



Planning 2021/2022

Fitness

Danse

Lundi	<p>18h15-19h : Cuisses Abdos Fessiers 19h-19h45 : Zumba®</p>	<p>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>17h45-18h30 baby hip hop (éveil dès 4 ans) 18h30-19h30 : Hip Hop Breakdance enfants (dès 7 ans) 20h-21h : Boogie 21h-22h : Lindy</p>
Mercredi	<p>17h15-18h15 : Multi Gym : Cardio et Renforcement musculaire 18h15-19h : Circuit Training 19h-19h45 : Cuisses Abdos Fessiers 19h45-20h45 : Gym douce : Pilates, Yoga</p>	<p>15h45-16h30 : Zumba® Baby - Éveil 4 à 6 ans 15h15-16h15 : Rock + Latino (à partir de 7 ans + ados) 16h15-17h15 : Girls' Dance Ados (dès 12 ans) 16h30-17h15 : Zumba® (de 7 à 11 ans) 17h15-18h15 : Girls' Dance (de 6 à 11 ans) 19h-20h15 : SBK avancé (Salsa, Bachata, Kizomba) 20h15-21h15 : Rock avancé 21h15-22h30 : Salon avancé</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>19h30-20h30 : West Coast Swing débutant 20h30-21h30 : West Coast Swing niveau 2 21h30-22h30 : West Coast Swing niveau 3</p>
Vendredi		<p>19h-20h15 : SBK débutant (Salsa, Bachata, Kizomba) 20h15-22h : Pack Débutants : Rock + Salon (cours de salon offert pour l'achat d'un abonnement de rock, possibilité de faire le cours de salon uniquement, avec une formule adaptée).</p>

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