

HORAIRES – SAISON 2023-2024

ADULTES - DANSES EN COUPLE

DANSES DE SALON (Rock / Valse / Tango / Cha Cha ...)

Débutant 1	Mercredi	19h30 - 20h30
Perfectionnement 2	Mercredi	20h30 - 21h30
Avancé 3	Mercredi	19h30 - 20h30
Avancé 3+	Vendredi	19h30 - 20h30
Avancé 4	Vendredi	20h30 - 21h30

ROCK

Débutant 1	Mercredi	20h30 - 21h30
Intermédiaire 2	Jeudi	19h30 - 20h30
Avancé 3	Jeudi	20h30 - 21h30

SALSA CUBAINE

Débutant 1	Mardi	19h30 - 20h30
Intermédiaire 2	Mardi	20h30 - 21h30
Avancé 3	Jeudi	19h30 - 20h30

BACHATA

Débutant 1	Lundi	20h30 - 21h30
Intermédiaire 2	Lundi	21h30 - 22h30

FITNESS

ADBOS FESSIERS / STRETCHING / STEP

Abdos-fessiers	Lundi	18h30 - 19h15
	Jeudi	18h30 - 19h15
Stretching	Mercredi	18h30 - 19h15
	Vendredi	18h30 - 19h15
Tabata	Mardi	18h30 - 19h15

GYM POSTURALE

Gym Posturale (méth. PILATES)	Samedi	17h00 - 18h00
--------------------------------------	--------	---------------

ADULTES - DANSES DE GROUPE

DANCE HALL

Dance Hall Adultes	Mardi	19h30 - 20h45
---------------------------	-------	---------------

MODERN JAZZ

Débutant	Samedi	12h30 - 13h45
Intermédiaire	Lundi	19h15 - 20h30
Avancé	Lundi	20h30 - 21h45

DANSE CLASSIQUE

Débutant	Samedi	10h00 - 11h15
Intermédiaire / Avancé	Samedi	11h15 - 12h30

LADY STYLING

Lady Styling	Lundi	19h30 - 20h30
---------------------	-------	---------------

ENFANTS / ADOLESCENTS

MODERN JAZZ

Enfant (7-11 ans)	Mercredi	16h00 - 17h00
Ado (12-15 ans)	Mercredi	15h00 - 16h00

DANCE HALL

Enfant (7-11 ans)	Mardi	17h15 - 18h15
Ado (12-15 ans)	Mardi	18h15 - 19h15

ÉVEIL / INITIATION / CLASSIQUE

Éveil Danse (4-5 ans)	Mercredi	14h00 - 15h00
	Samedi	14h00 - 15h00
Initiation Danse (6-7 ans)	Mercredi	15h00 - 16h00
	Samedi	15h00 - 16h00
Danse Classique (8-11 ans)	Samedi	16h00 - 17h00

Merci de changer de chaussures avant d'entrer dans la salle de danse