

EXPRESSIONS CORPORELLES

Activité	Public	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
Comédie musicale J. SARRE	7-9 ans					CCJC 17h-18h	
	10-12 ans					CCJC 18h-19h	
	13-15 ans					CCJC 19h-20h15	
	Ado - Adulte					CCJC 20h15-22h	
	Adulte(25 ans et +) A. JANICOT				CCJC 20h30-22h30		
Comédie musicale Séniors V. ANSQUER	Séniors					CCJC 11h-13h	
Danse Jazz S. BIGOT	7-8 ans		CCJC 17h-18h				
	9-10 ans		CCJC 18h-19h15				
	11-13 ans			CCJC 14h15-15h45			
	14-17 ans / Ado interm.			CCJC 15h45-17h15			
	Adulte V. PAILLOT		CCJC 20h30-22h30	CCJC 20h-22h Ado-adulte, avancé	CCJC 19h-20h30, Ado-adulte (25 ans max.), Intermédiaire		
Danse de salon C. DUFEU	Adulte				RV 19h-20h Niv 2 20h-21h Niv 1 (orientation danses latines) 21h-22h Niv 3		
Danse africaine K. ZONGO et S. SANOGO	Ado / Adultes		CAL 19h-20h30				

Danse Hip Hop H. BENHEMDANE	7 ans et +				CCLM 17h30-18h30		
	11 ans et +				CCLM 18h30-19h30		
	14-17 ans				CCLM 19h30-20h30		
	18 ans et +				CCLM 20h30-21h30		
Théâtre T. SOUABRIA	6-7 ans	CCLM 17h-18h30					
	8-9 ans		CCLM 17h-18h30 Débutant				
	10-13 ans	CCLM 18h30-20h Débutant		CCLM 16h15-18h15 Interm./Avancé			
	14-18 ans		CCLM 18h30-20h Débutant	CCLM 18h15-20h15 Interm./Avancé			
	Adulte	CCLM 20h-22h30 Interm./Avancé	CCLM 20h-22h30 Débutant				

Activité	Public	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
Body sculpt P. LOPEZ	Adulte (Avancé)				CCJC 12h15-13h15		
Stretching V. PAILLOT	Adulte	CCJC 11h-12h TN		CCJC 19h-20h TN			
Gymnastique californienne	Adulte	CCJC 10h-11h V. PAILLOT	CCJC 19h30-20h30 S. CATTEAU				
Gymnastique d'entretien C. DUFEU	Adulte		CCJC 10h15-11h15 ; 11h15-12h15 ; 12h15-13h15 ; 13h30-14h30 TN	CCJC 10h-11h TN			
Pilates P. LOPEZ	Adulte				CAL 19h-20h : débutant ; 20h-21h : confirmé		
Pilates Séniors P. LOPEZ	Séniors				CAL 15h30-16h30 :		
Renforcement musculaire P. LOPEZ	Adulte				CCJC 11h-12h ; 14h30-15h30		
Renforcement musculaire seniors P. LOPEZ	Seniors				CCJC 10h-11h ;		
Yoga M. DE MONTAIGNAC	À partir de 12 ans	FL 19h- 20h30 ; 20h30- 21h50			FL 16h30-18h ; 18h-19h30 ; 19h30-21h		
Tai chi chuan J. LEFEVRE	Adulte						CCJC 09h30-11h (fondamentaux) 11h- 12h30 (approfondissement)