



INFORMATIONS



M2A Ecole Maternelle des Chevreuils



Début le mardi 26 septembre 2023



DURÉE : 01:30

Prix : **98.00 €**

PROFILS : Animateur, professeur de danse

PRE REQUIS :

Aucun.

Les personnes seules sont mises en liste d'attente jusqu'à formation d'un couple. Cours limité à 10 couples. Prix par personne.

MATERIEL : Aucun

CODE ACTIVITÉ : 8LU0612

DESCRIPTION

Quels bénéfices ? "Les danseurs" ont constaté une amélioration de la mobilité, de la coordination, de l'équilibre et des capacités d'anticipation.

Venez tester, vous serez enchanté(e)!



OBJECTIFS

Les danses de salon musclent le corps, renforcent le système cardio-respiratoire et brûlent les graisses, mais en plus, danser augmente le sens de l'équilibre et la coordination et, par son côté ludique, chasse le stress.

Débutant : acquérir le pas de Base du Rock en 4 temps , l'idéal quand on débute

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Mardi	26-09-2023	18:00	01:30	
Mardi	03-10-2023	18:00	01:30	
Mardi	10-10-2023	18:00	01:30	
Mardi	17-10-2023	18:00	01:30	
Mardi	07-11-2023	18:00	01:30	
Mardi	14-11-2023	18:00	01:30	
Mardi	21-11-2023	18:00	01:30	
Mardi	28-11-2023	18:00	01:30	
Mardi	05-12-2023	18:00	01:30	
Mardi	12-12-2023	18:00	01:30	