



# Danse classique débutant



## Cours garanti

### Description

Vous en avez toujours rêvé mais vous n'avez jamais osé. Vous pensez que c'est trop tard, vous pensez que ce n'est pas pour vous... Sans complexe ni stress, poussez les portes de l'Ecole Club et levez le rideau sur la grâce qui sommeille en vous ... La danse classique accessible aux adultes débutants. De nombreuses personnes sont fascinées par l'élégance et la grâce de cette discipline. A travers ce cours vous apprendrez à rééquilibrer votre corps et à renforcer votre musculature à travers une coordination de mouvements de pas de base de la danse classique.

### Contenu

- Exercices: à la barre, "barre du milieu", d'équilibre et d'assouplissement
- Enchaînements de pas

### Prérequis

Pour votre tenue, pensez à des vêtements souples et près du corps. Et pour vos pieds, soit vous les glissez dans des chaussons de danse, soit dans des chaussettes, tout simplement...

### Objectifs

Acquérir : -une bonne technique de base

- de la souplesse
- le sens du rythme

### Date

06.01.2020 - 06.04.2020 / E\_1385873

### Horaire

17:30 - 18:20 h

### Jours

Lu

### Durée

14 Jours de cours. Total 14.00 périodes à 50 minutes

### Ecolage

CHF 245.00

### Lieu du cours

Esplanade de Pont-Rouge 2, 1212 Grand-Lancy

### Dates

Jour	Date	Heures
1 Lu	06.01.2020	17:30 - 18:20
2 Lu	13.01.2020	17:30 - 18:20
3 Lu	20.01.2020	17:30 - 18:20
4 Lu	27.01.2020	17:30 - 18:20
5 Lu	03.02.2020	17:30 - 18:20

Ecole-club Migros Genève

Tel. +41 58 568 80 00

Esplanade Pont-Rouge 2  
1212 Grand-Lancy

[ecoleclub.pont-rouge@migrosgeneve.ch](mailto:ecoleclub.pont-rouge@migrosgeneve.ch)  
[ecole-club.ch](http://ecole-club.ch)

école-club

MIGROS



# Danse classique débutant



## Cours garanti

### Dates

Jour	Date	Heures
6 Lu	10.02.2020	17:30 - 18:20
7 Lu	17.02.2020	17:30 - 18:20
8 Lu	24.02.2020	17:30 - 18:20
9 Lu	02.03.2020	17:30 - 18:20
10 Lu	09.03.2020	17:30 - 18:20
11 Lu	16.03.2020	17:30 - 18:20
12 Lu	23.03.2020	17:30 - 18:20
13 Lu	30.03.2020	17:30 - 18:20
14 Lu	06.04.2020	17:30 - 18:20