

A partir de 16 ans.

BARRE AU SOL



DESCRIPTION DE L'ACTIVITE

La barre au sol est une discipline complète, pratiquée allongé et en musique, qui utilise des bases de la danse classique.

Elle permet un travail de renforcement, d'assouplissement musculaire et articulaire en profondeur.

Le cours s'adresse à deux publics différents :

- ceux qui souhaitent approfondir leur niveau en danse.
- ceux qui, tout simplement, veulent travailler leur corps.

Matériel à prévoir : tenue confortable.

PROFESSEURE ET HORAIRE

Marie ESPASA
Titulaire du diplôme d'Etat de Danse

Samedi : 13h-14h30

LIEU

MJC/Centre Social, salle de Danse.

CONDITIONS D'INSCRIPTION

- Cotisation : de 161.15 € à 293 € selon quotient familial (prévoir avis d'imposition 2018 sur les revenus 2017).
- Adhésion : individuelle obligatoire de 14 € ou «famille» 37 € (valable 1 an du 01/09/19 au 31/08/20).
- Réduction : 15% dès la deuxième inscription dans le même foyer fiscal sur l'activité la moins chère.