



Initiation danse

MOZAC

Maison des Associations, salle 2bis

Venez découvrir la danse contemporaine, hip hop, et appréhender différents mouvements, en rythme avec la musique. Vous apprendrez à échauffer et étirer votre corps, par des exercices entre le yoga et la gymnastique douce, puis vous vous initierez à la chorégraphie. Ainsi, vous rechercherez les mouvements qui composeront votre propre danse, et découvrirez comment occuper l'espace, se placer, se déplacer et interagir.

Séances animées par Compagnie Nomade

Mercredi 6 Novembre 2024

Mercredi 13 Novembre 2024

Mercredi 20 Novembre 2024

Mercredi 27 Novembre 2024

Mercredi 4 Décembre 2024

10h00-11h00



Venez dans une tenue confortable et souple, avec des chaussures propres. Prévoir une bouteille d'eau et de quoi grignoter.

Vous n'avez pas besoin de venir avec un partenaire.

PARTICIPATION GRATUITE

Inscription obligatoire pour l'ensemble des séances auprès du CLIC au 04 73 33 17 64.

Nombre de places limité - les personnes inscrites s'engagent à venir et à avertir le CLIC dans les meilleurs délais, en cas d'annulation exceptionnelle.