

## HORAIRES – SAISON 2024-2025

### ADULTES - DANSES EN COUPLE

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

<b>Débutant 1</b>	Mercredi	19h30 - 20h30
<b>Perfectionnement 2</b>	Mercredi	20h30 - 21h30
<b>Avancé 3</b>	Mercredi	19h30 - 20h30
<b>Avancé 3+</b>	Vendredi	19h30 - 20h30
<b>Avancé 4</b>	Vendredi	20h30 - 21h30

#### ROCK

<b>Débutant 1</b>	Mercredi	20h30 - 21h30
<b>Intermédiaire 2</b>	Jeudi	19h30 - 20h30
<b>Avancé 3</b>	Jeudi	20h30 - 21h30

#### SALSA CUBAINE

<b>Débutant 1</b>	Mardi	19h30 - 20h30
<b>Intermédiaire 2</b>	Mardi	20h30 - 21h30
<b>Avancé 3</b>	Jeudi	19h30 - 20h30

#### BACHATA

<b>Débutant 1</b>	Lundi	20h30 - 21h30
<b>Intermédiaire 2</b>	Lundi	21h30 - 22h30

### FITNESS

#### ADBOS FESSIERS / STRETCHING / STEP

<b>Abdos-fessiers</b>	Lundi	18h30 - 19h15
	Jeudi	18h30 - 19h15
<b>Stretching</b>	Mercredi	18h30 - 19h15
	Vendredi	18h30 - 19h15
<b>Tabata</b>	Mardi	18h30 - 19h15

#### GYM POSTURALE

<b>Gym Posturale (méth. PILATES)</b>	Samedi	17h00 - 18h00
--------------------------------------	--------	---------------

### ADULTES - DANSES DE GROUPE

#### DANCE HALL

<b>Dance Hall Adultes</b>	Mardi	19h30 - 20h45
---------------------------	-------	---------------

#### MODERN JAZZ

<b>Débutant</b>	Samedi	12h30 - 13h45
<b>Intermédiaire</b>	Lundi	19h15 - 20h30
<b>Avancé</b>	Lundi	20h30 - 21h45

#### DANSE CLASSIQUE

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

#### LADY STYLING

<b>Lady Styling</b>	Lundi	19h30 - 20h30
---------------------	-------	---------------

### ENFANTS / ADOLESCENTS

#### MODERN JAZZ

<b>Enfant (7-11 ans)</b>	Mercredi	16h00 - 17h00
<b>Ado (12-15 ans)</b>	Mercredi	15h00 - 16h00

#### DANCE HALL

<b>Enfant (7-11 ans)</b>	Mardi	17h15 - 18h15
<b>Ado (12-15 ans)</b>	Mardi	18h15 - 19h15

#### ÉVEIL / INITIATION / CLASSIQUE

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

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