

Domaine Forget

STAGE DE DANSE

VÊTEMENTS - DANSE pour les classes et le spectacle

- Ballet classique (filles)** Chaussons de ballet ou bas de couleur neutre
Collant ou pantalon ajusté de couleur neutre
Maillot, camisole ou t-shirt ajusté de couleur neutre
Souliers de pointes (si vous en possédez déjà)
Jupette de ballet (facultatif)
Brassière de sport
- Ballet classique (garçons)** Souliers de ballet ou bas de couleur neutre
Collant ou pantalon ajusté de couleur neutre
Camisole ou t-shirt de couleur neutre
Ceinture de danse (facultatif)
- Méthode RUBBERBAND et Hip-Hop (pour tous)** Plusieurs camisoles et t-shirt variés
Pantalon de sport confortable, collants et/ou pantalons ajustés
Chandail chaud et/ou *hoody*
Espadrille ou souliers de course
Bas de coton

L'important est de porter le vêtement adéquat au style de danse de chaque classe. Ex : vêtements amples et confortables pour le hip-hop et vêtements ajustés pour le ballet.

Autres choses pouvant être utiles :

Matelas de yoga, genouillères, élastique et pinces à cheveux, une bouteille réutilisable, une serviette et une petite trousse d'urgence (pansements adhésifs, crème et baume pour douleur musculaire etc...), des vêtements chauds, un carnet à note et un crayon.