



## INFORMATIONS

 <b>MULHOUSE</b> Choregrafica	<b>PROFILS :</b> Animateur danse
 <b>Début le</b> samedi 07 novembre 2020	<b>PRE REQUIS :</b> Aucun.
 <b>DURÉE :</b> 02:00	<b>MATERIEL :</b> - Tenue de sport près du corps. - Une paire de baskets propre. - Une bouteille d'eau. - Cerceaux fournis.
<b>Prix :</b> <b>48.00 €</b>	<b>CODE ACTIVITÉ :</b> 5MU526

## DESCRIPTION

La Hoop Dance qui signifie danse avec un cerceau ne s'arrête pas là !

Ce stage permet d' apprendre quelques figures de base, simples, qui permettent ensuite de créer une jolie chorégraphie avec son Hula Hoop.

Cette pratique allie le renforcement musculaire au plaisir de danser et de s'évader avec cet accessoire incontournable des années 50.



## OBJECTIFS

- Apprendre le Hula Hoop à la taille et réaliser aussi d'autres mouvements avec cet accessoire.
- Se dépenser en dansant de manière ludique.

## SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Samedi	07-11-2020	10:00	02:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Samedi	14-11-2020	10:00	02:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Samedi	21-11-2020	10:00	02:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE