

10/2/2025

## CHEZ VOUS

GARLAN

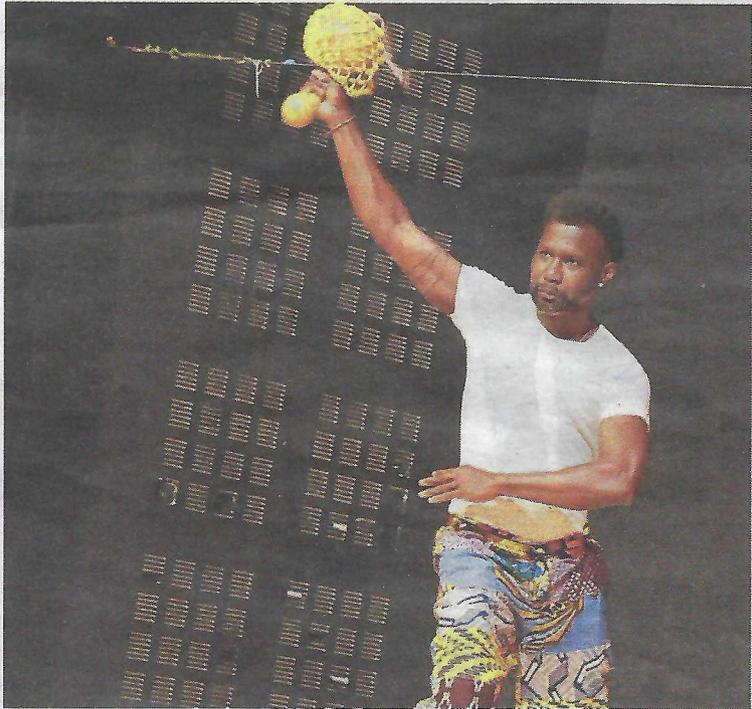
# Stage de danse africaine du foyer rural, le 22 mars

Le foyer rural organise, le samedi 22 mars, un stage de danse et de percussions africaines. Il concernera les enfants, le matin, et les adultes, l'après-midi.

● L'activité danse africaine du foyer rural organise le samedi 22 mars, à la salle Ti Gwer, un stage de danse et de percussions africaines, le matin pour les enfants de 4 à 12 ans et l'après-midi pour les adultes. Il sera animé par Justin ainsi que Fred et sa troupe Taboulin'ta.

## Un échange interculturel enrichissant

Pour les organisateurs, ce stage présente de nombreux avantages, tant sur le plan culturel, artistique que personnel : « La danse africaine et les percussions sont profondément ancrées dans les traditions des pays d'Afrique. Un stage permet de mieux comprendre l'histoire et la signification des rythmes et des mouvements. Cela favorise un échange interculturel enrichissant. De plus, la danse africaine est une activité physique intense qui aide à améliorer la coordination, la souplesse et l'endurance. Elle libère le stress et booste l'énergie grâce à son dynamisme. Les percussions, quant à elles, ont un effet méditatif et permettent de



Justin propose un stage de danses africaines afin de faire découvrir cet art aux petits comme aux grands. Photo Foyer rural

canaliser les émotions. Elles renforcent l'esprit de groupe, la confiance en soi et l'expression personnelle. Elles créent une atmosphère festive et joyeuse. »

## Accessible à tous

Accessible à tous les âges et niveaux, le stage permet aussi de contribuer à la préservation des arts africains en invitant des artistes professionnels et en leur offrant une visibilité. À noter : la totalité des bénéfices de cet événement sera reversé à l'association Les amis de Ploudougou qui

vient en aide aux populations du Burkina Faso.

## Pratique

Uniquement sur inscription sur Hello-Asso. Pour les enfants de 4 à 12 ans, de 9 h 30 à 12 h ; danses et percussions, 20 € (limité à 20 personnes). Pour les adultes, de 13 h 30 à 15 h 30, danses, 20 € (pas de limites de places) ; de 15 h 30 à 17 h 30, percussions, 20 € (limité à quinze personnes). Possibilité de faire les deux ateliers pour 30 €. Renseignements : [foyerrural-garlan29610@gmail.com](mailto:foyerrural-garlan29610@gmail.com) ou tél. 06 60 61 81 01.