



**CORPS - CULTURE - BIEN-ÊTRE**

**Femmes**

**Du 5 MARS  
AU 9 AVRIL 2019**

**Cours  
de DANSES ORIENTALES**

avec

**Soleha**

**LE MARDI  
De 14h15 à 15h15**

La pratique de la danse orientale apporte souplesse, sensualité, confiance en soi, coordination. Après l'échauffement, le travail sur la posture, l'alignement du corps, le ressenti et l'équilibre, vient le travail technique sur les mouvements et les déplacements qui constituent les fondements de la danse orientale. Approche rythmique et chorégraphies.

**15 €**

les 6 séances

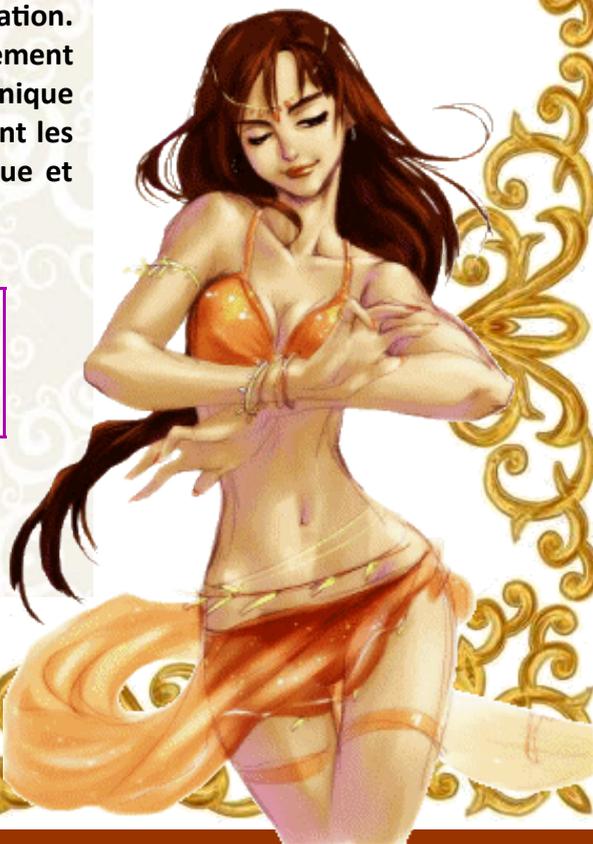
MARS : 5 - 12 - 19 - 26

AVRIL : 2 - 9

Adhésion familiale 10 € + Inscription OBLIGATOIRE

Tenue adaptée : caleçon, jupe longue, chaussettes ou ballerines

Thé et Café offerts



**CENTRE SOCIAL ET CULTUREL LAVIEU CENTRE-VILLE**

**1 place Baudelaire - 42400 SAINT-CHAMOND - 04.77.31.75.44**

