



# Journal des T'Airiens

## Décembre 2020



Danse



Activités



Infos

Joyeux  
**Noël**  
et meilleurs vœux  
de santé  
POUR LA NOUVELLE ANNÉE!



### Expression corporelle

L'expression corporelle est apparue à la fin des années 1960 pendant lesquelles le corps n'est plus considéré comme une seule enveloppe, mais aussi un vecteur d'émotion et de créativité. Elle se situe entre la gymnastique et la danse.

Les séances d'expression corporelle pour les enfants de 2 à 5 ans en classe de maternelle à Champs-sur-Tarentaine, sont simples et très riches. L'animateur

*essaie de développer l'activité physique sous une forme poétique et créative, en osant le lâcher prise. La motricité tient une très grande place dans la petite enfance, et nous aimons proposer des activités où l'enfant agit avec son corps tout entier.*

*Ces activités suscitent le plaisir, l'imaginaire, la créativité et l'engagement des enfants.*

*Sur la commune de Bourg-Lastic, nous avons commencé un cycle de chorégraphie. Afin d'amener l'ensemble de la classe, dès la première séance de danse une forme dynamique et ludique a été mise en place pour éviter les inhibitions.*

*Plusieurs chorégraphies ont été travaillées sur des œuvres de chanteurs comme Keen'V, Maître Gims, Black M etc...*



## **Activités**

*Pendant les vacances, l'association propose des balades en raquette, des promenades en pleine nature... Les séances de gymnastique reprendront début janvier au gymnase du Mont-Dore.*

*Les séances de Pilates et de renforcement musculaire reprendront à fin janvier à la salle des Iles Britanniques.*



## **Infos**

*Pour ce dernier mois de l'année, que nous venons de passer non sans mal, nous avons une pensée pour ceux et celles qui nous ont quittés. Je pense aussi aux associations qui doivent faire face aux difficultés à la suite des restrictions gouvernementales. Il a fallu nous adapter, et nous réinventer.*

*Nous croyons à la force de chacun qui nous permettra de rebondir ensemble pour en sortir plus fort...*

**« Réveillons nos forces, talents et facultés qui dorment en nous;  
échangeons nos idées, écoutons nos pensées et nos émotions pour créer  
ensemble un monde de la pensée positive. »**

**Associativement  
Jean-François & Astrid**