

Danse Plurielle

Ce temps de danse permettra de voyager à travers les époques grâce à un répertoire musical éclectique.

Du baroque aux danses actuelles, votre danse prendra du style ! Et pour améliorer la mémoire, nous apprendrons plusieurs chorégraphies dans l'année.

Bien sûr un échauffement et des étirements seront réalisés pour animer les muscles et fluidifier les articulations.

Tout un programme de pour le plaisir, tout en faisant du sport !