



JOURS / SALLES	HORAIRES	COURS	NIVEAU
LUNDI			
<u>Salle de Danse</u> Espace Bel Air avec Marie-Hélène .	17h30 - 18h30	Modern'Jazz New Style	7 - 10 ans
	18h30 - 19h30	Modern'Jazz New Style	10 - 13 ans
	19h30 - 21h00	Afro Jazz avec musicien	Ados - Adultes
MARDI			
<u>Salle de Danse</u> Espace Bel Air avec Marie-Hélène .	9h30 - 10h30	Gym Bien-Être	Adultes-Séniors
	10h30 - 11h30	Gym Bien-Être Séniors	Adultes-Séniors
<u>Salle de Danse</u> Espace Bel Air avec Marie-Hélène .	17h30 - 18h30	Initiation à la danse	6 - 8 ans
	18h30 - 19h30	Modern'Jazz New Style Contempo	13 - 16 ans
	19h30 - 20h30	Modern'Jazz	Ados - Adultes // Niveau 1
	20h30 - 22h	Modern'Jazz + ateliers de création chorégraphique	Adultes // Niveau 2
<u>Salle de la Luzerne</u> avec Fabienne	19h00 - 20h15	Hatha Yoga	Adultes-Séniors
MERCREDI			
<u>Dojo de Bel Air</u> avec Marie-Hélène .	9h00 - 10h00	Body Zen (Pilates, yoga, stretching)	Adultes-Séniors
<u>Salle d'Evolution</u> Nouveau collège du Haillan avec Marie-Hélène .	17h00 - 17h45	Éveil à la danse (découverte ludique des bases fondamentales de la danse Jazz, classique)	3 - 4 ans Passerelle possible avec l'ALSH Luzerne
	17h45 - 18h30	Éveil à la danse (découverte ludique des bases fondamentales de la danse Jazz, classique)	5 - 6 ans Passerelle possible avec l'ALSH Luzerne
	18h30 - 19h30	Modern'Jazz Contempo	7 - 11 ans
	19h30 - 20h30	BodyZen (Pilates, yoga, stretching)	Ados-Adultes
	20h30 - 21h30	CAF / ZumDanse	Ados-Adultes
JEUDI			
<u>Salle de Danse</u> Espace Bel Air avec Marie-Hélène .	9h30 - 10h30	Gym Bien-Être / Stretch Séniors	Adultes-Séniors
<u>Salle d'Evolution</u> Nouveau collège du Haillan avec Marie-Hélène .	17h30 - 18h30	Initiation à la danse	6 - 8 ans Passerelle possible avec l'APS Luzerne
	18h30 - 19h30	Modern'Jazz Contempo	9 - 12 ans
	19h30 - 20h30	CAF / ZumDanse	Ados-Adultes
	20h30 - 21h30	Multi Gym	Adultes
<u>Salle de la Luzerne</u> avec Fabienne	19h30 - 20h45	Hatha Yoga	Adultes-Séniors
	20h50 - 22h05	Hatha Yoga Doux	Adultes-Séniors
SAMEDI			
<u>Salle de la Luzerne</u> avec Mélanie ou Fabienne (1 fois/mois)	10h00 - 11h15	Hatha Yoga Matinal	Adultes-Séniors

