

# De la danse pour se ressourcer



Photo RL.

« On ne rate aucune séance avec Anne, insistent d'un commun accord Laurence, Marie, Cécile et Valérie, car chacune exige une rigueur qui fait du bien au corps et à l'esprit. De plus, en fin de semaine, cela nous permet de décompresser pour passer un bon week-end ». Les quatre dames sont assidues aux cours de danse, certaines depuis 3 ans. Ils sont animés par Anne Wingelinckx, professeur de danse à l'école des Arts de la MJC.

Les exercices proposés se font dans une bonne ambiance à l'aide d'une barre classique et se terminent par une chorégraphie moderne ou contemporaine préparée par l'animatrice et composée de mouvements étudiés « dans le respect des possibilités et des affinités du groupe ». Les cours ont lieu à la salle Voltaire le vendredi de 20h à 21h30 et s'adressent aussi bien aux étudiantes et aux jeunes adultes qu'aux mères de famille.

**Renseignements et inscriptions : MJC, tél.  
03 82 89 90 14, site Internet, [www.mjcvillerupt.fr](http://www.mjcvillerupt.fr)**