre größten Feinde.
- Ausdruck der inneren Absicht.
- Wesentliche Details

„Seit ich mich mit diesen Feinheiten beschäftige, sind mir so viele Details aufgefallen, die in der Zukunft beleuchtet werden sollen. Ich möchte, daß Sie von allem profitieren was ich in meinen Schulungen gelernt habe.“

**Wir lernen viel mehr durch unsere Fehler, als durch das, was wir gut können!**

**Sprache:** Brasilianisch **Untertitel:** in Englisch & Spanisch - ca. 90 min.

10



## Volume 14 - Sammlung der schönsten Solos von Lulu

Lulu tanzt im Khan el Khalili - Sao Paulo seit 1983.

Als die wichtigste - und anfangs einzige – Tänzerin, war sie von Anfang an mit diesem „Ihrem“ Haus verbunden.

Ihre Tanzkunst durchlief mehrere Phasen. Unglücklicherweise existiert kein hochwertiges Dokumentationsmaterial von den Anfängen.

Jedoch bewahren Tausende von Menschen in ganz Brasilien diese mit Emotionen erfüllten Momente in ihrer Erinnerung.

In den „Harem Nights“ des Khan el Khalili entwickelte sie wahre Meisterwerke. In seinen Videos sind zahlreiche Tanzsolos festgehalten.

In dieser Ausgabe - ein Klassiker des Bauchtanzes in Brasilien - sehen Sie zahlreiche davon. Viele bisher unveröffentlicht.

Eine DVD die für sich selbst spricht.....Sie sind dabei wenn Emotionen entstehen. Schon immer haben sich die Gäste glücklich geschätzt, einer Präsentation von Lulu im Moment höchster Inspiration beizuwohnen!

**Für Schüler und Lehrer gleichermaßen eine Quelle der Motivation und Inspiration.**

**Sprache:** Brasilianisch **Untertitel:** in Englisch & Spanisch - ca. 90 min.



## KOLLEKTION „Rhythmen“

11



### Rhythmen 1

In diesem Kurs zeigt Ihnen Lulu zusammen mit 8 weiteren Künstlerinnen (Fátima, Shams, Soraia, Munira, Shahrar, Pallu, Yasmin und Jade) Bewegungsbeispiele, wie sie in 9 verschiedenen arabischen Rhythmen verwendet werden.

Sie unterrichten Sie in jedem Teil der einzelnen Rhythmen und bringen Ihnen die Techniken in voller Präzision bei.

Anschließend wird das Erlernte von je einer Tänzerin dargeboten.

Gezeigt werden: - Baladi two dums, - Baladi one Dum, - Wahda u noss, - Malfuf, - Ayub, - Saudi or Khaleeje, - Saidi, - Masmoudi, - CiFtetelli.

Sprache: Brasilianisch Untertitel: in Englisch & Spanisch - ca. 61 min.

12



### Rhythmen 2

Auf dieser DVD wird die Darstellung der wesentlichen arabischen Rythmen mit **9 weiteren** Rhythmen fortgesetzt.

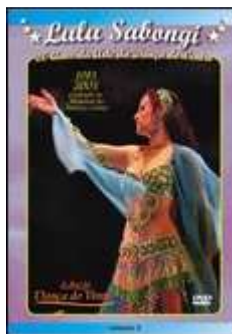
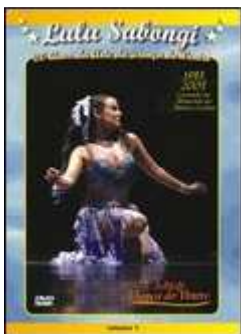
Lulu zeigt hier – diesmal mit 9 Künstlerinnen (Pallú, Kahina, Milla Tenório, Polímnia, Débora Silveira, Lú Hassany, Yasmine Amar, Muna Zaki und Lene) weitere Möglichkeiten der Bewegungen.

Gezeigt werden diesmal: - Samaai, - Masmoudi Variation, - Fellahi, - Zaffa, - Valse, - Karachi, - Hacha-Slow, - Fox, - Wahda Tawile - Jabalee.

Sprache: Brasilianisch Untertitel: in Englisch & Spanisch - ca. 84 min.

## Shows

### 13 20 Jahre Lulu Vol. 1 - Vol. 3



### 20 Jahre Akademie „Lulu Sabongi“

Aufführung anlässlich des 20 Jährigen Bühnenjubiläums und des Bestehens der Akademie von Lulu Sabongi im November 2003.

Klassik, Folklore und traditionelle lateinamerikanische Stücke. Aufgenommen im November 2003. Über 450 Künstele und Musiker. 6 Kameras bürgen für höchste Qualität.

- Insgesamt über 4 Stunden Show verteilt auf 3 DVD's

**Einzigartig!**

Vertrieb international: [www.lulusabongi.com](http://www.lulusabongi.com) oder [www.shangrilahouse.com.br](http://www.shangrilahouse.com.br)

Import nach Europa und Vertrieb durch: [www.shangrila-online.com](http://www.shangrila-online.com)

Besuchen Sie unsere Schule auf [www.shangrilahouse.com.br](http://www.shangrilahouse.com.br)



*Sendo feliz por ser mulher!*

Centro Cultural

**SHANGRILA**

[www.shangrilahouse.com.br](http://www.shangrilahouse.com.br)

Rua Gaspar Lourenço 25 \* Acilimação/ SP \* F:(11) 5539-5092