

# Dévoilée

Nieuwsbrief

Uitgave 21, september 2011

"DANSVAN DE MORGENSTOND"



Sinds 1998

## Woord vooraf

**B**este lezers,

De vakantie zit er weer bijna op, maar nog niet alle medewerkers van Dévoilée zijn terug van een welverdiende vakantie. Daarom heb ik, Yamila, directrice van stichting Dans van de Morgenstond, deze keer de taak overgenomen van Melissa om het voorwoord te maken en maak ik meteen gebruik van de gelegenheid om iedereen te bedanken voor hun belangeloze inzet. Vanwege de vakantieperiode is de samenstelling van deze Dévoilée iets anders dan dat u van ons gewend bent.

Hopelijk bent u goed uitgerust want er valt weer volop te dansen. Zo is er bijvoorbeeld een **gratis** workshop en demo van Miss Myriam in Eckelrade. Of wat denkt u van een bezoek aan buikdansfestival in Maasmechelen...of....

u kunt een opleiding volgen om beroepsbuikdanseres of lerares te worden, of.....

Om dit alles niet te missen; kijk snel in de agenda voor meer info.

Op de website [www.bellydance.nl](http://www.bellydance.nl) vind u overigens een heel uitgebreid scala aan mogelijkheden om te dansen, zoals dansreizen, interessante workshops en nog veel meer.

Verheugend nieuws: lerares Katrien is bevallen van zoontje Eliam. Proficiat Katrien, welkom Eliam! Lees haar grappige artikel over wat je allemaal te horen krijgt als zwangere buikdansers.

Verder in deze Dévoilée: een artikel van Sarabi over haar bijzondere optreden voor de koningin, een artikel van Miss Myriam over wat te doen als je moet dansen op fanfaremuziek i.p.v. oriëntaalse klanken en de belevenissen van Agata in de beroepsopleiding tot professioneel buikdanseres/lerares.

Veel leesplezier! Yamila

## Wist je dat...

**D**ans heel wat calorieën weg!

**Streetdance of aerobics:** 450 calorieën/uur

**Ballet:** 360 calorieën/uur

**Langzame ballroomdans:** 225 calorieën/uur

**Buikdansen: 338 calorieën/uur**

**Twisten:** 360 calorieën/uur

**Wals:** 225 calorieën/uur

Gelezen in het Limburgs Dagblad van 15 maart 2011 -  
bijlage 'gezond'. Miss Myriam

## Impressum

*Devoilée is een uitgave van  
stichting 'Dans van de Morgenstond'*

*Redactie: Valérie Backaert, Melissa Martello,  
Martin Moolenaar, Yamila Schoeré,  
Adèle Steyfkens*

*Vertalingen: Valérie Backaert, Dirk Brandt,  
Cindy Cleeren, Marjan Taal*

*Met dank aan: Armand Bonné, Petra Maas,  
Agata Piszczatowska, Mirjam  
Schoeré, Melissa Schouten,  
Katrien Sévrin*

*Lay-out: Adèle Steyfkens*

*Website: Martin Moolenaar*

*Kopij sturen aan: [redactie@bellydance.nl](mailto:redactie@bellydance.nl)*

## Beroepsopleiding Buikdansen

**24 september** 14.00 – 16.00 uur

**informatiemiddag** Cultuurhuis Heerlen • Sittarderweg 145 • Heerlen

gratis

22 oktober 13.15 – 18.15 uur

start beroepsopleiding buikdansen

**9 oktober** 15.00 – 17.00 uur

**informatiemiddag** Dansschool Verspaandonk • Kloosterdreef 84 • Eindhoven

gratis

13 november 10.15 – 14.45 uur

start beroepsopleiding buikdansen



**Yamila**

Academy for  
Oriental and Modern  
Bellydance

[bellydancenl@hotmail.com](mailto:bellydancenl@hotmail.com) • [www.bellydance.nl](http://www.bellydance.nl)

Nederland 06 - 54 91 71 36 • België 04 - 37 95 245

Ontwerp: Armand Bonné,

**H**et leven neemt soms heel onverwachte wendingen. Eén van de dingen die mijn leven heeft veranderd is mijn inschrijving voor opleiding tot professionele buikdanseres/lerares in Eindhoven. Mijn vriendin wilde deze cursus heel graag volgen om buikdanslerares te worden met een diploma.

Ik daarentegen ging gewoon mee uit nieuwsgierigheid en om haar gezelschap te houden. Ik heb vroeger al verschillende dansstijlen geleerd en altijd veel liefde gehad voor het dansen, maar in buikdansen had ik (naar mijn mening) nog te weinig ervaring om een opleiding van dit niveau te volgen.

Tot mijn verbazing vond Yamila mijn korte prestatie goed genoeg om de opleiding toch te beginnen. Ik heb mijn kans gegrepen en bovendien heel hard gewerkt om zoveel mogelijk te leren. De volgende drie jaren zijn enorm snel voorbijgevoelen. Dit was een periode gevuld met nieuwe technieken, themaworkshops met heel wat gastdocenten en tips om een betere danseres en lerares te worden. Ondanks al die leerstof en opmerkingen in verband met mijn prestaties, heb ik niet het gevoel dat ik niet meer mijzelf ben gebleven. Integendeel, mijn karakter komt veel sterker uit dankzij feedback die ik gekregen heb van Yamila. Daarnaast kon ik mijn folkloreeverleden tot uiting laten komen in nieuwe choreografieën.

Ik ben mezelf gebleven, heb mijn eigen stijl ontwikkeld, heb nog meer plezier in het dansen gekregen en ben vooral meer zelfverzekerd geworden. Het is zo belangrijk om meer en meer voldoening te hebben en nieuwe uitdagingen te vinden zonder je hobby te moeten veranderen.

Het werken aan de theatershow heeft mij op een aangename manier verrast. Het is echt iets voor mij.



Ondanks dat ik al als kind op de theaterplanken stond en al toneelervaring had, is dit project een hele aparte uitdaging geworden.

Hier staan we niet alleen als een uitvoerende kracht, we worden ook gestimuleerd om onze creativiteit op verschillende vlakken te ontplooiën, zoals bijvoorbeeld groepschoreo's maken, kostuums en accessoires bedenken.

Het allermooiste moment is natuurlijk aan het einde van de show: je maakt een buiging naar het publiek toe met een gevoel van goed werk geleverd te hebben. Al de stress die bij de voorbereiding kwam kijken en de spanning achter de coulissen wordt vergeten als je een denderend applaus krijgt.

Ik ben de oudste van de groep, maar dat vind ik niet erg. Sommige meisjes noemen mij op een liefdevolle manier "mama". En ja, nog iets heel belangrijk: dankzij deze opleiding zijn er veel vriendschappen ontstaan waarvan sommige voor heel het leven.

Agata Piszczatowska

**D**it jaar was het internationaal dansfestival een beetje speciaal voor mij want ik was niet helemaal alleen op het podium van het theater. Nee, u miste niet Tylk de hond...



het gaat goed met hem, maar hij is met pensioen. Misschien hebt U het gemerkt, of geloofde U dat ik te veel gegeten had de laatste tijd, maar ik ben zwanger. Ik verwacht een zoontje voor de maand augustus.

Dit is de gelegenheid om U mijn ervaringen mede te delen als "zwangere danseres". Ik ga U niet onderhouden over het aspect op medisch of kinesitherapeutisch vlak: het feit dat je niet mag forceren, geen holle rug mag maken, niet mag stressen, niet buiten adem mag geraken, je niet mag kwetsen, je niet mag ergeren, niet mag schrikken, niet achterover buigen, je niet mag... je niet mag... niet mag..... Er is altijd wel iemand om je heen die je er op tijd aan herinnert. En als U op een dag zwanger bent en wilt doorgaan met dansen dan is het aan U te beoordelen, naar gelang uw verlangens, uw gezondheid en de goede raad van de dokters. Het gaat hier om meer dan mijn indrukken en mijn gevoelens.

Voor vele mensen is de zwangerschap "een gezegende toestand", een voortdurend wonder, een sublimeren van de vrouwelijkheid, een toestand waarin de vrouw haar voltooiing vindt. Vanaf dan moet een zwangere vrouw zich prachtig, gelukkig en opgetogen voelen. Zwangerschap en de oosterse dans zijn dus een dubbele viering van de vrouwelijkheid.

Volgens mij, en zonder twijfel volgens anderen ook, is het wel een beetje ingewikkelder dan dat....en als men beroepsdanseres is, nog een beetje meer.

*Lees verder op de website [www.bellydance.nl](http://www.bellydance.nl)*

### Wist je dat...



**L**erares Katrien is ondertussen bevallen van zoontje **Eliam**. Moeder en zoonlief maken het uitstekend.

*Proficiat Katrien,  
welkom Eliam!*

## Wist je dat ...

**S**afir-A-Qunst verkoopt je oude kostuum onder volgende voorwaarden:

- inschrijfgeld € 15,00 euro;
- het kostuum blijft max. 1,5 jaar hangen (als het daarna nog niet verkocht is dan moet het weer opgehaald worden);
- een reëel verkoopbedrag wordt beslist samen met Safira;
- 25% van de verkoop is voor Safira en 75% voor degene die het kostuum wenst te verkopen;
- wanneer een kostuum eerst nog gerepareerd moet worden voordat het verkocht kan worden, kan de 25% voor Safira iets oplopen (in overleg).

of repareert je oude kostuum:

- er wordt samen gekeken hoe het vermaakt kan worden;
- is je kostuum niet meer het repareren waard, dan kan met onderdelen hiervan een nieuw kostuum gemaakt worden. Uiteraard zijn hier kosten aan verbonden .....maar goedkoper dan een heel nieuw professioneel kostuum!

## Agenda

### INFO-MIDDAG BEROEPSOPLEIDING BUIKDANS

**Datum:** 24-9-2011 (gratis)

**Tijdstip:** 14.00-16.00 uur

**Waar:** In het Patronaat, Sittarderweg 145, Heerlen

**Info:** [bellydancenl@hotmail.com](mailto:bellydancenl@hotmail.com)

**Tel:** +31(0)6-54917136

### FESTIVAL

**Datum:** 25-9-2011

**Tijdstip:** 13.00-19.00 uur

**Waar:** De jagersborg, Heirstr.247A, Maasmechelen

**Prijs:** 6,00 euro (5,00 euro vvk)

**Info:** [www.chadialuna.be](http://www.chadialuna.be), [info@chadialuna.be](mailto:info@chadialuna.be),

**Tel:** +32471-581522, 0471-734809

### NEDERLANDS KAMPIOENSCHAPPEN BUIKDANSEN

**Datum:** 2-10-2011 vanaf 10.00 uur

**Waar:** Trendz, Spoorlaan 9, Deurne

**Info:** [www.ido-holland.com](http://www.ido-holland.com) *Inschrijven kan al!*

### INFO-MIDDAG BEROEPSOPLEIDING BUIKDANS

**Datum:** 9-10-2011 (gratis)

**Tijdstip:** 15.00-17.00 uur

**Waar:** Dansschool Verspaandonk, Kloosterdreef 84, Eindhoven

**Info:** [bellydancenl@hotmail.com](mailto:bellydancenl@hotmail.com)

### DEMO en WORKSHOP BUIKDANS door MISS MYRIAM

**Datum:** 6-11-2011 (gratis)

**Tijdstip:** tussen 11-16.00 uur

**Waar:** Zaal Diligentia, Dorpsstraat in Eckelrade

**Info:** [www.centrumvoorlichaamengeest.eu](http://www.centrumvoorlichaamengeest.eu)

### INTERNATIONAL BELLYDANCE FESTIVAL

**Datum:** 11-2-2012 en 12-2-2012

**Door:** Stichting Dans van de Morgenstond

**Waar:** Cultuurhuis Heerlen, Sittarderweg 145, Heerlen

**Info:** [bellydancenl@hotmail.com](mailto:bellydancenl@hotmail.com)

**Tel:** +31(0)6-54917136

### WORKSHOP MELAYA door de EGYPTISCHE ABEER

**Datum:** 2-7-2012

**Tijdstip:** 11.00 uur -15.00 uur

**Waar:** Volksuniversiteit Maasland, Bergenkenstr. 11 Stein

**Prijs:** 40,00 euro

**Info:** [bellydancenl@hotmail.com](mailto:bellydancenl@hotmail.com)

**Tel:** +31(0)6-54917136

## Buikdans op fanfaremuziek...



Lieve mensen, het is het al weer een paar weken geleden dat ik een wel heel aparte opdracht kreeg vanuit de fanfare. Ik wil jullie hier graag iets over vertellen omdat het gaat over improvisatie. Deze fanfare speelden het stuk 'in 80 minuten de wereld rond'. Mijn opdracht was om met de slangen twee dansen te maken op de door hun gekozen muziek en daarna nog met het koor. Een zangkoor dat gedurende 1.15 min. op gelijke toonhoogte zingt (hymne) en daar op buikdansen, dat is wel een heel aparte ervaring. Natuurlijk heb ik vaker van dit soort opdrachten gehad en ik weet uit ervaring dat dit niet gemakkelijk is. *Miss Myriam*

*Lees verder op de website [www.bellydance.nl](http://www.bellydance.nl)*

## Dansen voor de koningin!!!

Koninginnedag 2011, Weert.

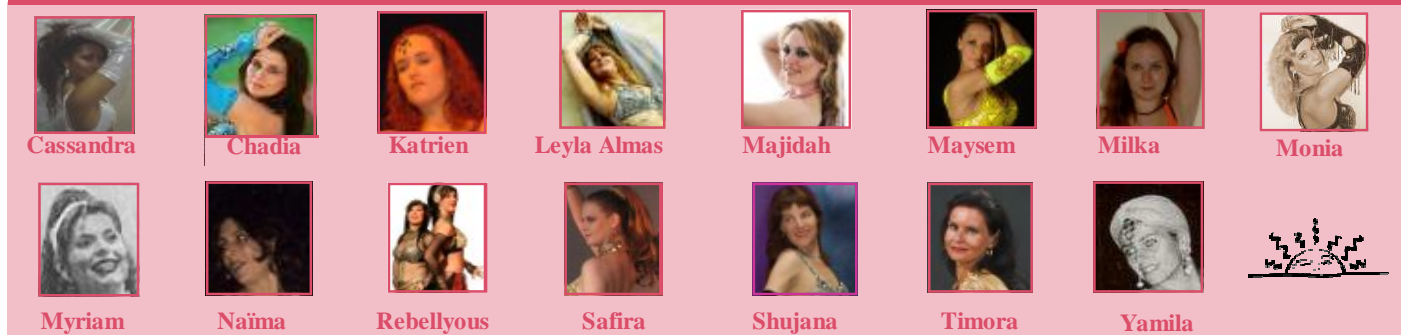
Hoe het begon! 15 februari kreeg ik een email met daarin de vraag of ik mee wilde doen aan koninginnedag 2011 in Weert. En niet zomaar meedoen, nee: buikdansen voor de koningin herself!!! Ik was natuurlijk meteen razend enthousiast en heb me direct opgegeven.

Eerst werd ik gescreend aan de hand van mijn bsn-nummer, of ik geen gekke dingen op mijn kerfstof had staan. Aangezien mijn kerfstof leeg is, was dat dus geen enkel probleem ☺ Toen alle deelnemers gescreend waren, begonnen de repetities. Samen met een flinke groep dansers uit de verschillende dansdisciplines van Weert (o.a. ballet, streetdance, breakdance, salsa, buikdans, rolstoeldans) gingen we aan de slag met 2 choreografieën op de muziek van 'A brand new day' en de 'Bolero'. Twee prachtige muziekstukken! De een heel vrolijk, de ander prachtig mooi, met een mooie climax opbouw. *Sarabi*

*Lees verder op de website [www.bellydance.nl](http://www.bellydance.nl)*



## Leraressen cursussen buikdans



Buikdanscursussen Nederland				
maandag	19.30-20.30	beginner	Aen de Wan, Einsteinstr 52, Heer/Maastricht	Cassandra +31(0)43-3627041/+31(0)620113731
maandag	19.15-20.15	alle niveau's	Poppodium Nieuwe Nor, Pancratiusstraat 30, Heerlen	Miss Myriam +31(0)45- 5426645
maandag	19.30-20.30 20.30-22.00	beginner met ervaring + privélessen	Stichting De Stadsring, Kruitmolenlaan 185, Middelburg	Majidah +31 (0)6 54652478
maandag	20.00-21.00	beginner	Studio Da Danza, Noordkade 74 a, Waddinxveen	Safira +31(0)6-51355515
dinsdag	18.15-19.15	kind beginners	CKB, Burg. Stulemeijerlaan 3, Bergen op Zoom	Leyla_Almas +31(0)6-49656765
dinsdag	19.00-20.00 20.15-21.15	halfgevoerd/gevorderd beginner+/halfgevoerd	Volkuniversiteit Maasland, Bergenkenstraat 11, Stein	Shujana +31(0)6-18906844
dinsdag	18.30-19.30 19.30-20.30 20.30-21.30	beginner met ervaring beginner halfgevoerd +	Wijkcentrum Het Bolwerk, Lindeijerlaan 8, Vlissingen	Majidah +31 (0)6 54652478
woensdag	18.15-19.15 19.30-20.30	beginner masterclass	Poppodium Nieuwe Nor, Pancratiusstraat 30, Heerlen	Miss Myriam +31(0)45- 5426645
woensdag	18.30-19.30	half gevorderd	Stg. Animato-De Stip, Past. Dominicus Hexstraat 10, Meerssen	Cassandra 043-3627041 / 0620113731
woensdag	19.00-20.00 20.00-21.00	beginner met ervaring beginner met ervaring+	All Sports Bodygym, Oostperkweg 25, Middelburg	Majidah +31 (0)6 54652478
woensdag	19.30-20.30	beginner	AQunst, A.v.Leeuwenhoekstr 2, Zwijndrecht	Safira +31(0)6-51355515
donderdag	19.15-20.15	beginner	CKB, Burg. Stulemeijerlaan 2, Bergen op Zoom	Leyla_Almas +31(0)6-49656765
donderdag	20.30-21.30	halfgevoerd	De Korenaere, Korenmarkt 7, Bergen op Zoom	Leyla_Almas +31(0)6-49656765
donderdag	18.30-19.30 19.30-20.30 20.30-22.00	beginner met ervaring beginner Majidah's Jewels	Sportcomplex De Kruitmolen, Kruitmolenlaan 127, Middelburg	Majidah +31 (0)6 54652478
donderdag	16.00-16.45	kinderen	Wijkcentrum Het Bolwerk, Lindeijerlaan 8, Vlissingen	Majidah +31 (0)6 54652478
vrijdag	18.00-19.00	kind halfgevoerd	De Korenaere, Bergen op Zoom	Leyla_Almas +31(0)6-49656765
vrijdag	tussen 19.30 en 22.00	beginner/half gevorderd	Wijkgebouw Tolhek, Gantellaan 1, Pijnacker	Safira +31(0)6-51355515
vrijdag	19.00-20.00	beginner	Volkuniversiteit Maasland, Bergenkenstraat 11, Stein	Shujana +31(0)6-18906844
zaterdag	10.00-11.00 11.00-12.00 12.00-13.00	beginner instroom halfgevoerd gevorderd	Dansschool Swing-Inn, Morenhoek 2 en 3, Heerlen	Swing-Inn +31(0)45-5711800 Rebellious +31(0)6-52509993
zaterdag	11.00-12.00	alle niveau's	Fitnesscentrum, Sportcentrumlaan 5, Sittard	Fitnesscentrum +31(0)4527255 of +31(0)39804077 Monia

Buikdanscursussen België				
maandag	19.00-20.00 20.00-21.00 21.00-22.00	beginner niveau 2 gevorderd	Dansstudio Marlynnes, Guido Gezellenlaan, Mechelen	Maysem +32 (0)485 589206
maandag	20.00-21.00	beginner	De Voogdij, Voogdijstraat, Mol	Chadia +32 (0)471 581 522
dinsdag	18.30-19.30 19.30-20.30	niveau 2 beginner	het Stadsmagazijn, Keistraat 5-7, Antwerpen	Maysem +32 (0)485 589206
dinsdag	21.00-22.00	niveau 1	Easy Moving, Menegemlei 30, Deurne	Maysem +32 (0)485 589206
dinsdag	20.00-21.00 21.00-22.00	Halfgevoerd training demogroep	Sporthal Blookberg, Blookbergstraat 7, 3690 Zutendaal	Chadia +32 (0)471 581 522
mardi	18.45-19.45 20.00-21.15	débutantes avancés	Collège St. Hadelin, Rue St. Hadelin 15, Visé	+32 (0)4 3795245 Yamila
donderdag	20.00-21.00 21.00-22.00	niveau 2 beginner	De Sportschuur, Populierenlaan 20, Wolvertem	Maysem +32 (0)485 589206
vrijdag	19.00-20.00 20.00-21.00	beginners gevorderd	De Spring, Winkelstraat 7, Duffel	Maysem +32 (0)485 589206
samedi	14.30-15.30 15.30-16.30	débutantes inteméd-confirmées	Complexe Sportif de Seilles, Rue Hendschel, 40, Andenne	Katrien +32(0)477 25 56 28
samedi	10.00-11.15 11.30-12.45	débutantes inteméd-confirmées	Creahm, Quai St. Leonard 6, Liège	Katrien +32(0)477 25 56 28

Buikdanscursussen Duitsland				
Montag	17.45-19.00 19.00-20.15 20.15-21.30	Fortgeschr. II Fortgeschr. I Anfänger I	Karlstr. 40, Schulhof, Gesundheitsr. 206 - Eschweiler	Naïma +32(0)87-632612 Gabi Ferfer, Volkshochschule +49(0)2403 70270
Donnerstag	19.00-20.15	Anfänger II	Karlstr. 40, Schulhof, Gesundheitsr. 206 - Eschweiler	Timora-ot@web.de +49(0)2403 70270