

Planning par salle - Association Carnavalé 2022/2023

- du 12 septembre 2022 au 1 juillet 2023 -

Visiosport

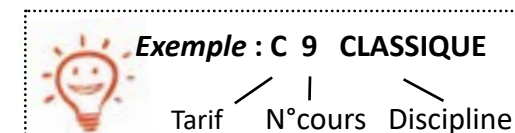
| LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | SAMEDI |
|--|---|--|--|--|--|
| 9h00 - 10h00 C1 - SOPHROLOGIE Adultes - TN | | 9h30 - 10h20 D4 - BABY DANSE 3/4 ans - Dé | | | 9h30 - 10h20 D17 - ÉVEIL DANSE 4/5 ans - Dé |
| 10h00 - 11h00 C2 - YOGA VINYASA Adultes - TN | | 10h30 - 11h20 D5 - ÉVEIL DANSE 4/6 ans - Dé | | | 10h30 - 11h20 D18 - ÉVEIL DANSE 5/6 ans - DéM |
| | | 11h30 - 12h30 C6 - CLASSIQUE 5/8 ans - Dé | | | 11h30 - 12h30 C19 - CLASSIQUE 7/11 ans - DéM |
| | | 14h00 - 15h00 C7 - MODERN JAZZ 6/8 ans - Dé | | | |
| | | 15h00 - 16h00 C8 - MODERN JAZZ 9/12 ans - DéM | | 17h50 - 18h40 D13 - ZUMBAKID 6/11 ans - TN | |
| | | 16h00 - 17h00 C9 - CLASSIQUE 7/10 ans - Dé | | 18h40 - 19h30 D14 - ZUMBATEEN Ados 12/17 ans - TN | |
| | 17h20 - 18h20 C3 - MODERN JAZZ 11/17 ans - DéM | 17h00 - 18h00 C10 - HIP-HOP 7/10 ans - DéM | | 19h30 - 20h20 D15 - PUMP 1 Ados/adultes - TN | |
| | 20h30 - 21h30 C4 - BACHATA Ados/adultes - DéM | 18h00 - 19h00 C11 - SHUFFLE Ados/adultes - TN | 20h30 - 21h30 C12 - PILATES Ados/adultes - TN | 20h20 - 21h10 D16 - MIX FITNESS 2 Ados/adultes - TN | |

Montmerle - sur - Saône

► Salle des bateliers

| LUNDI |
|--|
| 18h50 - 19h50 C20 - ROCK SWING Tous âges dès 7 ans - TN |
| jusqu'à 20h05 B21 - ROCK SWING Adultes - TN |

| MARDI |
|--|
| 18h50 - 19h50 C22 - SOPHROLOGIE Ados/adultes - TN |



Le Quai des Lanternes (ex. La Ruche)

► Salle 3 - Urban Galaxy

| LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI |
|---|---|--|--|
| 19h00 - 20h00 C30 - HIP HOP 7/12 ans - DéM | 18h30 - 19h30 C32 - DANSES SWING Ados/adultes - TN | | 17h30 - 18h20 D43 - ZUMBAKID 7/11 ans - TN |
| 20h00 - 21h15 B31 - HIP-HOP Ados/Adultes - M/A | 19h30 - 20h30 C33 - ROCK Ados/adultes - DéM | 18h00 - 19h00 C35 - CHANT Enfants +9 ans - TN | 18h25 - 19h15 D44 - STRONG NATION Ados/adultes - TN |
| | 20h30 - 21h30 C34 - TOUTES DANSES Ados/adultes - DéM | 19h00 - 20h30 A36 - CHANT Ados/adultes - TN | 19h20 - 20h10 D45 - ZUMBA Ados/adultes - TN |

► Salle 4 - Electra

| LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI |
|---|--|----------|-------|
| 18h00 - 19h00 C40 - SOPHROLOGIE Ados/dultes - TN | 18h30 - 19h30 C42 - YOGA VINYASA Ados/adultes - TN | | |
| | | | |
| 20h30 - 21h30 C41 - PILATES Ados/adultes - TN | | | |

► Salle 5 - Cassiopée

| LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI |
|---|---|---|---|
| 18h00 - 19h00 C50 - MODERN JAZZ 8/12 ans - DéM | 17h50 - 18h50 C53 - CLASSIQUE 8/12 ans - I | 17h00 - 18h00 C55 - CLASSIQUE 5/8 ans - DéM | 18h00 - 19h00 C58 - CLASSIQUE 8/12 ans - M/I |
| 19h00 - 20h00 C51 - MODERN JAZZ Ados/adultes - I/A | 19h - 20h15 B54 - CLASSIQUE Ados/Adultes - I/A | 18h00 - 19h30 A56 - CLASSIQUE Plus de 10 ans I/A | 19h - 20h30 A59 - CLASSIQUE Ados/Adultes - I/A |
| 20h00 - 21h00 C52 - MODERN JAZZ Ados/adultes - DéM | | 19h30 - 20h30 C57 - MIX CLASSIQUE 3 Ados/Adultes - DéM | |

¹ **PUMP** Renforcement musculaire avec poids légers à moyens

² **MIX FITNESS**: Cours alternant Zumba + Pump + Pilates + Body fitness.

³ **MIX CLASSIQUE** Cours alternant barre à terre + Classique débutant

Niveaux

Dé = Débutant ► De **0 à 1 an** de pratique
 M = Moyen ► De **2 à 3 ans** de pratique
 I = Intermédiaire ► **4 ans à 6 ans** de pratique
 A = Avancé ► **+ de 6 ans** de pratique
 TN = Tous niveaux

Tarifs

A = durée 1h30

B = durée 1h15

C = durée 1h

D = durée 50 min



www.carnavale.org

06 16 47 80 51

dansecarnavale@gmail.com



Carnavalé