



PLANNING GENERAL EDS (non contractuel minimum 8 inscriptions pour maintenir un cours, alors n'attendez pas pour manifester votre intérêt)

Pass fitness choisissez 1 cours (base de remboursement) et venez à tous les cours maintenus (contenu du cours selon les séances pour varier ! **WORKOUT DANCE / STEP DANCE / CAF / RMG**)

1 cours ou Pass fitness (voir tarifs)

Cours danse enfants

Cours danse ados ou adultes

Cours pilates

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENREDI

SAMEDI

9H

**Pass FITNESS
Dance workout
+CAF/STEP**

10H

PILATES

**9H 15 Pass FITNESS
Jeunesse du dos**

9 H

HIP - HOP 7 -10 ans

10 H

HIP - HOP 11 - 17 ans

11 H

**HIP - HOP adultes
Débutant -inter**

12 H

durée 1H30

HIP - HOP

*(musculation spécifique pour cette danse
+ free style)*

Ados - adultes avancés

Séances d'électrostimulation avec coach sur RDV 06.24.02.57.38

**ROCK N' ROLL & SALSA
adultes ont lieu**

**A la maison des associations
(voir planning danse à 2)**

**17H00 BB danseurs
4/5 ans**

**17H45 BB danseurs
5/6 ans**

**18H30
JAZZ Contemporain**

**19H30 Pass FITNESS
Dance workout
+ CAF + STEP**

**19H PILATES
+ relaxation**

**20H PILATES
+ relaxation**

**15H45 STREET JAZZ
7/10 ans**

**16H00 STREET JAZZ
11/12 ans**

**17H30 STREET JAZZ
13/14 ans**

**18H30 STREET JAZZ
15/17 ans**

19H30 SHOW DANCE (1h15)

20H45 SHOW DANCE (1h15)

**17H00 STREET JAZZ
12/14 ans**

**18H00 STREET JAZZ
15/17 ans**

19H30 SHOW DANCE (1h15)

20H45 SHOW DANCE (1h15)

**17H 15 URBAN street
8/13 ans**

**18H15 LADY STYLE
Inter Ados-adultes**

**19H15 LADY STYLE
Débutants Ados -adultes**

**Apprendre
une danse
pensez aux stages**

**COUNTRY
LINE DANCE
ROCK N'ROLL
SALSA
&
W-E
REMISE EN FORME
ETC...**

**Voir rubrique
stages**