



LUNA NOIR

WORK SHOPS

BURLESQUE
STRIPTease
POLE DANCE
STRETCHING

Über Luna Noir

Seit 2019 steht Luna Noir als national und international gebuchtes Showgirl auf den Bühnen. Mit ihrer langjährigen Erfahrung in den Disziplinen Burlesque, Pole Dance und Aerial Hoop verbindet sie technische Präzision mit der Kunst der Selbstdarstellung.

Bekannt durch Auftritte mit namhaften Bands wie Steel Panther, an Firmenfeiern, Festivals und Events, sowie als Produzentin eigener Shows wie der Slinky Soiree und dem Boudoir Noir, bringt sie ein tiefgreifendes Verständnis für Bühnenpräsenz und Ästhetik mit.

In ihren exklusiven Workshops gibt Luna dieses Wissen nun weiter.

Ihr Unterrichtsstil zeichnet sich durch eine fundierte Technikvermittlung und das Ziel aus, die individuellen Stärken ihrer Schülerinnen und Schüler hervorzuholen.

Was dich erwartet:

Du lernst nicht nur Griffe und Schritte, du lernst Ästhetik. Luna zeigt dir die feinen Nuancen – die Haltung der Fingerspitzen, den Fokus deines Blicks, die stolze Linie deines Körpers. Durch ihre fundierte Anleitung fühlst du dich in jedem Moment sicher und getragen.

Luna hilft dir dabei, deine individuellen Stärken zu finden und diese bewusst einzusetzen. Du lernst, den Raum mit einer natürlichen Präsenz einzunehmen und dich stolz und elegant zu bewegen – ein Selbstvertrauen, das du direkt in deinen Alltag mitnimmst.

In Lunas Welt spielt es keine Rolle, wie viel Erfahrung du mitbringst. Wichtig ist nur, dass du Lust hast, Neues auszuprobieren. Es erwartet dich ein entspannter, geschützter Space für alle Level, in dem gemeinsam gelacht, geschwitzt und an persönlichen Fortschritten gearbeitet wird. Hier zählt die gegenseitige Inspiration und der Spaß daran, über sich hinauszuwachsen.

Für wen sind die Workshops?

Lunas Workshops sind für alle gedacht, die Lust auf neue Impulse haben und ihre eigene Ausdruckskraft entdecken wollen.

Pole Dance (ab Beginner):

Grundbasics an der Stange sollten vorhanden sein. Wir tanzen in Plateau Heels.

Burlesque (Open Level):

Keine Vorkenntnisse nötig. Wir arbeiten an deinem „Walk“, der richtigen Attitüde und deiner Präsenz.

Körpergefühl & Confidence: Ideal für alle, die weg vom Standard-Workout wollen, um Athletik mit Eleganz und Ausstrahlung zu verbinden.

Wachstums-Mutige: Ein wertschätzender Space für alle, die ihre Komfortzone verlassen und innere Barrieren abbauen möchten.

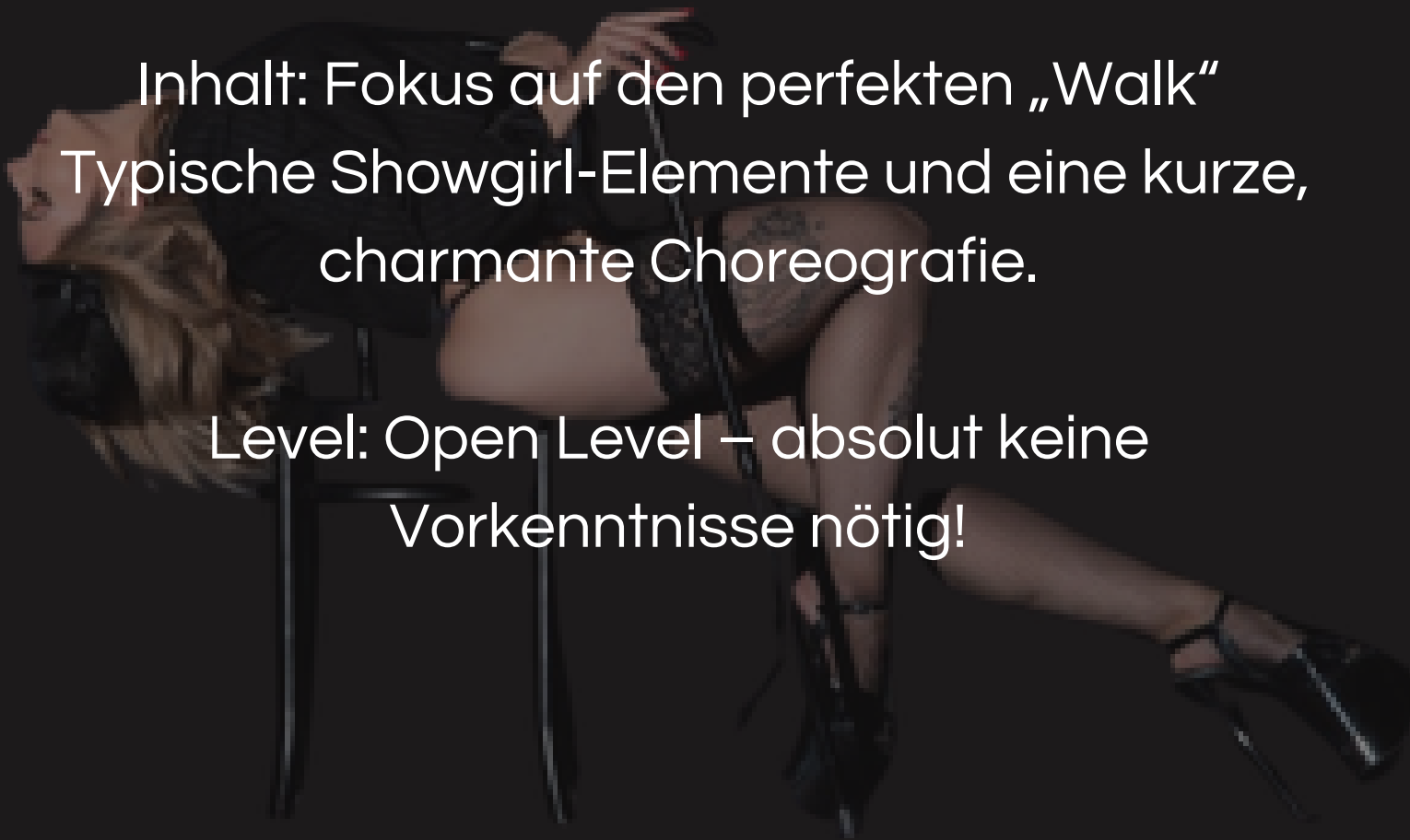
Burlesque & Showgirl Confidence

„Entdecke die Kunst der Verführung.“

In diesem Workshop stehen der Spaß und die Freude an der eigenen Ausdruckskraft im Vordergrund. Wir spielen mit unseren Körpern, erlernen neckische Bewegungen und tauchen ein in die Welt des klassischen Show-Glammers.

Inhalt: Fokus auf den perfekten „Walk“
Typische Showgirl-Elemente und eine kurze, charmante Choreografie.

Level: Open Level – absolut keine Vorkenntnisse nötig!



Serving Faces

„Dein Blick ist deine stärkste Waffe.“

Egal ob auf der Bühne, an der Pole oder einfach für dein privates Selbstbewusstsein:

In diesem Workshop lernst du, wie du deine Mimik gezielt einsetzt.

Inhalt: Wir trainieren den bewussten Einsatz von Blicken, Emotionen und Facettenreichtum, um deine Performance lebendig und fesselnd zu machen.

Level: Open Level - Für alle, die ihre Ausstrahlung auf die nächste Stufe heben wollen.

Midnight Ballerina

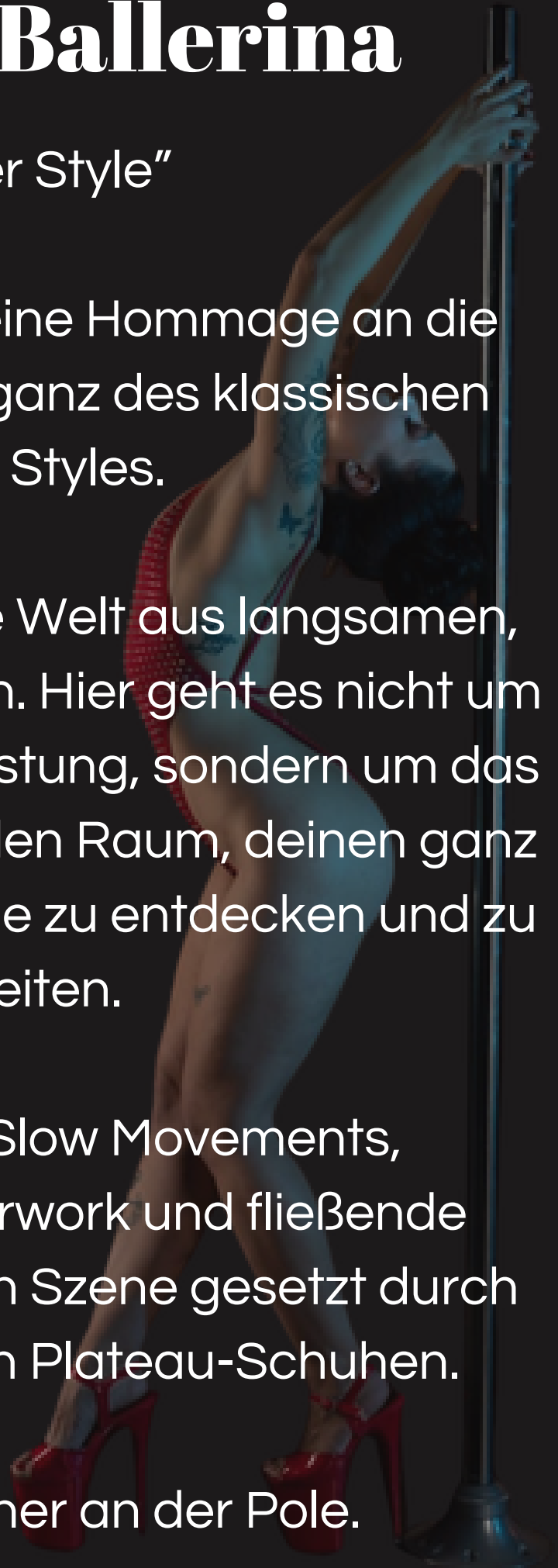
„Stripper Style“

Dieser Workshop ist eine Hommage an die fließende, dunkle Eleganz des klassischen Stripper Styles.

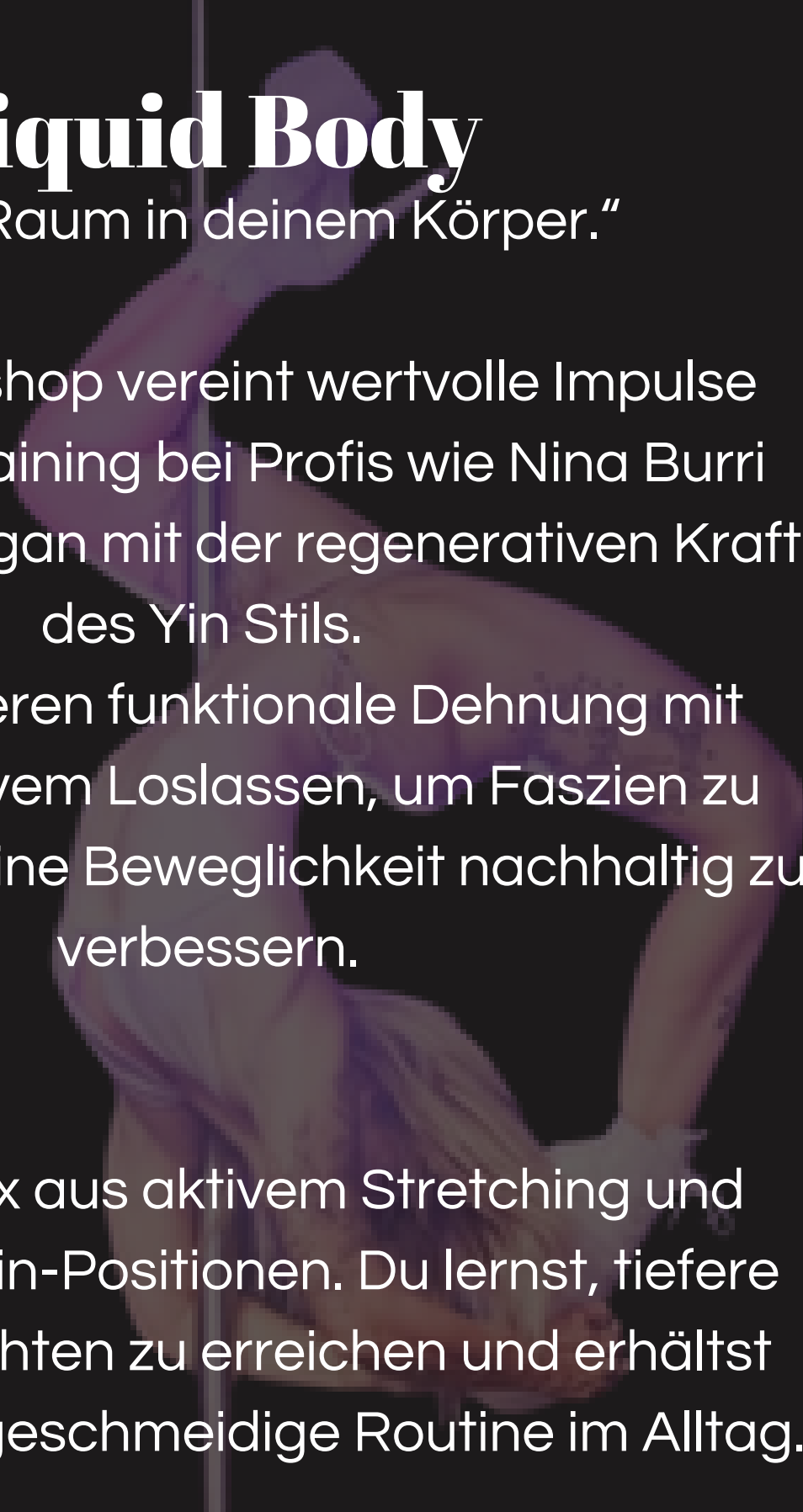
Wir tauchen ein in eine Welt aus langsamen, intensiven Bewegungen. Hier geht es nicht um akrobatische Höchstleistung, sondern um das Gefühl: Du bekommst den Raum, deinen ganz eigenen, sinnlichen Style zu entdecken und zu erarbeiten.

Inhalt: Fokus auf Slow Movements, geschmeidiges Floorwork und fließende Übergänge – perfekt in Szene gesetzt durch das Tanzen in hohen Plateau-Schuhen.

Level: Ab Beginner an der Pole.



Liquid Body



„Finde Raum in deinem Körper.“

Dieser Workshop vereint wertvolle Impulse aus Lunas Training bei Profis wie Nina Burri und Felicity Logan mit der regenerativen Kraft des Yin Stils.

Wir kombinieren funktionale Dehnung mit tiefem, passivem Loslassen, um Faszien zu lockern und deine Beweglichkeit nachhaltig zu verbessern.

Inhalt: Ein Mix aus aktivem Stretching und meditativen Yin-Positionen. Du lernst, tiefere Gewebeschichten zu erreichen und erhältst Tipps für eine geschmeidige Routine im Alltag.

Level: Alle Körper und Level willkommen – keine Vorkenntnisse nötig.

Eckdaten & Konditionen

Dauer: Je nach Format 75 bis 90 Minuten.

Preisvorstellung: CHF 50.– pro Person.

Bundle-Option: Bei Buchung von zwei Workshops durch dieselbe Person: CHF 90.– (statt CHF 100.–).

Zusammenarbeit mit dem Studio:

Gerne auf Provisionsbasis (z. B. 70/30) oder fix für die Raummiete.

Mindestteilnehmerzahl: Die Workshops finden ab 4–5 angemeldeten Personen statt (je nach Raumkosten).

Promotion: Das Studio übernimmt die primäre Bewerbung über die eigenen Kanäle; ich unterstütze durch Promotion in meinem persönlichen Netzwerk.

Haftung: Versicherung ist Sache der Teilnehmerinnen. Luna Noir übernimmt keine Haftung für Unfälle oder Verletzungen. Dies wird in der Ausschreibung explizit vermerkt.



**Ich freue mich auf eine
mögliche
Zusammenarbeit!**

Luna Noir