



# Danses tropicales : Journée Santé



## Cours garanti

### Description

L'objectif que vous poursuivez dans votre vie quotidienne est de vous maintenir en forme, de vous recentrer et d'avoir une vie plus saine et épanouie? Le 18 janvier 2020, vous pourrez tester gratuitement la méthode qui répond à vos besoins. Notre Journée Santé apportera assurément de l'élan, de la fraîcheur et de la détente dans votre quotidien. Vivez pleinement les effets bénéfiques de nos cours sur la santé de votre corps et de votre esprit. L'Ecole-club Migros et l'Initiative Santé iMPuls se réjouissent d'ores et déjà de passer un samedi sportif et relaxant en votre compagnie. Prêt-e pour une journée qui vous est dédiée, réservez votre place en vous inscrivant gratuitement.

### Contenu

Sur des musiques et des pas entraînants, venez apprendre différentes danses tropicales pour revivre des vacances passées ou se projeter dans un futur voyage,

- Danses caribéennes : biguine, sala (ladystyling), merengue, rumba, jump up, reggae, ragga
- Danses brésiliennes : samba, samba-raggae, axé, frévo, lambada
- Danses : afro-antillais, -cubain, -brésilien

### Prérequis

Le nombre de places étant limité, une inscription est nécessaire pour assurer votre participation.

### Groupe cible

Femmes et hommes dès 16 ans

### Objectifs

Apprendre et découvrir des danses sur des rythmes ensoleillés

### Informations supplémentaires

Vous trouverez l'ensemble des offres de cette journée consacrée à la santé sous : [ecole-club.ch/journee-sante](http://ecole-club.ch/journee-sante)

### Date

18.01.2020 - 18.01.2020 / E\_1389788

### Horaire

14:00 - 14:40 h

### Jours

Sa

### Durée

1 Jours de cours. Total 1.00 périodes à 40 minutes

### Ecolage

CHF 0.00

### Lieu du cours

Hans Fries 4, 1700 Fribourg

Ecole-club Migros Fribourg

Tel. +41 58 568 82 75

Rue Hans-Fries 4  
1700 Fribourg

[ecole-club.fribourg@gmnefr.migros.ch](mailto:ecole-club.fribourg@gmnefr.migros.ch)  
[ecole-club.ch](http://ecole-club.ch)

école-club

MIGROS



# Danses tropicales : Journée Santé



**Cours garanti**

**Dates**

**Jour**

**Date**

**Heures**

1 Sa

18.01.2020

14:00 - 14:40

**Ecole-club Migros Fribourg**

Tel. +41 58 568 82 75

Rue Hans-Fries 4  
1700 Fribourg

[ecole-club.fribourg@gmnefr.migros.ch](mailto:ecole-club.fribourg@gmnefr.migros.ch)  
[ecole-club.ch](http://ecole-club.ch)

**école-club**

**MIGROS**