



Danses Bretonnes



Cet atelier s'adresse aux adultes désirant découvrir et apprendre dans la bonne humeur, les danses bretonnes pratiquées en fest-noz.

**L'atelier n'a pas vocation à faire des représentations costumées et s'adresse aux danseurs débutants ou confirmés, désirant découvrir ou perfectionner leurs connaissances des danses bretonnes.
Aucune connaissance particulière en danse ni en musique n'est nécessaire pour pouvoir y participer.
Juste avoir envie de danser!**

Pour vous convaincre, voici 10 bonnes raisons de nous rejoindre, si vous voulez :

1. **Partager un moment de détente et de convivialité, dans la bonne humeur,**
2. **Participer à une activité culturelle (histoire et origine des danses, géographie...),**
3. **Découvrir et apprendre les danses bretonnes,**
4. **Participer à une activité sportive (ça bouge, la danse trad'!),**
5. **Développer et entretenir vos capacités de déplacements spatio-temporels (orientation, équilibre, posture...),**
6. **Exercer votre mémoire, par l'enchaînement des pas, des figures,**
7. **Travailler l'écoute musicale (rythme, tempo, phrases musicales, structures rythmiques...),**
8. **Apprendre à se connaître (soi et les autres),**
9. **Retrouver vos racines, votre identité culturelle, vos traditions,**
10. **Participer à la vie de votre quartier, intégrer les nouveaux arrivants, faire connaissance.**

Encadré par une animatrice salariée et diplômée (sous réserve d'un minimum de 25 inscriptions).

Horaires :

Tous les mardis de 20h30 à 22h00.

Pas de cours pendant les vacances scolaires.

Organisation de l'activité :

Du mardi 18 septembre 2018 à mi-juin 2019, à la Maison de Quartier, entrée angle de la route de St-Joseph et de la rue Louis Pergaud.

Environ 30 séances par an selon calendrier. Durée du cours 1h30

Renseignements :

ALPAC 02 40 25 21 38

✉ dansetrad@alpacnantes.net

Tarifs :

Cotisation annuelle	
Tarif individuel	110€
Tarif couple	195€

La première séance de participation est gratuite. Un certificat de non contre-indication à la pratique de la danse bretonne, sera demandé.

Inscriptions

- au Forum d'activités, le samedi 8 septembre 2018 de 8h30 à 12h au gymnase 1 (Complexe Jean-Jahan) 507 route de Saint Joseph de Porterie.
- aux permanences, du lundi 10 septembre au vendredi 14 septembre de 17h à 19h et le samedi 15 septembre de 9h à 12h, à la maison de Quartier, angle de la route de St Joseph et de la rue Louis Pergaud (voir conditions en début de livret).