

Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi		Vendredi		Samedi					
2023 2024				9h00	Barre à terre						9h00	Hip-Hop initiation 7 ans			
				10h00	Pilates	10h00					Réveil musculaire	10h00	Jazz latino enfant dès 8 ans	10h15	Pilates
				11h00	Stretching	11h00	Yoga	11h00	Initiation préparatoire	11h15	Stretching	12h30	Abdos/fessiers	11h00	Classique préparatoire 2ème et 3ème année
									6/7 ans				11h00	Eveil initiation 4/5 ans	
														12h00	Barre à terre
17h30	Break Dance intermédiaire					13h30	Classique élémentaire moyen 10-12 ans		ARCACHON						
						15h00	Jazz moyen 10-12 ans								
18h30	Break Dance confirmé					17h15	Classique 8-10 ans	16h30					Jazz 7-9 ans		
						18h30	Class Adulte	17h30					Ragga ado + 13 ans		
19h30	Salsa Hip-Hop à partir de 15 ans					19h30	Jazz Adulte	19h00					Jazz latino + 15 ans		20h00
		20h30	Ragga cardio	20h15	Pilates		21h00	Yoga	20h30	Classique Supérieur	20h30	Jazz Supérieur			

Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi		Vendredi		Samedi	
2023 2024						9h00	Barre à terre				
				10h00	Eveil Hip Hop 5 ans	10h00	Pilates	10h30Préparation			
				11h00	Initiation Hip-Hop 8/10 ans	11h00	Stretching	Battle			
11h45	Pilates										
2023 2024											
GUJAN-MESTRAS											
17h00	Eveil/Initiation 4/6 ans					17h00	Jazz 7/9 ans				
18h00	Classique 7/9 ans			18h00	Break ado 11/18 ans	18h00	Jazz 10/12 ans				
		19h00	Pilates	19h30	Salsa Hip-Hop + de 15 ans	19h00	Ragga cardio > 15 ans	19h00	Fit dance		
19h00	Classique 10/12 ans	20h00	Step/Pound fit			20h15	Jazz latino > 15 ans	20h00	Renfort musculaire		
		21h00	Yoga					21h00	Body zen/Stretching		