



# Initiation danse

## RANDAN

1er étage salle d'Accueil  
5 bis Place de la Mairie

Avez-vous déjà imaginé prendre soin de votre santé tout en vous amusant et diminuer vos douleurs en dansant ? C'est la promesse que tient le Tango Santé !

Grâce à cette danse à deux et portés par la musique, vous apprendrez, de manière ludique, non seulement à danser, mais aussi :

- à vous tenir de plus en plus droit et donc à diminuer les douleurs (lombaires et cervicales notamment)
- comment retarder les risques de chutes par la maîtrise de votre équilibre et améliorer votre qualité de vie
- stimuler vos capacités cognitives pour contrer les effets de l'âge.

Séances animées par Nati Tango

**Vendredi 7 Novembre 2025**

**Vendredi 14 Novembre 2025**

**Vendredi 21 Novembre 2025**

**Vendredi 28 Novembre 2025**

**Vendredi 5 Décembre 2025**

14h00-15h00



**Venez dans une tenue confortable, avec des chaussures plates ou à léger talon, sans crampons ni bouts pointus / ballerines, petites baskets idéales. Bouteille d'eau conseillée.**

**Vous n'avez pas besoin de venir avec un partenaire.**

**PARTICIPATION GRATUITE**

**Inscription obligatoire pour l'ensemble des séances auprès du CLIC au 04 73 33 17 64.**

Nombre de places limité - les personnes inscrites s'engagent à venir et à avertir le CLIC dans les meilleurs délais, en cas d'annulation exceptionnelle.