

	<h1>BARRE AU SOL</h1>		<h2>Saison 2019</h2> <p>Du 1^{er} janvier au 31 décembre</p>
<p>Lieu des cours</p>	<p>233 Boulevard St Germain 6^{ème} étage + 1 - salle 8754 -</p>		
<p>Horaires des cours</p>	<p>Barre au sol</p> <p>Mardi 12 h 15 – 13 h 15</p>		<p>Ce matin, je me suis réveillée</p> <p>J'ai étiré mes bras, J'ai plié les genoux, Tourné la tête</p>
<p>Tarifs de la section + Cotisation ASCAN Intérieurs 45 euros Extérieurs 70 euros</p>	<p><u>Tarifs de la section</u></p> <p>Adhérents intérieurs : 200 euros</p> <p>Adhérents extérieurs : 250 euros</p>		<p>Et tout a fait « craaaccc »</p> <p>Alors j'en suis arrivée à la conclusion</p> <p>Non pas que j'étais « vieille » Mais que j'étais « craquante »</p>
<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. 			
<p>Contact téléphonique</p>	<p>Annie Pecciarini 01 40 63 87 58 Du mardi au vendredi</p>		
<p>Contacts mail</p>	<p>ascan@assemblee-nationale.fr</p>		
<p>Site internet</p>	<p>http://www.ascan75.fr</p>		

