



Arts et Loisirs Fleurentins

## Les brèves de l'ALF

O  
C  
T  
O  
B  
R  
E  
  
2  
0  
1  
8

### ATELIER CIRQUE



du 22 au 26 octobre de 10 h à 12 h pour les enfants de 5 à 10 ans, tarif : 50 € la semaine.

### NOUVEAUTES

#### Pilates

Cours de Pilates le lundi de 18h à 19 h à partir du 1<sup>er</sup> octobre.



Le pilate a pour objectif le développement des muscles profonds, l'amélioration de la posture, l'équilibrage musculaire et l'assouplissement articulaire Tarif : 180€

#### Danse africaine

La danse africaine proposée est une danse typique de la culture d'Afrique de l'Ouest, au son des djembés et dums. **Mercredi de 19 h 30 à 21 h.**



#### Atelier théâtre débutant adultes

Jeux ludiques, expression du corps et de la voix. Travail sur l'échauffement, l'espace, l'expression, l'imagination... Immersion dans l'improvisation. **Mercredi de 20 h à 22 h.**

### Autres activités

Nous vous rappelons nos autres activités : dessin/peinture adultes ou enfants, gym douce ou tonique, renforcement musculaire, back'n stretch, couture enfants/ados...

RDV sur notre site [alf-eklablog.com](http://alf-eklablog.com) ou Facebook @alf69250  
Pensez à vous inscrire sur le blog ou FB pour être informé de l'actualité