

Horaires 2023-2024

(valable dès le 23 août 2023)

	Lundi			Mardi				Mercredi				Jeudi				Vendredi			Samedi	
	Grande salle	Petite salle		Grande salle	Petite salle	Condition Physique		Grande salle	Petite salle	Condition Physique		Grande salle	Petite salle	Condition Physique		Grande salle	Petite salle		Grande salle	Petite salle
8h15				Swiss Ball +Online								Pilates +Online				Swiss Ball +Online				
9h00				Zumba													Jazz débutant		Condition Physique	Minis / Contempo 45 min
12h15	Yoga	Step & Sculpt		Pilates +Online					Afroboost			Antigravity				TRX	Pole Dance* (initiation)		10h00 Bungee (sur inscription)	10h00 Pole Dance initiation (sur inscription)
13h30								Mini 3-5ans 45 min	Hip Hop Enfants 9-12 ans										11h Afroboost	
14h30									Hip Hop Kids 6-8ans										Dimanche	
																			Grande salle	Petite salle
15h15								15h30 hip- hop 12- 15ans	Contempo. Kids 7-12 ans											
16h00									Pilates 16h30 45min								Minis 3-5ans 45 min	Hip Hop Kids 6-8 ans		
17h00	Zumba			Technique ado- adulte					Step (avancé)	Condition Physique ROLLO		Pilates +Online	Hip Hop Enfants 9-12 ans			KIDS prép. troupe	Troupes			
18h00	Pilates +Online	Lady Style dès 12 ans	Garderie	Bungee	Hip Hop	18h15 CAF 45min		Fusion Contempo	Heels			Hip-Hop New style	Contemporain	Trampo & Renfo			Antigravity			
19h00	Funk Styling	Pole Dance (inter)		House (Inter-avancé)	Contemporain adulte			Dancehall	Modern Jazz 75 min			Souplesse 45min	Heels 75min				Pole Dance déb./ Pole ART			
20h00	House (déb-inter)	Pole Dance (technique)			Pump Condition physique			20h00 Street Jazz 90min	20h15 Hip Hop +25 ans											



Minis : 3-5 ans Kids : 6-8 ans Enfants : dès 9 ans