

# PLANNING DES COURS

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Samedi

## Eveil : Danser aux sons et rythmes de son corps

Baby Gym 3 ans

16h-16h45

4 ans

9h-9h45

5 ans

17h-18h

9h45-10h45

## Initiation : le corps habile et coordonné

Danse 6 ans

10h45-11h45

Danse 7 ans

11h45-12h45

Danse 8/9 ans

14h-15h

## Le corps en danse : Contemporain

10/11 ans

15h-16h30

11/12 ans

16h45-18h15

12/13 ans

16h30-18h

Ado-Lycée

18h15-19h45

Adultes tous niveaux

20h45-22h15

10h15-11h45

## Le corps en danse : Modern-Jazz

11/13 ans

18h-19h

14/17 ans

19h-20h30

18 ans/adultes

20h30-22h

## Bien-Être du corps : Harmoniser son corps

Gym sénior

20h-21h30

10h30-12h

Stretching

9h30-10h30

9h15-10h15

Pilâtes

19h45-20h45

Feldenkraïis

10h30-11h30

Barre au sol  
contemporaine

19h-20h