



SEVILLANES FLAMENCO RUMBA

animatrice

Maria Sara

public

Dés 8 ans

lieu d'activité

MJC Centre ville - Salle 5

Jedi

19h00 - 20h00 Sévillanes

20h00 - 21h00 Flamenco

21h00 - 22h00 Expressions corporelles

cotisations

+ adhésion; - 18 ans 12€/ +18 ans 15€

180 € /An Sévillane ou Flamenco

215 € /An Expression corporelle

340 € /An 2 cours au choix

500 € /An 3 cours

Chaussures Sévillane/Flamenco obligatoires

Votre section

Venez vous initier et découvrir les rythmes du Flamenco, Sévillanes et des Rumbas Flamencas ! Convivialité et bonne humeur Andalouse seront au rendez-vous. VIVA LA FIESTA!!!

Expressions corporelles : le corps devient l'instrument à partir duquel on apprend à être bien dans sa peau, à retrouver l'énergie, la prise de conscience de soi et la libération de tensions, de blocages inscrits dans la mémoire du corps. Sur le plan physique, elle améliore la circulation, la coordination et le tonus musculaire. Sur le plan mental et émotif, elle renforce l'affirmation de soi, ravive les capacités intellectuelles et la créativité, et permet de rencontrer des émotions parfois difficiles à exprimer verbalement. Ce cours est ouvert à tous.