

**PLANNING GENERAL EDS** ( non contractuel minimum 8 inscriptions pour maintenir un cours , alors n'attendez pas pour manifester votre intérêt)  
 Attention les cours de DANSE à 2 adultes sont donnés à la maison des associations au centre du village à 3 mn à pied d'EDS voir planning danses à 2  
**ROCK - SALSA & WEST COAST SWING**

**LUNDI**

**MARDI**

**MERCREDI**

**JEUDI**

**VENREDI**

**SAMEDI**

**9H FITNESS**  
Dance work out + CAF  
Selon les séances

**9H30 FITNESS**  
Renforcement musculaire avec  
ou sans charge

**9H30 FITNESS**  
Jeunesse du dos

**9H30 FITNESS**  
Dance work out (Selon les séances)

**9 H**  
HIP - HOP 7 - 10 ans

**10H PILATES**  
+ relaxation

**10H30**  
ROCKN' ROLL enfants  
7-13 ANS

**10 H**  
HIP - HOP 11 - 17 ans

**11 H**  
HIP - HOP Ados - adultes  
Débutant -inter

**12h15 -13h FITNESS**  
Dance work out + CAF +STEP  
Selon les séances

**12h15 -13h FITNESS**  
Dance work out + STEP + CAF  
Selon les séances

**12 H**  
HIP - HOP Ados - adultes  
avancés

1

**17H00 BB danseurs**  
4 ans

**17H CHEERLEADING**  
7/8 ans

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

**16H30 STREET JAZZ**  
11 /12 ans

**17H DANCE KIDS**  
7/8 ans

**17H45 BB danseurs**  
5 ans

**18H CHEERLEADING**  
9 / 14 ans

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

**17H30 STREET JAZZ**  
11 /12 ans

**17H45 DANCE HALL**  
ADOS /ADULTES

**18H30 JAZZ Ados- Adultes**  
DEBUTANTS

**19H CHEERLEADING**  
15 /18 ans

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

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

**18H45 HEELS**  
ADOS /ADULTES

**19H30 FITNESS**  
Dance work out + CAF + STEP

**20H PILATES**  
+ relaxation

**19H30 SHOW DANCE ( 1h15)**  
Adultes

**19H30 SHOW DANCE ( 1h15)**  
Adultes

**19H45 FITNESS**  
Dance workout + CAF + STEP

**20H45 GIRLY-HEELS ( 1h15)**  
Adultes

**20H45 SHOW DANCE ( 1h15)**  
Adultes

**EN STAGES réguliers**  
consulter le planning « STAGES »  
  
**COUNTRY / LINE DANCE**  
**ROCK N'ROLL ADOS ADULTES**  
**SALSA**  
**BACHATA**  
**W-E REMISE EN FORME**  
ETC...