



2024/2025

# Planning des Cours Association Aux petits danseurs du marais

Contact : 06 01 91 68 39  
aux\_petits\_danseurs79@yahoo.fr  
Facebook : Danse Le Vanneau

Salle des fêtes  
Le Vanneau Irleau

## LUNDI

### Avec Christina:

11h00 à 12h15  
YOGA DOUX

### Avec Oumarou:

18h30 à 19h30  
AFRO FITNESS  
Adolescents / Adultes

### Avec Oumarou:

19h30 à 21h  
DANSE AFRICAINE  
traditionnelle avec  
percussionnistes  
Adolescents / Adultes

## MERCREDI

Salle équipée  
d'un parquet,  
d'un miroir  
et de barres de danse

1 cours d'essai  
gratuit !

INSCRIPTIONS  
Le Jeudi 5 Septembre  
de 17h à 19h30  
Salle des fêtes  
Le Vanneau



Possibilité de  
règlement en  
coupons sport ou  
chèques vacances

*Pas de cours pendant  
les vacances scolaires*

### Avec Anaïs:

14h à 15h  
Atelier initiation  
DANSE CLASSIQUE  
8 à 12 ans

15h à 16h  
INITIATION danse  
6 à 8 ans

### Hip-hop Avec Omar:

17h30 à 18h30  
danse HIP-HOP  
Enfants, pré-ados

18h30 à 19h30  
danse HIP-HOP  
Ados/Adultes

### Avec Christina:

20h00 à 21h15  
YOGA plus TONIQUE

## JEUDI

### DANSE MODERNE Renforcement musculaire/Barre au sol EVEIL

Avec Anaïs:

17h30 à 18h15 EVEIL  
à partir de 4 ans

18h15 à 19h15  
Danse moderne  
CM2 / 6ème / 5ème

19h15 à 20h15  
Renforcement  
musculaire/barre au sol

20h15 à 21h30  
Danse moderne  
ados / adultes

## PROFESSEURS

DANSE MODERNE  
DANSE CLASSIQUE  
EVEIL, INITIATION  
Renforcement  
musculaire/Barre au sol

Danse à partir de 4 ans  
jusqu'aux adultes

Avec Anaïs

YOGA  
doux et plus tonique  
adultes

Avec Christina

AFRO FITNESS  
DANSE AFRICAINE  
Ados/Adultes

Avec Oumarou

HIP-HOP  
à partir de 8 ans  
Enfants /Ados/ Adultes

Avec Omar

Le planning de base pourra être modifié en  
fonction des effectifs de chaque groupe.