

Danse Moderne Jazz

Cours et Ages	Jours et horaires		
Eveil 1-2 3-5 ans	Mercredi 16h30-17h30	Samedi 10h-11h	
Eveil 2 & Init1 5-6 ans	Mercredi 9h-10h	Vendredi 16h30-17h30	Samedi 9h-10h
Initiations2 & Deb1 7-8 ans	Mardi 17h-18h	Mercredi 11h-12h	Samedi 11h-12h
Débutants 1 8-10 ans	Mercredi 10h-11h	Samedi 11h-12h	
Débutants 2 9-10 ans	Mardi 17h-18h	Mercredi 14h-15h	Samedi 10h-11h
Debutants 3 11-12 ans	Mercredi 15h-16h30	Samedi 13h-15h30	
Ados débutants 12 ans-17 ans	Mercredi 17h30-19h	Samedi 13h-15h30	
Ados/Adultes Débutants	Mardi 18h-19h30	Mercredi 17h30-19h	Vendredi 19h-20h30
Ados/Adultes Débutants Moyens & Intermédiaires	Lundi 18h-19h30	Mercredi 17h30-19h	Mercredi 19h-20h30
Street Jazz Talons Ados/Adultes Tous niveaux	Lundi 17h30-18h30 Ados 13-17 ans	Mardi Avec Talons 18h30-19h30	
Street Jazz Adultes Tous niveaux	Lundi Sans talons 18h30-19h30 Tous niveaux		
Barre au Sol & Strteching	Lundi 19h30-20h30	Vendredi 12h30-13h30	

MERCREDI RECREEE 5-10 ans
Accueil en journée ou 1/2
journée
8h-17h (3 à 5 activités & repas)
Planning sur le site CIAOI

Planning sous réserve de modification
 Planning modifié 27 sept 2019
www.ismaelaboudou.com

Danse Classique

Cours et Ages	Jours et horaires		
Initiation 1 6 ans	Samedi 9h-10h		
Initiation2 & Deb1 7-8ans	Mercredi 10h-11h	Samedi 10h-11h	
Déb 1 8 ans	Mercredi 11h-12h		
Débutants 2 9-10 ans	Mercredi 15h-16h	Samedi 11h-12h	
Débutants 3 11-12 ans	Mercredi 13h30-15h	Samedi 14h30-16h	
Ados Débutants 12-17 ans	Jeudi 18h-19h30	Mercredi 13h30-15h	Samedi 14h30-16h
Ados/Adultes Débutants & Moyens	Mardi 19h-20h30	Jeudi 18h-19h30	
Ados/Adultes Inter Avancés	Mercredi 15h-16h30	Mercredi 18h-19h30	
Pointes Débutants et Inter Avancés	Pointes 1 Jeudi 18h-19h30	Pointes 2 Jeudi 19h30-20h30	

Théâtre, musique et Arts Plastiques

Cours	Jours et horaires		
Théâtre	Mercredi 9h-10h 7-10 ans	Mercredi 10h-11h 5-6 ans	Samedi 16h-17h30 Ados-Adultes
Guitare	Mercredi 13h-14h 6-10 ans	Mercredi 14h-15h 6-10 ans	Mercredi 15h-16h 6-10 ans
Arts Plastiques Enfants/ Ados	Mercredi 14h-15h30 5-10 ans	Mercredi 16h-17h30 11-14ans	
Percussion Enfants/Ados/ Adultes	Mercredi 16h30-17h30 6-10 ans	Mercredi 18h-19h Ados/Adultes	

Danse Contemporaine

Cours et Ages	Jours et horaires		
Débutants 1 8-10 ans	Jeudi 17h-18h		
Débutant 3 11 ans-14 ans	Vendredi 19h-20h30 Débutants moyens		
Ados/Adultes	Mercredi 16h30-18h Inter/ avancés	Mercredi 18h-19h30 Débutants	Vendredi 18h-19h Intermédiaire

BIEN-ÊTRE

Lundi	Mardi	Jeudi
Le Nia Avec Véronique 19h30-20h30	Danse yoga Ados/Adultes Marion 19h30-20h30	Danse yoga Enfants Marion 17h-18h
Renfo/ Souples Sarah 19h30-20h30		

SPORTS :
 Musculation,
 Fitness, Kravmaga &
 Zumba

Tarifs Rentrée Package
 Adultes : développement
 personnel &
 perfectionnement

Dances Urbaines

Cours & Ages	Jours et horaires		
Hip Hop Break (Danse debout et sol) «Apprentissage»	Mercredi 14h-15h 6-11 ans	Samedi 14h-15h Ados/Adultes	
Danse Urbaine (Danse debout) «Challenge et prouver sont style»	Lundi Street Jazz 18h30-19h30 Tous niveaux	Mercredi Urban style 16h30-17h30 Tous niveaux	Samedi Urban Style 15h-16h Tous niveaux
Street Jazz Talons Ados/Adultes	Lundi 17h30-18h30 13-17 ans	Mardi 18h30-19h30 Ados/Adultes Tous liveaux	Mercredi 19h-20h Adultes Tous liveaux
DanceHall Ados & Adultes	Mercredi 17h30-18h30 Débutants & Moyens	Jeudi 19h30-20h30 Débutants & Moyens	

Autres Danses

Cours	Jours et horaires		
Danse Africaine Tous niveaux	Mercredi 13h-14h Enfants	Lundi 18h30-19h30 Ados	Mercredi 18h15-19h15 Adultes
Orientale Enfants	Mercredi 16h30-17h30		
Orientale Ados/Adultes	Jeudi 18h15-19h15 Débutants	Jeudi 19h15-20h15 Moyens	Vendredi 18h15-19h15 Avancés
Claquettes Tous Niveaux	Mercredi 13h-14h Enfts 5-10 ans	Mercredi 19h30-20h30	
Single Latino Solo/Couple Tous niveaux	Jeudi 17h30-18h30 8-11 ans Solo	Jeudi 18h30-19h30 Ados/Adultes Solo	Jeudi 19h30-20h30 Ados/adultes Couple

PASS MIDI

5€ le cours : 12h30-13h30		
MARDI	JEUDI	VENDREDI
Street Jazz Talons Tous niveaux	Jazz Tous niveaux	Barre au sol, renforcement et souplesse Bien-être

Cursus Elite Formation Danse
Haut niveau, Semi-professionnel
et EAT du Diplôme d'Etat
(voir le planning à l'accueil)