DANSE & POLE Atelier

DANSE & POLE ATELIER / Planning Année scolaire 2021/2022

	LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI		SAMEDI		DIMANCHE
	JENNIFER	MARLINE	JENNIFER	MARLINE	JENNIFER	MARLINE	JENNIFER	MARLINE	JENNIFER	MARLINE	JENNIFER	MARLINE	
9H												Préparation concours	
10H						Classique Initation **10h - 11h**					Souplesse **10h - 11h**		
11H	Pole dance Niveau 1 **10h45 - 12h15**					Jazz Initation **11h - 12h**					Pole Choré **11h - 12h**		
12H										Gym douce **11h15 - 12h15**	Renforcement musculaire **12h - 13h**		
13H	Pole dance Niveau 2 et 3 **12h15 - 13h45**	Classique Adulte Intermédiaire **12h15 - 13h45**							Renfo / Souplesse **12h30 - 13h30**	Jazz Adulte Intermédiaire **12h15 - 13h45**			
14H						Classique Elémentaire **13h30 - 14h30**					Cours privés EVJF Evénements Stages		
15H						Jazz Elémentaire **14h30 - 15h30**							
16H					Pole Kids Niveau 1 **15h30 - 17h**	Classique Moyen 1 **15h30 - 17h**							
17H		Classique Eveil **17h30 - 18h30**			Pole Kids Niveau 2 **17h - 18h30**								
18H	Souplesse **18h - 19h**		Pole dance Niveau 1 **18h45 - 20h15**			Ballet Training **18h - 19h**		Jazz Moyen 2/ Supérieur **18h30 - 20h**	Pole dance Niveau 1 et 2 **18h15- 19h45**	Jazz Moyen 1 **18h - 19h30**			
19H	Pole dance Niveau 4 **19h - 20h30**	Jazz Adulte Intermédiaire **19h15 - 20h45**		Classique Moyen 2 / Supérieur **19h - 20h30**	Pole dance Niveau 3 **18h30 - 20h**	Pilates **19h - 20h**				Classique Adulte Confirmé **19h30 - 21h**			
20H					Pole Choré **20h - 21h**	Jazz Adulte Confirmé **20h - 21h30**		Jazz Adulte Débutant 1 **20h - 21h30**	Souplesse **19h45 - 20h45**				
21H	Pole dance Niveau 3 **20h30 - 22h**	Classique Adulte Débutant **20h45 - 22h15**	Pole dance Niveau 2 **20h30 - 22h**	Barre au sol **20h30 - 21h30**	Pole Technique **21h - 22h**				Pole dance Niveau 1 **20h45 - 22h15**	Jazz Adulte Débutant 2 **21h - 22h30**			
22H													

***DANSE & POLE ATELIER** se réserve le droit de faire des changements d'horaires et /ou de cours.

Pole Dance :

Pole Kids : à partir de 9 ans (2012 et -)

Niveau 1 : Débutant Niveau 2 : Intermédiaire

Niveau 3 : Confirmé Niveau 4: Avancé

Danse Classique et Jazz :

Eveil : 4 - 5 ans (2017 - 2016) Initiation : 6 - 7 ans (2015 - 2014)

Elémentaire : 8 - 9 ans (2013- 2012) Moyen 1 : 10 - 11 - 12 ans (2011 - 2010 - 2009)

Moyen 2 / Supérieur: à partir de 13 ans (2008 et -)