

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>ABDOS-FESSIERS-CUISSSES / TOTAL BODY</b>	18h30-19h30 (1) <i>Karyne Abdos / Fessiers / Cuisses</i>	12h15-13h15 <i>Nathalie Total Body</i>	12h15-13h15 (2) <i>Nathalie Abdos / Fessiers / Cuisses</i>		
<b>ANGLAIS</b>		18h-19h15 <i>Intermédiaires</i> 19h15-20h30 <i>Conversations</i>			17h-18h <i>Enfants débutants</i> 18h-19h15 <i>Enfants confirmés</i>
<b>ARGOS</b>	Créneau 1 h sur rendez vous				
<b>ATELIER CHORÉGRAPHIQUE</b>				21h-22h Maison des Arts	
<b>ATELIER DETENTE-BIEN-ÊTRE ENFANTS</b>			14h-15h30 <i>1 fois par mois</i>		
<b>BACHATA</b>			18h30-19h30 <i>Intermédiaires</i> 20h30-21h30 <i>Débutants</i>		
<b>CORDE A SAUTER / TRAMPOLINE</b>			17h15-18h15 <i>Enfants</i>		
<b>COUTURE</b>				9h-12h (1) 14h-17h (2)	
<b>CRÉATION DÉCO</b>		14h-17h			
<b>DANSE AFRICAINE COUPÉ-DÉCALÉ</b>		18h-19h <i>Débutants</i> 19h-20h30 <i>Confirmés</i> <i>Coupé / Décalé</i> Théâtre		19h15-20h45 <i>Danse Africaine</i> Maison des Arts	
<b>DANSE DE SALON</b>				19h-20h Maison des arts	
<b>DANSE ORIENTALE</b>		19h-20h30 <i>Avancés</i>			19h-20h30 <i>Ateliers Chorégraphiques (2 fois/mois)</i>
<b>DANSE POLYNESIENNE</b>				17h-18h <i>Enfants Débutants + 2eme année</i> 18h-19h <i>Adultes</i>	17h-18h <i>Enfants Confirmés</i>
<b>ESPAGNOL</b>	17h-18h30 <i>Débutants-Intermédiaires</i> 18h30-20h <i>Intermédiaires-Avancés</i>				
<b>ÉVEIL A LA DANSE</b>			16h15-17h		
<b>FIT FORME</b>	18h35-19h35 (1) <i>Strong aéro</i>	18h-19h (2) <i>Step</i> 19h-20h (3) <i>Boxing</i>		17h45-18h45 (4) <i>Trampoline</i>	18h-19h (5) <i>Jump Rope</i>
<b>GUIAIRE- « Cours Suspendu »</b>	17h-18h <i>Enfants / Adultes</i> Débutants 18h-19h <i>Enfants / Adultes</i> Intermédiaires 19h-20h <i>Enfants / Adultes</i> Confirmés				

ITALIEN		17h30-19h <i>Intermédiaires</i>		17h-18h30 <i>Avancés</i> 18h30-20h <i>Débutants</i>	
KIZOMBA EVOLUTIVE			19h30-20h30		
LADIES STYLE			18h30-19h45 <i>Ladies Style</i> Maison des Arts		
MIX MODERN JAZZ / DANSE CONTEMPORAINE			17h15-18h15 <i>Enfants 8 / 11 ans</i> 18h15-19h45 <i>Ados / Adultes</i> Maison des Arts		
MOSAÏQUE		17h30-20h30 (1)	13h30-16h30 (2)		13h30-16h30 (3)
PAUSE DÉTENTE RELAXATION	12h15-13h15 (1) 14h-15h (2) Maison des Arts			17h15-18h15 (3) 18h15-19h15 (4) Maison des Arts	10h-11h (5) Maison des Arts
PATCHWORK / ATELIER LIBRE	13h30-16h30				
PEINTURE ADULTES	14h-16h30 (1) 17h30-20h (2)			17h30-20h (3)	
PEINTURE ENFANTS			13h30-15h <i>7/9 ans</i> 15h30-17h <i>+ 9 ans</i>		
PERCUSSIONS			18h-19h30		
PILATES	17h30-18h30 (1) <i>Nathalie</i> 19h40-20h40 (2) <i>Karyne</i>		13h30-14h30 (3) <i>Nathalie</i>		12h15-13h15 (4) 13h30-14h30 (5) <i>Karyne</i>
POTERIE	14h-17h (1) 17h-20h (2)	14h-17h (3) 17h-20h (4)	13h30-15h30 <i>Enfants</i> 17h-20h Adultes (5)	9h-12h (6)	
PTI'POLYGLOTTE		17h-18h			
QI GONG				10h-11h30 (1) 14h-15h30 (2)	
ROCK				18h-19h <i>Débutants</i> 20h-21h <i>Intermédiaires</i> Maison des Arts	
SALSA				19h-20h <i>Débutants</i> 20h-21h <i>Intermédiaires</i>	
SCRABBLE	14h-16h30				
STRETCHING		13h30-14h30			
YOGA		14h-15h15 (1) 15h30-16h45 (2)		19h10-20h25 (3) 20h30-21h45 (4)	
ZUMBA	19h45-20h45 (1) <i>Zumba</i>		19h45-20h45 (2) <i>Zumba</i> Maison des Arts		
ZUMBA ADOS			17h15-18h15		

