

ALL-STYLES

Cours de danse tirant ses influences de différents styles selon les aspirations du professeur qui peut être du Dancehall, du Reggaeton, du Hip Hop, du contemporain...

Venez vous éclater sur des chorégraphies mélangeant tous ces différents styles.

RAGGA

Le Ragga appelé aussi Dancehall est un style de danse né dans les rues de Jamaïque. Inspirée de steps africains, elle évolue au rythme des courants musicaux jamaïcains. Les steps afro-jamaïcains viennent s'enrichir de mouvements hip hop et d'attitudes alliant énergie et sensualité. Plus qu'une danse, une culture.

REGGAETON

Le Reggaeton est une danse d'origine latine qui plonge ses racines dans le mélange du reggae et du rap, nous pouvons mixer différents styles de danse tel que la Salsa, la Bachata, le Dancehall, le Hip Hop, le Merengue... Les mouvements sont sensuels et créatifs. Vamos mi gente !!!

ZUMBA

Programme d'entraînement physique combinant des éléments d'aérobic et de danse, les chorégraphies s'inspirent principalement des danses latines, mais aussi de tous les autres styles de danse. Venez lâcher prise dans ce cours débordant d'énergie.

AFRO CONTEMPORAIN

Mélange de techniques contemporaines et mouvements de danses africaines, mise en forme de façon contemporaine / cours technique et variations chorégraphiques rythmées.

AFRO-FUSION

Mélange de danses Africaines traditionnelles, populaires et modernes, inspirées des danses du Mali, Sénégal, Nigéria, Côte d'Ivoire, Cameroun, Maroc, Afrique du Sud, Mauritanie, Congo) / Cours technique, énergique et libérateur...

BELLYDANCE FUSION

Mélange des danses orientales classiques, traditionnelles et modernes avec d'autres influences : Hip Hop, polynésienne, indienne, contemporaine...

EVEIL DANSE 3/5ANS

Dans le cours d'éveil à la danse, tout se passe autour de la musique et avec elle, nous entrons dans le plaisir de: Se déplacer en rythme (marche, course, sauts, chutes, pas cadencés...). Former rondes et farandoles. Observer et être conscient de sa position dans l'espace.

DANSE FOLKLORIQUE DU SOLEIL

Les danses du soleil sont essentiellement un héritage que nous ont laissé nos ancêtres. Ceci dit les techniques de la danse classique, du jazz et du contemporain seront utilisées lors des cours pour compléter et favoriser l'apprentissage. C'est un petit voyage au Brésil, en Afrique et dans l'Océan Indien... Les styles étudiés sont: samba, passinho dance (mixe de frevo, samba et pagode), afro percu, séga, maloya.

HIP HOP & NEW STYLE

Le Hip-Hop est un mouvement culturel et artistique qui mêle des aspects festifs et revendicatifs. L'apprentissage aux différentes techniques que propose le Hip Hop permettra d'approfondir les connaissances de cette culture à travers diverses chorégraphies.

Le NEW STYLE: est un style hétéroclite où chacun peut s'exprimer à sa façon, mélangeant Pop, Lock, Break, danse africaine où tout autres mouvements de son inspiration.

AFRO VIBES

Ce cours fun et rythmé mélangera divers styles de danses urbaines africaines. Des chorégraphies sur différents rythmes à la mode dans les boîtes Afro!! (jazzé, Ntcham, afro house, kuduro...).

AFRO-REMIX

Il s'agit d'un cours unique, nouveau concept créé par Ibrahim Bangoura. Vous pouvez y approcher des courants de danses actuelles d'Afrique et des Caraïbes tels que le coupé-décalé, le n'dombolo, le zouglou, mais aussi le kuduro, le reggaeton et divers rythmes latinos. En résumé, l'Afro-Remix allie travail cardio-musculaire et danses afro-latines.

AFRO TRADITIONNEL

La danse africaine inspirée des animaux, est avant tout un moyen d'expression qui sollicite toutes les parties du corps. Cet art fait parti intégrante de la vie sociale en Afrique. Lourde de significations et de symboles, Incontournable moyen d'expression et de communication, elle permet à chacun de partager dans la joie et l'énergie de grands moments de convivialité.

RAGGA DANCEHALL GIRLY

Ce cours spécial girly mettra en avant les steps de filles. Sensualité, attitude, fun, un cours dynamique pour se découvrir au féminin dans la bonne humeur!!

LADY STYLE SALSA

Cours au féminin par excellence: posture du corps, isolation, musicalité et interprétation. Le travail de rythmique y sera essentiel! Ce cours s'adresse à toutes les femmes qui souhaitent être plus libre dans leur danse. Mesdames, à vos talons!!

BOZENDO

La méthode BOZENDO au bâton long est un Art Martial Traditionnel complet. Cette escrime au bâton long (1m50) permet un travail du corps très intéressant par l'acquisition de l'ambidextrie, la fortification de tous les muscles du corps, ainsi que l'acquisition de la souplesse articulaire.

STREET DANCE

Tu veux danser comme tes stars préférées? C'est le cours qu'il te faut!!! Cours de danse très rythmé. Venez vous éclater pour un cours de danse dynamique, glamour et funky !!!



LES ACTIVITES