



Danse en ligne "country"



**Salle de rythmique de l'ancien collège du Croset
Chemin du Parc 1, 1024 Ecublens.**

Entrée principale du côté des terrains de sport, la salle se trouve à gauche en entrant.

**Les mardis 4 octobre, 1^{er} novembre et 29 novembre
de 8h50 à 9h50**

L'association "55+ d'Ecublens" vous propose une nouvelle activité physique récréative adaptée aux séniors. La danse est une activité physique excellente pour la santé. C'est un sport complet qui muscle le corps, améliore la coordination motrice et stimule la circulation sanguine. Elle améliore la plasticité du cerveau. Apprendre une nouvelle chorégraphie est excellent pour la mémoire et la concentration.

Coût : gratuit. Nombre de participants limité à 15 personnes.

Venir avec des chaussures souples de sport ou des chaussons de danse ainsi que des vêtements souples et confortables. Les chaussures utilisées à l'extérieur ne sont pas autorisées dans la salle.

Inscriptions sur resoli.ch ou auprès de Béatrice Gyax 079 273 80 55 ou par courriel bgygax70@gmail.com