

DANCE PARTY®

La DANCE PARTY® Qu'est-ce que c'est ?

Le cours "DANCE PARTY" est un cours collectif cardio fantastique, accessible à tous, c'est le carrefour génial entre le free-style et le pré-chorégraphié.

Une méthode d'enseignement révolutionnaire et une structure de cours précise sont les facteurs essentiels de la réussite de la **DANCE PARTY®**.

La DANCE PARTY®, un cours magique ?

OUI, le cours "DANCE PARTY" est magique, ludique et conçu pour plaire à un large public, tout le monde peut suivre et faire un cours de "dance party".

Les biens-faits sont multiples et diverses, l'activité cardiaque, la tonification musculaire, la joie et le partage sont les objectifs du cours.

La DANCE PARTY®, un programme unique ?

Mêlant cardio, amusement et tonification, l'instructeur vous entraîne sans stress à muscler vos jambes, vos fessiers, vos abdominaux et vos épaules, grâce à des enchainements chorégraphiques simples, efficaces et faciles à suivre !

Nous vivons ensemble des expériences formidables : pas besoin de savoir danser, il suffit de se laisser guider sur des hits actuels et énergisants.

La DANCE PARTY®, un programme pour tous ?

La "DANCE PARTY" est un cours très complet, excellent pour le corps et pour le moral et surtout, adaptable à tous les participants et à tous les niveaux.

En effet, l'instructeur respecte la structure du cours imposée par le concept mais peut adapter en permanence sa chorégraphie selon les participants.

Les pas sont simples et sécuritaires, faciles à exécuter pour les participants de tout âge. Le programme est conçu pour préserver l'intégrité du corps.

La DANCE PARTY®, le créateur : BRUNO CUVINOT...

Bruno Cuvinot, ancien champion d'aérobic, professeur de fitness et formateur international, a créé le concept « DANCE PARTY® » en imaginant le cours qui pourrait réunir un maximum de personnes différentes voulant faire du sport.

Fort de ses 25 ans d'expérience dans le fitness, Bruno propose aujourd'hui un concept de cours ludique et tonique, répondant à un besoin général d'évasion et de détresse.

Avec la DANCE PARTY®, vivez l'essentiel !

