



PLANNING 2025-2026

L'INTÉGRATION D'UN ÉLÈVE DANS UN COURS SERA LAISSÉ À L'APPRÉCIATION DU PROFESSEUR EN FONCTION DE SON NIVEAU
*HIIT : ENTRAÎNEMENT FRACTIONNÉ DE HAUTE INTENSITÉ
**ART DE LA SCÈNE : CHANT THÉÂTRE MUSIQUE EXPRESSION SCÉNIQUE, COMÉDIE MUSICALE (CELINE : 06 34 39 29 19)
***COURS PARTICULIER : D'AUTRES CRÉNEAUX DISPONIBLES SE RAPPROCHER DU PROFESSEUR (ANGELINA : 06 66 56 42)

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

	STUDIO ÉNERGIE	STUDIO DARPE DIEM	STUDIO ÉNERGIE	STUDIO DARPE DIEM	STUDIO ÉNERGIE	STUDIO ÉNERGIE	STUDIO ÉNERGIE	STUDIO ÉNERGIE
09:00								
10:00						9H30-10H30 PILATES		
11:00						10H30-11H MEDITATION GUIDÉE		
12:00						11H15-12H15 COURS PARTICULIER***		AFRO WORKOUT
13:00	12H30-13H30 PILATES		12H30-13H30 DANSE ADULTES TOUS NIVEAUX			12H30-13H30 FITNESS - HIIT*		
14:00								
15:00								
16:00								
17:00					BALLET CHOREO 8-15 ANS	16H15-17H15 DANSE ADULTES TOUS NIVEAUX		
18:00	PILATES		EVEIL 4-5 ANS		AFRO KIDS 8-11 ANS	17H15-18H EVEIL CORPOREL 3 ANS		
19:00	INITIATIONS 6-7 ANS	ART DE LA SCÈNE** 8-15 ANS	HIP HOP ELEMENTAIRE 8-10 ANS		AFRO ADOS 12-15 ANS	JAZZ ELEMENTAIRE 8-10 ANS	LYRICAL ENFANTS 8-12 ANS	
20:00	19H30-20H30 AFRO ADOS ADULTES	JAZZ INTER +11 ANS	HIP HOP INTER +11 ANS		19H-20H15 AFRO ADULTES +16 ANS	DANSE ET MVT LIBERATEUR EN CONSCIENCE	LYRICAL ADOS/ADULTES +13 ANS	
21:00		JAZZ ADULTES TOUS NIVEAUX	AFRO WORKOUT	DANSE ET MVT LIBERATEUR EN CONSCIENCE		PILATES	COMMERCIAL ADOS/ADULTES +13 ANS	