

Martine Charles

Martine offre une danse FIT haute énergie qui intègre de multiples types de chorégraphie. Cette séance d'entraînement combine cardio, mouvements puissants et plaisir. Aucune expérience de danse n'est nécessaire pour suivre ce cours.



Martine a commencé à danser vers l'âge de 7 ans. Avec plus de 20 années d'expérience en danse, sa technique d'enseignement va au-delà de partager sa compréhension profonde de la musique, du mouvement et de la culture de la danse. Son style d'enseignement est chaleureux, innovant et grandement admiré dans la communauté de la danse. Elle est diplômée de l'Université d'Ottawa en psychologie et elle possède un certificat international de traduction dans un programme d'immersion latine dans trois pays: l'Argentine, le Chili et le Costa Rica. Elle a obtenu la formation de tango à Buenos Aires, en Argentine. Elle a également obtenu une formation de danse folklorique vénézuélienne, salsa, merengue, bachata, cha-cha, danse Stomp, hip-hop et break dance au fil des ans.

En tant qu'instructrice de conditionnement physique de groupe, de conditionnement de Zumba et chorégraphe, Martine enseigne à ses étudiants la capacité d'adapter le style de leur danse à celle de la musique et de créer une danse dynamique. Elle est audacieuse, honnête, polyvalente et 'funky', son mouvement reflète sa personnalité. Martine est habile dans l'élaboration des programmes de danse ainsi que dans la gestion de théâtres professionnels de danse. En fait, Martine prendra une année sabbatique de sa carrière afin de consacrer ses énergies dans la danse, le conditionnement physique et la nutrition. De plus elle est une maman célibataire d'une fille de 2 ans, la nouvelle danseuse dans la famille.