

PLANNING DANSE 2022-2023

Professeur : ISABELLE

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
		13h45-15h00 JAZZ élémentaire 13-14-15 ans			10h00-11h00 CLASSIQUE ados/adultes
		15h00-16h00 JAZZ 10-11 ans			11h00-12h30 JAZZ intermédiaire
		16h00-17h00 Initiation 6-7 ans		17h45-18h30 STREET 1 plus de 10 ans	
17h30-18h30 JAZZ non débutants 8 1/2-9ans	17h30-18h15 JAZZ 8 ans	17h00-17h45 EVEIL 4-5 ans		18h30-19h15 STREET 2	
				19h15-20h00 STREET 3	
	19h45-21h15 MODERNE 2+ JAZZ 2 adultes	19h45-20h45 JAZZ 1 adultes		20h00-20h45 STREET 4	

PLANNING FITNESS 2021-2022

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
10h00-10h45 STRETCH			10h00-10h45 STRETCH	10h00-11h00 Renforcement Musculaire mode PILATES	
10h45-11h30 GYM BALL			10h45-11h30 Renforcement Musculaire		
18h30-19h15 Renforcement Musculaire	18h15-19h15 Renforcement musculaire mode PILATES	18h15-19h00 CARDIO DANCE	18h30-19h15 TRAM POLINE		
19h15-20h15 ZUMBA	19h15-19h45 Pound ou Trampoline selon la demande	19h00-19h45 FIT BALL	19h15-20h15 BACHATA avec JULIO		
20h15-21h15 ZUMBA			20h15-21h15 SALSA avec JULIO		