

Focus sur l'atelier Breakdance

L'atelier est proposé aux élèves PREMIS

tous les mardis de 16h45 à 17h45 au réfectoire.

Pour la petite histoire :

Le Break Dance est une danse qui s'est développée aux États-Unis dans les années 1970. Le Hip-hop et le Breakdance sont apparus presque au même moment durant des mouvements culturels et identitaires des années 70 et 80. On peut effectivement dire que le breakdance est inspiré du hip-hop New Style, du *pop corn*, du *poppin*, *salsa Mambo*, du *Disco*, *Boogie blues*, du *Ragga*, du *Jazz*. Mais, le breakdance s'est peu à peu diversifié grâce à son aspect acrobatique.

Quels sont les bienfaits du Breakdance?

Le breakdance apprend des pas de danse. Cette danse peut vous apporter de la souplesse, de la rigueur et de la force. Ainsi, l'idée du dépassement de soi ne vous fera plus peur.

