

	<h1>BARRE AU SOL - DANSE CONTEMPORAINE</h1>		<h2>Saison 2018</h2> <p>Du 1^{er} janvier au 31 décembre</p>
Lieu des cours	233 Boulevard St Germain 6 ^{ème} étage + 1 - salle 8754 -		
Horaires des cours	Barre au sol Mardi 12 h 30 – 13 h 30 Danse contemporaine Jeudi 12 h 30 – 13 h 30		Ce matin, je me suis réveillée J'ai étiré mes bras, J'ai plié les genoux, Tourné la tête
Tarifs de la section + Cotisation ASCAN Intérieurs 45 euros Extérieurs 70 euros	Tarif section : <u>Barre au sol et danse contemporaine</u> Adhérents intérieurs : 250 euros Adhérents extérieurs : 350 euros <u>danse contemporaine</u> Adhérents intérieurs : 190 euros Adhérents extérieurs : 200 euros <u>Barre au sol</u> Adhérents intérieurs : 190 euros Adhérents extérieurs : 200 euros		Et tout a fait « craaaccc » Alors j'en suis arrivée à la conclusion Non pas que j'étais « vieille » Mais que j'étais « craquante »
<p>Barre au sol Cette discipline pratiquée dans une salle « intimiste » :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rétablit l'harmonie du corps en éliminant toutes les tensions grâce à des exercices d'étirements, de respiration ; - Favorise la circulation sanguine, la souplesse musculaire ; - Permet de diminuer le stress et les sensations de fatigue. <p style="text-align: center;">Activité adaptée à toutes – Rejoignez un groupe sympathique</p> <p>Danse contemporaine En musique ... Cette discipline :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Apporte de nombreux bienfaits pour le corps et l'esprit en développant la concentration, la souplesse, en favorisant la détente, et en permettant la prise de conscience de « l'autre » ; - Apporte l'équilibre, la confiance en soi pour développer son potentiel et tendre à ses limites. 			
Contact téléphonique	Annie Pecciarini 01 40 63 87 58 Du mardi au vendredi		
Contacts mail	ascan@assemblee-nationale.fr		
Site internet	http://www.ascan75.fr		