

Planning de la Rentrée saison 2018/2019

Places limitées à 8 personnes par créneau pour les Pole Sport/Pole Dance (Pole)

Places limitées à 6 personnes par créneau pour le Cerceau Aérien (Hoop) et le Hammock

Practice = entraînement libre

Lundi

18h00-19h00 : Practice Hammock

18h00-19h00 : Pole Initiation/Débutants

19h00-20h00 : Hammock Initiation/Débutants

19h00-20h00 : Pole Débutant 2/Inter 1

20h00-21h30 : Hoop et Hammock Inter 2/Avancé

20h00-21h00 : Pole Initiation/Débutants

Mardi

12h15-13h15 : Hoop et Pole Initiation/Débutants (les deux disciplines au choix dans le même cours)

18h00-19h00 : Pole Initiation/Débutants

18h00-19h00 : Practice Hoop

19h00-20h00 : Pole Initiation/Débutants

19h00-20h00 : Hoop Initiation/Débutants

20h00-21h00 : Practice Pole

20h00-21h00 : Hoop Initiation/Débutants

Mercredi

16h00-17h30 : Aerial Kids/Ado

19h00-20h00 : Practice Hoop et Hammock

19h00-20h00 : Practice Pole

20h00-21h30 : Pole Inter 2/Avancé

20h00-21h00 : Practice Hoop et Hammock

Jeudi

12h15-13h15 : Hammock et Pole Initiation/Débutants (les deux disciplines au choix dans le même cours)

18h00-19h00 : Renfo et Functional Mobility (pour gagner en force et souplesse)

18h00-19h00 : Practice Hammock

19h00-20h00 : Hammock Tous Niveaux

19h00-20h00 : Pole Tous Niveaux

20h00-21h00 : Hammock Tous Niveaux

20h00-21h00 : Pole Tous Niveaux

Vendredi

18h00-19h00 : Pole Tous Niveaux

18h00-19h00 : Hoop Tous Niveaux

19h00-20h00 : Practice Pole

19h00-20h00 : Practice Hoop

Samedi

Pour les cours privés et événementiels type EVJF, catherinette, anniversaire

