



Generation Pound 30' pour enfants dès 7 ans

Description	Generation POUND ® est un entraînement pour enfants. Un cours ludique, des mouvements de fitness, des chorégraphies simples et accessibles à tous. Les baguettes utilisées sur le rythme de la musique améliorent la mobilité et la coordination. Santé, forme physique et estime de soi à la clef ! MOVE, ROCK, PLAY et MAKE NOISE!
Contenu	<ul style="list-style-type: none">• Generation Pound ajoute le frapper de baguettes (de tambour) aux exercices cardio-vasculaires et musculaires• Travail continu de percussions avec les ripsticks• Entraînement complet
Prérequis	Aucun
Groupe cible	Enfants dès 7 ans
Objectifs	<ul style="list-style-type: none">• Tonifier toutes les parties du corps• Améliorer l'endurance et l'équilibre sur des rythmes entraînants• Travailler la coordination avec les ripsticks
Attestation	Aucun
Date	11.11.2020 - 27.01.2021 / E_1448635
Horaire	13:30 - 14:00 h
Jours	Me
Durée	10 Jours de cours. Total 10.00 périodes à 50 minutes
Ecolage	CHF 100.00
Lieu du cours	Rue du Musée 3, 2000 Neuchâtel

Dates	Jour	Date	Heures
	1 Me	11.11.2020	13:30 - 14:00
	2 Me	18.11.2020	13:30 - 14:00
	3 Me	25.11.2020	13:30 - 14:00

Ecole-club Migros Neuchâtel Tel. +41 58 568 83 50

Rue du Musée 3
2000 Neuchâtel

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





Generation Pound 30' pour enfants dès 7 ans

Dates	Jour	Date	Heures
	4 Me	02.12.2020	13:30 - 14:00
	5 Me	09.12.2020	13:30 - 14:00
	6 Me	16.12.2020	13:30 - 14:00
	7 Me	23.12.2020	13:30 - 14:00
	8 Me	13.01.2021	13:30 - 14:00
	9 Me	20.01.2021	13:30 - 14:00
	10 Me	27.01.2021	13:30 - 14:00

Ecole-club Migros Neuchâtel Tel. +41 58 568 83 50

Rue du Musée 3
2000 Neuchâtel

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

