

# ÉCOLE INSPIRATION DANSE

## Session hiver 2022



Débutant : samedi 12 février 2022  
Terminant : samedi 23 avril 2022  
Durée:: 11 cours d'une heure (Lyrique 1h30 par cours)

Où: École des Appalaches (Gymnase et Auditorium)  
Coût: \$76 / par cours. Rabais familiale offert et inscription + d'un cours  
Exception cours de Lyrique qui est 1h30, coût \$114..

### Cours offerts

**Hip hop:** Ce cours est offert à tous les groupes d'âge  
Le hip-hop est un mode d'expression libre qui vient en partie de la rue. Ça comprend plusieurs styles différents, dont le Popping, le Breakdance, le Locking et bien d'autres.

**Jazz et ballet:** Ce cours est adapté pour les 8 ans et plus.  
Ces deux cours comportent une partie de technique et une partie de chorégraphie visant à développer l'expression, l'équilibre, le rythme et la synchronisation. Le jazz est plus énergique, rythmé et le ballet, plus gracieux et dramatique.

**Lyrique:** Ce cours d'une durée de 1h30  
Le lyrique est un mélange de jazz et de ballet, c'est une danse énergique et subjective qui raconte une histoire.

**Gymnastique :** Ce cours comprend 2 catégories : Gymnastique 1 s'adresse aux jeunes de 6 ans et moins. Gymnastique 2 est pour les jeunes de 7 ans et plus.  
Pour la gymnastique au sol, utilisation de la barre horizontale, la poutre et le sol. Cours contribue à développer la flexibilité et l'équilibre.

### Inscriptions

Inscription sur le site : [www.stejustine.net](http://www.stejustine.net) sur la plateforme : Qidigo  
**Date limite d'inscription : mardi 8 février 2022 à 17h00**

Pour informations, contactez : Roland Charest : 418-383-5397 poste 1226  
[loisirs@stejustine.net](mailto:loisirs@stejustine.net)