

Gym-danse Marly

VIENS À LA DÉCOUVERTE DE LA GYM-DANSE !

Dans ce cours tu apprendras des chorégraphies ainsi qu'à manier des engins à mains comme le ballon, le ruban, le cerceau et les massues.

Tu acquerras et entraînes ta souplesse ainsi que des exercices gymniques.

Tu pourras également participer à des concours pour le plaisir et sans obligation !

Si tu es tentée de partager d'agréables moments, nous te donnons rendez-vous **les jeudis dès le 7 septembre 2023** à la halle supérieure de gymnastique de Marly Cité.

Viens essayer avec tes amies ! (2 cours d'essai avant l'inscription)

HORAIRES (2 groupes)

3H à 7H: de 16h45 à 18h

8H à 16 ans: de 17h45 à 19h*

* Les filles s'échauffent entre 17h45 et 18h en parallèle de la fin du premier cours.

INFORMATIONS

Vêtements prêts de corps; chaussettes, demi-pointes (possibilité d'en acheter au cours) ou pieds nus; cheveux attachés; boissons non sucrées acceptées dans la salle (bouteilles ou gourdes); vestiaires à disposition.

SÉANCE D'INFORMATIONS

(obligatoire)

Le 7 ou 14 septembre 2023 de 17h45 à ~18h pour expliquer le déroulement de la saison, les concours, comment s'inscrire, etc. et répondre à vos questions.

Il n'est pas nécessaire de venir aux 2 séances, **une seule suffit** (minimum un adulte présent que ce soit un parent, un grand-parent, un oncle, une tante, etc.)

Contact: Aurélie Magnin
+41 79 837 04 99
aurelmag@hotmail.com



www.gym-marly.ch



Gym-danse Marly