# L'Académie

**2022 / 2023**

Arcachon

La Teste de Buch

| Lundi | | Mardi | | Mercredi | | Jeudi | | Vendredi | | Samedi | | Samedi | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 9h30 | Pilates | 9h30 | Jazz/Jazz Latino 8-11 ans | | | 9h30 | Pilates | 9h30 | Classique Prépa 7-8 ans | 9 h | Hip-hop 7 ans |
| 10h00 | Pilates | 10h30 | Yoga | 10h30 | Initiation 6 ans | 10h | Pilates | 10h30 | petit matériel | 10h30 | Initiation 6 ans | 10 h | Break moyen |
| 11h00 | Stretching | 11h30 | | 11h30 | Eveil 4-5 ans | 11h | Stretching | | | 11h30 | Eveil 4-5 ans | 11 h | Break supérieur |
| 12h00 | | | | 12h30 | | 12h00 | | 12h15 | Stretching | 12h30 | barre à terre | 12h | |
| | | | | | | | | 13h15 | | | | | |
| | | | | 13h45 | Classique élémentaire | | | | | 13h30 | Jazz adultes débutants | | |
| | | | | 15h15 | 9-11 ans | | | | | 14h30 | | | |
| | | | | 14h30 | Body drums 7-12 ans | | | | | | | | |
| | | | | 15h30 | Step ado 13 ans et + | | | | | *option théâtre avec Grégory, réservée aux élèves déjà inscrits en danse | | | |
| 17h00 | *Théâtre 9/11 ans | 17h15 | Classique 7-8 ans | 16h30 | Ragga moyen 12 ans et + | 17h30 | Jazz 7-9 ans | 17h30 | Classique 12-14 ans | | | | |
| 18h00 | *Théâtre +12 ans | 18h30 | Class Adulte débutant | 18h00 | Classique élém 2 10-12 ans | 18h30 | Jazz 10-12 ans | 19h00 | Classique Sup/av | | | | |
| 19h15 | Step | 20h00 | Ragga/cardio | 19h30 | Pilates | 19h30 | Step/body drums | 20h30 | Jazz sup ados | | | | |
| 20h15 | | 21h30 | | 20h30 | Jazz Latino 15 ans et + | 20h30 | Yoga | 22h00 | 15 ans et + | | | | |
| | | | | 22h00 | | | | | | | | | |