

Fac simulé d'un article paru dans le journal « La Montagne »

le 14 janvier 2018



« À la Retraite sportive du Val de Besbre, après les randonnées pédestres, ce sont les activités dansées qui regroupent le plus grand nombre de participants : de 25 à 30 chaque semaine.

La pratique de cette activité contribue au maintien des capacités de coordination, de maîtrise corporelle, de souplesse et aussi de mémorisation.

Annie Renard, l'animatrice, propose un grand choix de danses collectives soit en groupes, soit en couples, soit parfois en ligne. Sur des musiques de styles variés, elle enseigne aux danseurs et danseuses les divers pas et les enchaînements de danses folkloriques françaises ou étrangères mais aussi des valse, des polkas, etc. Cette semaine, il y avait en plus au programme, « le tchic et tchoc » qui est une danse amusante. »