

MODERN JAZZ

Ados Adultes

Au programme :

Echauffement puis traversées autour d'un élément technique : sauts, tours, improvisation etc.

Puis apprentissage d'une chorégraphie sur 1 ou plusieurs semaines. Sur de la musique pop, le style change souvent passant de chorées lentes autour d'une émotion à des chorées plus rythmées et énergiques !

Idéal pour découvrir la danse ou consolider ses acquis, tout en développant sa souplesse, sa musculature... mais surtout sa confiance en soi et le lâcher prise tous ensemble !

