

# planning



Plénitude

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
RÉVEIL MUSCULAIRE Adulte / Sandrine 09h30-10h30	PILATES Adulte Lidwine 11h00-12h00	GYM BIEN-ÊTRE Adulte dès 55 ans Sandrine 10h30-11h30	YOGA Lycéen - Adulte Nathalie 09h15-10h30	GYM C.A.F. Adulte Guylaine 12h30-13h30	FLOORWORK Dès la 3 <sup>ème</sup> Sarah 09h30-10h30
DANSE INITIATION <i>Du CP au CE1</i> Estelle 17h05-18h05	ÉVEIL MUSICAL <i>De 3 à 5 ans</i> Laëtitia 17h00-17h45	IMPRO ENFANT <i>Du CE2 à la 5<sup>ème</sup></i> Jimmy 14h00-15h15	DANSE DOUCE Adulte Sarah 17h15-18h15	DANSE MODERNE ÉLÉMENTAIRE <i>Du CE2 au CM2</i> Estelle / 17h05-18h05	ATELIER ARTISTIQUE <i>Du CP au CM2</i> Emma / 10h-11h
DANSE MODERNE ADO 1 <i>Du CM2 à la 6<sup>ème</sup></i> Estelle 18h05-19h20	DANSE ÉVEIL <i>De la MS à la GS</i> Luana 17h10-17h55	MULTISPORTS <i>Du CP au CE2</i> Dominique 15h30-16h30	DANSE STREET 1 <i>Du CM2 à la 5<sup>ème</sup></i> Sarah 18h15-19h15	DANSE STREET 2 <i>De la 5<sup>ème</sup> à la 3<sup>ème</sup></i> Estelle 18h05-19h05	DANSE MODERN AVANCÉ * <i>Cours technique</i> Sarah 10h30-12h00
YOGA Lycéen - Adulte Nathalie 18h15-19h30	DANSE CLASSIQUE DÉBUTS TECHNIQUES <i>Du CE2 au CM2</i> Luana / 18h05-19h05	MOTRICITÉ <i>De la MS à la GS</i> Dominique 16h45-17h30	YOGA Lycéen - Adulte Sandrina 18h15-19h30	DANSE STREET 3 Lycéen - Adulte Estelle 19h05-20h05	ATELIER ARTISTIQUE <i>Dès CM2 - Adulte</i> Emma / 11h-12h30
DANSE MODERNE ADO 2 <i>De la 5<sup>ème</sup> à la 4<sup>ème</sup></i> Estelle 19h20-20h50	CHANT ENFANT <i>dès 6 ans</i> Laëtitia 17h45-18h30	BABY GYM pour les Très PS (nés de janv à juin 2023) aux PS Dominique 17h45-18h30	DANSE MODERNE ADO 3 <i>Dès la 3<sup>ème</sup> - Lycéen</i> Sarah 19h15-20h45	DANSE MODERNE LYCÉEN - ADULTE Lycéen - Adulte Estelle 20h05-21h35	DANSE - le CAPP * Cellule Artistique Premiers Pas <i>Dès la 3<sup>ème</sup></i> Sarah 12h00-13h15
DANSE MODERNE ADULTE Adulte Estelle 20h50-22h20	DANSE CLASSIQUE ADO ADULTE <i>Dès le collège - adulte</i> Luana 19h05-20h35	CARDIO RENFO Adulte Dominique 19h00-20h00	PILATES Adulte Lidwine 20h30-21h30	YOGA Lycéen - Adulte Sandrina 19h45-21h00	* : l'inscription à ces cours est soumise à l'avis du professeur.
- SALLES -		BARRE À TERRE <i>Dès la 4<sup>ème</sup> - Adulte</i> Luana 20h35-21h35	DANSE STREET ADULTE Adulte Sarah 20h45-21h45		
SALLE OMNISPORTS/ GYMNASIE	SALLE FRESCATIS	Fédération Française <b>EPGV</b>			
SALLE MAJ 1er étage					

Passerelles sur CALMONT avec :  
ALAE / ALSH / ÉCOLE PRIVÉ



- CHANT -  
LES COURS INDIVIDUELS  
Enfant / Ado / Adulte  
Lundi 14h00 à 17h45  
Mardi 15h00 à 17h00  
Renseignements & inscriptions :  
auprès de Laëtitia

