

Horaire Ados - Adultes 01/09/2020 - 27/06/2021

LUNDI		MARDI		MERCREDI	
Studio Loft	Studio Cosy	Studio Loft	Studio Cosy	Studio Loft	Studio Cosy
9.00 - 10.15 Body & Mind		9.00 - 10.15 Yoga Vinyasa 1+2			
10.30 - 12.00 Classique Prof		10.30 - 12.00 Classique Prof		10.30 - 12.00 Classique Prof	
12.15 - 13.45 Contemporain Prof	12.30 - 13.30 Barre au Sol 1	12.15 - 13.45 Contemporain Prof	12.30 - 13.30 Dynamic Stretch 1+2	12.15 - 13.30 Contemporain Prof	
18.15 - 19.30 Classique 3	18.30 - 19.30 Africain 1+2	18.30 - 19.30 Contemporain 2	18.30 - 19.30 Hip Hop Tech Tous niveaux	18.15 - 19.30 Classique 3	18.30 - 19.30 Africain 1
19.30 - 20.30 Dynamic Stretch 1+2	19.30 - 20.30 Africain 2+3	19.30 - 20.30 Contemporain 2+3	19.30 - 20.30 Hip Hop 1+2	19.30 - 20.30 Contemporain 1	19.30 - 20.30 Africain 1&2

EXPLICATIONS des NIVEAUX

1 = initiation 2 = débutant avec notions 3 = moyen Prof = avancé & professionnel

JEUDI		VENDREDI		SAMEDI	
Studio Loft	Studio Cosy	Studio Loft	Studio Cosy	Studio Loft	Studio Cosy
9.00 - 10.15 Yoga Vinyasa 1+2		9.00 - 10.15 Body & Mind		10.00 - 11.15 Classique 3	10.30 - 11.30 Dance mix
10.30 - 12.00 Classique Prof		10.30 - 12.00 Classique Prof		11.30 - 12.30 Barre au Sol 1	11.30 - 12.30 Oriental 1
12.15 - 13.45 Contemporain Prof	12.30 - 13.30 Dynamic Stretch 1+2	12.15 - 13.45 Contemporain Prof	12.30 - 13.30 Barre au Sol 1	12.30 - 13.30 Africain 2	12.30 - 13.30 Oriental 2
18.30 - 19.30 Contemporain 2	18.30 - 19.30 Hip Hop 1+2	18.30 - 19.30 Classique 1	18.30 - 19.30 Feldenkrais	13.30 - 14.30 Africain 3	13.30 - 14.30 Contemporain 1
19.30 - 20.30 Contemporain 2+3	19.30 - 20.30 Hip Hop 2	19.30 - 20.30 Classique 1+2	19.30 - 20.30 Feldenkrais	14.45 - 16.00 Afro contemp 3	14.45 - 16.00 Acro-Mouvement

CLASSIQUE - CONTEMPORAIN - HIP HOP - DANSE AFRICAINE - ORIENTALE

DANCE MIX - ACRO MOUVEMENT - BARRE AU SOL - DYNAMIC STRETCH - PILATES

FELDENKRAIS - YOGA VINYASA - BODY & MIIND - CHANT - GUITARE