



LES ARGONAUTES

ÉCOLE DE DANSE ET DE BIEN-ÊTRE

La Danse Urbaine regroupe les disciplines de la culture Hip Hop tels que, la House, le Street Jazz, le Vogging, le New Style et bien d'autres encore. Elle aspire à la diversité, le partage ainsi qu'à la créativité.



Les caractéristiques :

- Désigne les grandes familles de danse Hip Hop

Les spécialités :

- Culture Hip Hop
- Musicalités, Énergie
- Attitude

Déroulement du cours :

Étape 1 : Réveil corporel, mise en mouvement du corps

Étape 2 : Échauffement

Étape 3 : Exercices techniques, pas de base, improvisation

Étape 4 : Mise en pratique, enchaînement chorégraphique, battle