



Emploi du temps 2019/2020

Fitness dès le 9 septembre

Danse

Lundi	<p>18h15-19h : Cuisses Abdos Fessiers 19h-19h45 : Zumba® 19h45-20h45 : Yoga Dynamique</p>	<p>Dès le lundi 9 septembre 19h-20h15 : SBK avancé (Salsa, Bachata, Kizomba) 20h15-21h15 : Rock niveau 2 21h15-22h15 : Salon niveau 2</p>
Mardi	<p>18h30-19h15 : Zumba® 19h15-20h15 : Cardio STEP Débutant</p>	<p>Dès le mardi 10 septembre 17h45-18h30 baby hip hop (éveil 4 à 6 ans) 18h30-19h30 : Hip Hop Breakdance (de 7 à 12 ans)</p> <p>Dès le mardi 24 septembre 20h-21h15 : Boogie débutant + Lindy 20h45-22h : Boogie avancé + Lindy</p>
Mercredi	<p>17h-18h : Multi Gym : Cardio et Renforcement musculaire 18h15-19h : STEP 19h-19h45 : Abdos Fessiers 19h45-20h30 : Cardio « Calories Attack » : Le cours le plus facile et le plus Cardio de tous !</p>	<p>Dès le mercredi 11 septembre 15h-16h : Girls' Dance Ados (dès 12 ans) 15h30-16h15 : Zumba® Baby - Eveil 4 à 6 ans 16h-17h : Rock + Latino (à partir de 7 ans + ados) 16h15-17h : Zumba® (de 7 à 11 ans) 17h-18h : Girls' Dance (de 6 à 11 ans)</p> <p>19h-20h : Salon avancé 20h-21h : Rock avancé 21h-22h : Salon avancé + 22h-22h20 : atelier BONUS</p>
Jeudi	<p>18h30-19h15 : Sportin' Dance : Brûler des calories en dansant, chorés girly, new style, dance... 19h15-20h : Total Body Gym : Gym générale, Renforcement tonique de tous les muscles du corps</p>	<p>Dès le jeudi 12 septembre 19h30-20h30 : West Coast Swing débutant 20h30-21h30 : West Coast Swing niveau 2 21h30-22h30 : West Coast Swing niveau 3</p>
Vendredi		<p>Dès le vendredi 13 septembre 19h-20h : SBK débutant (Salsa, Bachata, Kizomba) 20h-21h : Rock débutant 21h-22h : Salon débutant</p>

Infos et tarifs sur tinydanse.com - 04 78 90 43 02 -  Tiny Danse