



INFORMATIONS



M2A Ecole Maternelle des Chevreuils



Début le mardi 24 septembre 2024



DURÉE : 01:30

Prix : **102.00 €**

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 : 9MA254

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 6 pas, l'idéal quand on débute !

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Mardi	24-09-2024	18:30	01:30	
Mardi	01-10-2024	18:30	01:30	
Mardi	08-10-2024	18:30	01:30	
Mardi	15-10-2024	18:30	01:30	
Mardi	05-11-2024	18:30	01:30	
Mardi	12-11-2024	18:30	01:30	
Mardi	19-11-2024	18:30	01:30	
Mardi	26-11-2024	18:30	01:30	
Mardi	03-12-2024	18:30	01:30	
Mardi	10-12-2024	18:30	01:30	