



Zumba

Description	Le cours Zumba® Kids regroupe plusieurs styles de danses tels que que Zumba, Salsa, Reggaeton, Hip-hop, Cumbia en chorégraphies réalisées spécifiquement pour les enfants. Il permet aux enfants d'expérimenter différents styles tout en pratiquant une activité dansée sur les musiques du moment. Le développement de la confiance en soi est également travaillé.
Contenu	<ul style="list-style-type: none">• Echauffement• Apprentissage des différents pas• Enchaînement des pas appris• Improvisation selon thème donné, personnages• Retour au calme
Prérequis	Aucun
Groupe cible	Enfants
Objectifs	<ul style="list-style-type: none">• Améliorer la coordination, l'équilibre, la souplesse• Prendre conscience des mouvements du corps• Développer la confiance en soi, la créativité• Développer les capacités motrices sur des mouvements dansés
Date	sur demande / D_55391
Durée	Total 1.00 période(s)
Ecolage	CHF 13.00
Lieu du cours	Ecole-club Migros La Gruyère (en cours de planification)

Ecole-club Migros La Gruyère Tel. +41 58 568 83 25

Rue de la Toula 20
1630 Bulle

ecole-club.gruyere@gmnefr.migros.ch
ecole-club.ch

