



Danse africaine - workshop

Description	Apprenez à danser sur des rythmes venus d'Afrique ! Chaleureuses, conviviales, les danses africaines sont à la fois un moyen d'expression corporelle et une façon de pénétrer dans un autre monde. Dépaysement garanti! Cette danse, composante majeure de la culture africaine, est un véritable moyen de communication. Plus importante que la parole, elle permet l'expression et l'affirmation de son identité.		
Contenu	<ul style="list-style-type: none">• Echauffement musculaire• Dérouillage articulaire commun à tous les cours• Suite de pas travaillés progressivement en enchaînements• Travail des jambes, des chevilles et des pieds (nus)		
Prérequis	Aucune connaissance préalable n'est requise.		
Groupe cible	Tout public		
Objectifs	<ul style="list-style-type: none">• Apprentissage des pas de base• Identification des différents rythmes		
Date	07.03.2020 - 07.03.2020 / E_1384532		
Horaire	09:00 - 10:50 h		
Jours	Sa		
Durée	1 Jours de cours. Total 2.00 périodes à 50 minutes		
Ecolage	CHF 29.00		
Lieu du cours	Avenue de la Gare 28, 1870 Monthey		
Dates	Jour	Date	Heures
	1 Sa	07.03.2020	09:00 - 10:50

Ecole-club Migros Monthey Tel. +41 27 720 67 60

Avenue de la Gare 28
1870 Monthey

eclub.monthey@migrosvs.ch
ecole-club.ch

