



INFORMATIONS

 GUEBWILLER Maison Ritter	PROFILS : Animateur danse
 Début le samedi 16 janvier 2021	PRE REQUIS : Aucun.
 DURÉE : 02:00	MATERIEL : <ul style="list-style-type: none">- Tenue de sport prêt du corps.- Une paire de baskets propre.- Une bouteille d'eau.- Cerceaux fournis.
Prix : 48.00 €	CODE ACTIVITÉ : 5GU404

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 d'autres mouvements avec cet accessoire.
- Se dépenser en dansant et de manière ludique.

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Samedi	16-01-2021	10:00	02:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Samedi	23-01-2021	10:00	02:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Samedi	30-01-2021	10:00	02:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE