



Le plaisir de bouger en musique

Venez partager un moment convivial en musique, améliorez votre mobilité, votre confiance en vous, votre bien-être à votre rythme!

- Cours ouvert à tous dès 60 ans
- 50 min par semaine, en groupe

Les activités physiques proposées permettent de développer **vos perceptions** et **vos concentration**.

Les exercices simples au rythme de la musique improvisée sollicite les **fonctions simultanées** de la marche et de l'équilibre, tout en faisant appel à la **coordination, la mémoire, l'attention et l'expression de chacun**. Ces exercices moteurs «multitâches» stimulent la fonction exécutive du cerveau et entretiennent sa plasticité.

Des études scientifiques, ont démontré que la pratique régulière de la rythmique peut réduire le risque de chute de plus de 50%. Le réseau de soins Delta (partenaire de plusieurs caisses maladie) ainsi que plusieurs assurances complémentaires prennent en charge une partie de l'écologie.

Nous remercions la fondation Herilis pour son soutien.

HORAIRES ET LIEUX

Jeudi

Lieu: Paroisse Saint Jacques, Av. du Léman 26

14h00 - 14h50 : Tarentelle - Avancé

15h00 - 15h50 : Pavane - Moyen



Vendredi

Lieu: Maison de Quartier Chailly, Av. Vallonnette 12

9h00 - 9h50 : Tarentelle - Avancé

10h00 - 10h50 : Pavane - Moyen

11h00 - 11h50 : Sarabande - Débutant (Nouveau)

Début du cours

Semaine du 4 septembre 2018

Durée du cours

50 minutes (en groupe)

TARIFS ET INFORMATIONS

Tarifs 2018-2019

CHF 600.- par année (32 semaines)

Payable en 2,4 ou 8 acomptes

Renseignements et inscriptions:

www.em-l.ch ou tél.: 021 312 44 41 secrétariat de l'Ecole de musique Lausanne



PROFESSEUR

Mme Arielle Zaugg Brunner

Enseignante de rythmique
Jaques-Dalcroze spécialisation
seniors

Tel: 021 646 25 56

ou a.zaugg_brunner@em-l.ch

BULLETIN D'INSCRIPTION

Tarif 2018 - 2019 - CHF 600.- Par année

Madame Monsieur

Nom : _____ Prénom: _____

Adresse : _____

NPA / Lieu : _____

Email : _____@_____

Tel. Fixe : _____ Natel : _____

Date de naissance ____ / ____ / _____

Semestre payable en 1 fois 2 fois 3 fois 4 fois

COURS

Lieux

Paroisse St Jacques - Jeudi

Maison de quartier de Chailly - **Vendredi**

Horaires

14h00 15h00

9h00 10h00 11h00

Date

Signature

Par la signature de la présente demande d'inscription, j'atteste avoir pris connaissance du règlement et des statuts (www.em-l.ch) et les accepte. Ce bulletin d'inscription vaut comme reconnaissance de dettes au sens de l'art. 82 L.P

Bulletin a retourner à : info@em-l.ch ou à EML, rue Pierre-Viret 10, 1003 Lausanne