

PLANNING DES ATELIERS 2024-2025

LUNDI

MERCREDI

VENDREDI

Éveil 4-5 ans

mercredi de 16h15 à 17h15 – E.E.S.

Un travail ludique auprès des enfants pour aborder en douceur les fondamentaux de la danse : musicalité, rythme, gestuelle et espace.

Initiation 6-8 ans

mercredi de 15h à 16h – E.E.S.

Les enfants abordent la danse de façon plus technique : mémorisation, posture et gestuelle.

Atelier de perfectionnement

mercredi de 17h30 à 18h45 – E.E.S.

Les enfants de ce cours ont acquis un certain niveau et approfondissent leur technique.

Street-dance pré-ados et ados

9/12 ans : mercredi de 18h45 à 19h45 – E.E.S.

Ados : mercredi de 19h45 à 21h – E.E.S.

Cette gestuelle mêse diverses danses avec le hip-hop, avec ses isolations et ses blocages.

Renforcement musculaire (Pilates)/Etirements

lundi de 18h15 à 20h15 (2) - Conservatoire

vendredi de 12h à 13h15 – E.E.S.

Cet atelier s'appuie sur la technique PILATES. L'activité est ouverte à tous et permet un renforcement musculaire allié à une détente globale et un réajustement de la posture.

Body Care

Mercredi de 14h15 à 15h – E.E.S.

Une séance de cardio modéré qui s'appuie sur des mouvements gymniques et dansés. Pour tous les publics.

18h15-19h15
19h15-20h15

Pilates

20h15-21h30
Danse adultes

14h15 – 15h Body Care

15h -16h Initiation (6/8 ans)

16h15-17h15 Eveil (4/5 ans)

17h30-18h30 Atelier perfectionnement

18h45-19h45 Danse 9/12 ans

19h45-21h Adolescents

12h15-13h30
Pilates

TARIFS

Éveil	4-5 ans	130€
<small>(Hors commune 140€)</small>		
Initiation	6-8 ans	130€
Street-dance	9-12 ans	130€
<small>(Hors commune 140€)</small>		
Street-dance	12-14 ans	140€
<small>(Hors commune 150€)</small>		
Body Care	Tous publics*	120€
Danse adultes	Tous publics	140€
Renforcement/Pilates		130€
<small>(tous publics)</small>		

INSCRIPTION

- ◆ Inscription auprès des professeurs
- ◆ Certificat médical – 3 ans
- ◆ Règlement intérieur signé et fiche d'inscription renseignée
- ◆ **Paiement complet** de l'année remis lors de l'inscription (espèces ou chèques)
- ◆ 1^{er} cours d'essai offert

LIEUX DES COURS :

MERCREDI ET VENDREDI
E.S.S. Salle polyvalente 1
9 rue Roger Salengro

LUNDI
Au Conservatoire de
Musique, de Danse et d'Art
dramatique
30 rue Guynemer