



INFORMATIONS



MULHOUSE Choregrafica



Début le samedi 13 février 2021



DURÉE : 01:30

Prix : **12.00 €**

PROFILS : Danseuse, effeuilleuse burlesque

PRE REQUIS :

Aucun

MATERIEL :

- Une paire de chaussures à talon dans lesquelles vous êtes à l'aise
- Une nuisette à bretelles facile à enlever par le bas
- Sous-vêtements où vous vous sentez féminine (porte-jarretelles, serre taille, culotte haute)
- Deux soutiens-gorge
- Gants fournis

CODE ACTIVITÉ : 5MU518

DESCRIPTION

Re-découvrir son corps, se sentir belle et bien dans sa tête, voilà la source du bien être à travers cette discipline. Inspiré des codes Pin Up des années 50, l'effeuillage burlesque représente l'art et la manière de se dévêtir avec glamour, grâce sensualité et surtout sans aucune vulgarité. Cette discipline est faite pour toutes les femmes : rondes, pulpeuses, sveltes... C'est une belle manière de se mettre en valeur et d'apprendre à s'aimer.

Cerise sur le gâteau, vous apprendrez une chorégraphie simple à reproduire à la maison pour surprendre votre Valentin !



OBJECTIFS

- Travailler sur les attitudes, la gestuelle, les intentions
- Apprendre à marcher en talons et à s'effeuiller
- Se réconcilier avec son corps, son image et son esprit.

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Samedi	13-02-2021	14:00	01:30	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE