Zumba Kids

Idéal pour les jeunes fans de Zumba® et surtout de danse. Les enfants peuvent pratiquer une activité physique et se défouler au rythme de leur musique préférée. Les séances Zumba® Kids comportent des mouvements adaptés aux enfants, basés sur la chorégraphie Zumba® originale. Les pas sont simplifiés, des jeux, des activités et des éléments d'exploration culturelle dans la structure du cours.

Cela permet de mener une vie saine et d'inciter les enfants à pratiquer des activités physiques sans effort en les rendant amusantes. Les cours comportent des éléments essentiels pour le développement des enfants, tels que l'autorité, le respect des autres, le travail en équipe, la confiance en soi, l'estime de soi, la mémoire, la créativité, la coordination et les connaissances culturelles.

Du point de vue de la santé, il est **recommandé** aux enfants comme aux **adolescents-es** de pratiquer une activité physique régulière.

Age et horaire : de 4 à 7 ans **le mercredi de 15h00 à 15h45**
de 8 à 11 ans **le mercredi de 15h45 à 16h30**

Lieu : salle de jeux 114 -1er étage

Prix : **CHF 150.00** pour un trimestre de 10 cours
ou **CHF 390.00 pour l'année scolaire**

Renseignements et inscription : Madame Suzanne GREGOIRE
Email : gregoiresuzanne@gmail.com
Tél. 076 371 88 71

Indispensable : prévoir basket confortable et propre, gourde, linge et bonne humeur... ;-)