



JOURS / SALLES	HORAIRES	COURS	NIVEAU
LUNDI			
<u>Salle de Danse</u> Espace Bel Air	17h30 - 18h30	Modern'Jazz New Style	7 - 10 ans
	18h30 - 19h30	Modern'Jazz New Style	10 - 15 ans
	19h30 - 21h30	Afro Jazz avec musicien * + atelier de percussion corporelle	Ados - Adultes
MARDI			
<u>Salle de Danse</u> Espace Bel Air	10h15 - 11h30	Hatha Yoga	Adultes-Séniors
<u>Salle de Danse</u> Espace Bel Air	17h30 - 18h30	Initiation à la danse	6 - 8 ans
	18h30 - 19h30	Modern'Jazz/Contempo	7 - 12 ans
	19h30 - 20h30	Modern'Jazz	Ados - Adultes // Niveau 1
	20h30 - 22h	Modern'Jazz + atelier de création chorégraphique	Adultes // Niveau 2
<u>Salle de la Luzerne</u>	19h00- 20h15	Hatha Yoga	Adultes-Séniors
MERCREDI			
<u>Salle de Danse</u> Espace Bel Air	9h00 - 10h00	Body Zen (Pilates, yoga, stretching)	Adultes-Séniors
<u>Salle d'Evolution</u> Collège Andrée CHEDID	17h00 - 18h00	Éveil à la danse (découverte ludique des bases fondamentales de la danse Jazz, classique)	3 - 4 ans Passerelle possible avec l'ALSH Luzerne
	18h00 - 19h00	Éveil à la danse (découverte ludique des bases fondamentales de la danse Jazz, classique)	5 - 6 ans Passerelle possible avec l'ALSH Luzerne
	19h30 - 20h30	BodyZen (Pilates, yoga, stretching)	Ados-Adultes-Séniors
	20h30 - 21h30	CAF(15 min) / Mouv Danse (45 min)	Ados-Adultes
JEUDI			
<u>Salle de Danse</u> Espace Bel Air	9h30 - 10h30	Gym Bien-Être / Stretching	Adultes-Séniors
	10h30 - 11h30	Gym Bien-Être / Stretching	Adultes-Séniors
<u>Salle d'Evolution</u> Collège Andrée CHEDID	17h15 - 18h15	Danse Jazz	7 - 10 ans Passerelle possible avec l'APS Luzerne
<u>Salle de la Luzerne</u>	19h30 - 20h45	Hatha Yoga	Adultes-Séniors
 VENDREDI			
<u>Salle d'Evolution</u> Collège Andrée CHEDID	18h30 - 19h30		Ados-Adultes
SAMEDI			
<u>Salle de la Luzerne</u>	10h00 - 11h15	Hatha Yoga Matinal	Adultes-Séniors

*Le cours d'Afro Jazz durant 2 heures, il nécessitera de prendre l'option « cours illimités » lors de l'inscription, permettant aussi d'avoir accès à tous les autres cours dispensés dans l'association.