

## **Où ?**

A la Maison Sociale Cyprian les Brosses  
4 rue Jules Guesde - 69100 Villeurbanne

## **Quand ?**

Jeudi de 18h30 à 19h30

30 séances hors vacances scolaires

## **Avec qui ?**

Sophia BOUDIBI

## **Qui contacter ?**

- ⇒ Aysun KURNAZ, conseillère en économie sociale et familiale
- ⇒ L'accueil de la Maison Sociale

## **Comment s'inscrire ?**

Carte d'adhésion familiale de l'association (10 euros)  
et participation financière suivant le quotient familial.

Inscriptions :

- ⇒ le jeudi 8 septembre 2016 de 9h à 12h  
et de 14h à 19h
- ⇒ et le vendredi 9 septembre 2016 de 9h à 12h  
et de 14h à 18h

(possibilité de s'inscrire en cours d'année dans la limite des places disponibles)



# **DANSE ORIENTALE BOLLYWOOD**

**2016-2017**



*Maison Sociale Cyprian les Brosses  
4 rue Jules Guesde 69100 Villeurbanne*

*04.72.68.69.70*

*[www.maisonsociale.com](http://www.maisonsociale.com)*

**La danse orientale ne se limite pas à des mouvements du bassin. Elle sollicite souplesse et tonicité du buste, des épaules, des bras, des mains, du bassin et du ventre. Elle permet de tonifier les cuisses, d'assouplir les articulations, de bien développer les abdominaux et d'entretenir le dos, si bien que l'on peut pratiquer cette danse à tout âge en fonction des limites de chaque danseuse ou danseur.**

**Le Bollywood a la particularité d'être pratiqué par les femmes et les hommes.**

**C'est une danse ludique avec une variété infinie de coordinations de mouvements de la tête aux pieds.**

**Le mélange des deux danses est tout à fait possible puisque les deux se rejoignent et apportent une touche de bonne humeur en travaillant chaque partie du corps.**