

Stage de danse orientale à la MJC



Esmeralda animera le stage de danse orientale samedi 28 janvier à la salle Voltaire. Photo RL.

La MJC de Villerupt propose un stage de danse orientale le samedi 28 janvier, à la salle Voltaire de 14h à 17h.

Le stage sera dirigé par Esmeralda, professeur de danse. Esmeralda a participé à de nombreux concours de danses dans plusieurs pays, notamment en Égypte où elle a obtenu le deuxième prix de la compétition internationale du Caire.

La danse orientale est traditionnellement dansée par les femmes qui expriment ainsi féminité, vitalité et sentiments. Chaque partie anatomique peut bouger avec harmonie indépendamment du reste du corps.

La danse orientale ne se limite pas aux mouvements du bassin mais sollicite également les jambes, le buste, les épaules, les bras, les mains et le regard.

Elle permet de tonifier les cuisses, d'assouplir les articulations, de bien développer les abdominaux et d'entretenir le dos.

Le prix du stage de 3 heures est fixé à 30 €.

Renseignements et inscription sur réservation uniquement au 03 82 89 90 14.