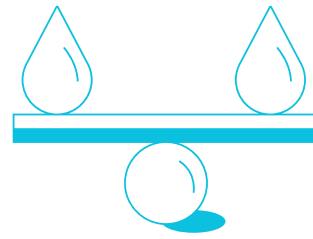


# Stage intergénérationnel de Danse

*Avec Joseph Stella*

Pour tous les niveaux  
A partir de 13 ans



Samedi 6 avril 2024

10h à 16h30 (avec pause de midi)

Salle paroissiale de Monthey

CH 80 adulte (CHF 50 1/2 journée)

CH 50 moins de 18 ans

CH 60 étudiant-e

*Renseignement et inscription auprès*

*d'Estelle Rogivue*

*079 382 88 72 /*

*estelle.rogivue@gmail.com*

## ***Souplesse et Equilibre***

*Sentir le corps et la gravité.*

*Amplifier la respiration et tonifier  
les chaînes musculaires.*

*Ouvrir et délier les articulations.*

*Renforcer le centre abdominal.*

*Ces conditions favorisent notre  
équilibre et nous permettent*

*de mieux assimiler les séquences  
de mouvements.*

**Au programme, technique,  
chorégraphie, recherche,  
improvisation**

