

# PROGRAMME COURS 2018-2019

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
-------	-------	----------	-------	----------	--------

## *Eveil : danser aux sons et rythmes de son corps*

Baby gym 3 ans			15h45-16h30			9h-9h45
Danse 4 ans			15h-15h45			9h45-10h30
Danse 5 ans			14h-15h			10h30-11h30

## *Danse*

### *Le corps en danse : Contemporain*

6 ans			16h30-17h30			14h45-15h45
7 ans			17h30-18h30			13h45-14h45
8 ans			17h30-18h30			11h30-12h30
9 ans						15h45-16h45
10/11 ans						16h45-18h15
12/13 ans	18h-19h30					
14/15 ans		18h-19h30				
16 ans			18h30-20h			
17/19 ans					18h30-20h	
Adulte tous niveaux		20h30-22h			10h15-11h45	
Adulte avancé			20h-22h			

### *Le corps en danse : Modern jazz*

8/10 ans				17h-18h		
11/13 ans				18h-19h15		
14/16 ans				19h15-20h45		
Jazz 17 ans/ adulte				20h45-22h15		

### *Bien-être du corps : Harmoniser son corps*

Stretching		9h30-10h30			9h15-10h15	
Pilates		19h30-20h30				
Barre au sol	9h-10h30					
Maintien	19h30-21h					
Méthode Feldenkrais		10h30-11h30				
Gym senior	10h30-12h					