Le Step à la maison

Pas toujours facile de débuter une activité tout seul ou toute seule. Le Step est vraiment une activité ludique ,une chorégraphie sur un support musical, un step une tenue adaptée et le tour est joué .

La vidéo qui suit est réellement bien adaptée au niveau débutant. Daniel un professionnel de l'activité vous propose une chorégraphie progressive avec apprentissage des pas de base .

TAPE UP

GENOU

TALON FESSE

KICK

BASIC

V STEP

MAMBO

Plus une minute à perdre ,au boulot !!!!