

Danse le hip-hop
La choré
La wave\avec les bras
La wave\du corps
Petits flex
Grands flex
Déplacements\gauche-droite
Déplacements\avant-arrière
Les slides
Le baby\freeze
Rembobine
Retour rapide
Pause
Play
Ralenti
Avance rapide
La choré
La wave avec les bras
La wave du corps
Petits flex
Grands flex
Déplacements gauche-droite
Déplacements avant-arrière
Les slides
Le baby freeze

Genial, des cours de hip-hop dans Mobiclic ! Depuis que j'ai suivi les cours de Ben, je me la donne en soirée. Ratibelle en est restée baba d'admiration.

C'est simple, clique sur les casquettes pour lancer les leçons en vidéos. Et sur les baskets pour voir la chorégraphie dans son ensemble. N'oublie pas de t'échauffer ! Cours dix minutes devant

ton ordinateur, la ira. C'Est ^ toi !

[#_TITRE [1, 17]]

[#_BULLES 0, "IB_VIDEO01" [18, 25], "IB_VIDEO02" [27, 47],
"IB_VIDEO03" [49, 64], "IB_VIDEO04" [66, 76], "IB_VIDEO05" [78,
88], "IB_VIDEO06" [90, 115], "IB_VIDEO07" [117, 142],
"IB_VIDEO08" [144, 153], "IB_VIDEO09" [155, 168], "IB01" [170,
178], "IB02" [180, 192], "IB03" [194, 198], "IB04" [200, 203],
"IB05" [205, 211], "IB06" [213, 225]]

[#_BOUTONS 0]

[#_LEG 0, "LM01" [226, 234], "LM02" [236, 256], "LM03" [258,
273], "LM04" [275, 285], "LM05" [287, 297], "LM06" [299, 324],
"LM07" [326, 351], "LM08" [353, 362], "LM09" [364, 377]]

[#_A 0, #_AIDE [378, 379]]

[#_I 0, #_INFO [380, 380]]

[#_D 0]

[#_COMMENTS 0, "BID106_00_01" [381, 533], "BID106_00_02"
[535, 764]]