



BOLLYWOOD

DANSES INDIENNES

BHANGRA

MJC ESPACE DE VIE SOCIALE DE CROLLES
04.76.08.01.81
info@mjc-crolles.com

Venez découvrir ces danses indiennes avec MANON

Sur inscription,
tarif au quotient familial



Atelier Parent-Enfant danse Bollywood

samedi 9 avril de 10h30 à 12h

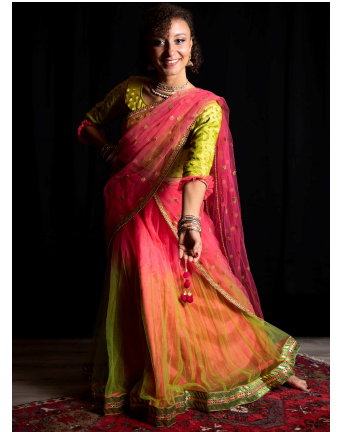
La danse Bollywood vient des films indiens produits la ville de Mumbai. Elle mélange les danses indiennes (folkloriques et classiques) et les danses orientales et occidentales pour raconter des histoires. Lors de cet atelier, vous apprendrez des mouvements typiques et une petite chorégraphie en duo, pour un moment de partage et de découverte de cette danse et de son univers.

Stage découverte danse Bollywood

Samedi 9 avril de 14h à 16h

Tous niveaux.

La danse Bollywood vient des films indiens produits dans la ville de Mumbai. Elle mélange les danses indiennes (folkloriques et classiques), et les danses orientales et occidentales pour raconter des histoires. Lors de ce stage, vous apprendrez dans un premier temps des mouvements de danse typiques, puis une chorégraphie. Venez découvrir cette danse dynamique et joyeuse, pleine de rythme et de couleurs !



Stage danse traditionnelle Bhangra

samedi 21 mai de 14h à 16h

Le Bhangra est une danse folklorique indienne, originaire de la région du Pendjab. C'est une danse de fête et de célébration pleine de joie et d'énergie. Lors de ce stage, vous apprendrez à suivre le rythme des percussions, des mouvements traditionnels avec une chorégraphie. Très dynamique et solaire, le Bhangra sollicite l'ensemble du corps (particulièrement les jambes, le dos et les épaules) tout en travaillant votre cardio. De quoi danser et se dépenser dans une ambiance festive.



Atelier bien-être et danse Bollywood

samedi 21 mai de 10h à 12h

La danse Bollywood vient des films indiens produits dans la ville de Mumbai. Elle mélange les danses indiennes (folkloriques et classiques), et les danses orientales et occidentales pour raconter des histoires.

L'atelier se déroule en 3 étapes :

- 1/ Réveil du corps
- 2/ Maîtrise corporelle (conscientiser le corps et l'espace grâce aux danses indiennes)
- 3/ Chorégraphie.

Un moment pour lâcher prise et se connecter à soi tout en s'amusant.

