

Sportyform invite à la danse le 21 mars à Kergreis



La zumba est entrée avec succès dans le menu des activités proposées par l'association Sportyform.

Du haut de ses quarante ans d'existence et avec 500 adhérents au compteur, l'association Sportyform n'arrête pas d'innover. En plus de la gym d'entretien, la gym tonique (également pour les 13-16 ans), le stretching et la méthode pilates, le stretching postural, le multigym, le steps, la zumba, voici venus deux nouveautés la cabadanse et le cardioboxe. Et pour couronner le tout, l'association Sportyform profite de l'arrivée du printemps pour organiser un après-midi de danse, samedi 21 mars, au gymnase de Kergreis. C'est ouvert à tous et toutes, adhérents ou pas, moyennant une participation de 5 €, comprenant une collation en milieu d'animation.

Danses cubaines, cabadanse, zumba, full dance, country et des chorégraphies menées par le groupe des ados de l'association, une démonstration de break dance avec Mickaël et les ados de la Maison pour tous se succéderont durant l'après-midi, en présence d'Elis Castro, fidèle à Sportyform.

Samedi 21 mars, de 14 h à 18 h, après-midi danse au gymnase de Kergreis. Inscriptions préalables (animation limitée à 150 personnes), soit lors des cours, ou auprès de Valérie Uhling, ou par le biais du nouveau site internet : sportyform-association.fr.