

SHEYRINA

L'association Danse Orientale Sheyrina qui existe depuis maintenant 4 ans a repris les cours depuis le mois de septembre 2016 au Dojo de St Gervais, ainsi que le programme Zumba qui maintient un succès grandissant près de 50 adhérents. La Zumba rencontre également un franc succès à St Genest d'Ambière et Colombiers.

La nouvelle présidente Aurélia Bouhassoun (instructrice diplômée en cardio-kickboxing, ceinture noire d'Aéro-kick et professeur de Danse Orientale) note quelques changements, la Zumba qui garde le créneau des vendredis de 19h00 à 20h00, pour garder l'exclusivité des samedis matins à la Danse Orientale de 11h00 à 12h00 pour les enfants et de 12h00 à 13h00 pour les adultes.

Ainsi, découvrez les richesses de la danse orientale, cette danse spontanée et improvisée d'origine égyptienne qui comprend de nombreux styles. Le style majeur "Raqs Sharqi" s'est développé en occident à partir des années 90 et connaît un succès fulgurant, il est aujourd'hui enseigné partout dans le monde. Et après l'énorme succès des précédents galas, nous préparons déjà le nouveau dîner spectacle de la fin de l'année qui offre à toutes les danseuses le plaisir de se produire en public. Cette année, il aura lieu le 17 juin 2017 à la salle des fêtes de St Gervais avec plus de 200 personnes attendues.

La Zumba est un programme d'entraînement physique combinant des éléments d'aérobic et de danse à la portée de tous. Il s'agit d'un entraînement cardio-vasculaire complet, et un moyen de tonifier : biceps, abdominaux, fessiers, jambes... toutes les parties du corps sont sollicitées tout en vous amusant. Les cours sont réalisées par Aurélia Bouhassoun et Lydie Darson qui ont suivi le stage de certification Zumba et le versement des droits conférant l'usage légal de la marque.

Vous voulez vous défouler, vibrer au son des rythmes latinos et brûler des calories tout en vous amusant avec des cours pétillants, dynamiques et dans une ambiance conviviale et amicale la Zumba est faite pour vous.

Aurélia et Lydie vous attendent nombreux et nombreuses pour une année de délires, de partage et de passion. Des stages et des battles seront régulièrement organisés entre les différentes communes, prenant des cours de zumba avec Aurélia, telles que St Genest d'Ambière et Colombiers.

Pour plus d'infos, vous pouvez nous joindre au numéro suivant :

Tel : 06.17.07.83.50

Email : aurelia.sheyrinabouhassoun@gmail.com

Facebook club : DANSE SHEYRINA