

Planning des cours de danse , pilates, yoga saison 2025-2026

Reprise le lundi 08 septembre 2025

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Samedi
Animé par Frédérique PARISAUX DIEU	Animé par Frédérique PARISAUX DIEU	Animé par Lionel EUGENE (remplacement de Nadège de septembre à janvier)	Animé par Frédérique PARISAUX DIEU	Animé par Leïna RAWAT
		Eveil- Initiation (4-6ans) 13h30-14h30	Yoga Hatha vinyasa 09h30-10h30	Classique à partir de 7 ans 9h30-10h30
		Débutant jazz (7-10ans) 14h30-16h00	Yin Yoga 10h30-11h30	Jazz commercial avancé (de 13 ans à 16 ans) 10h30-12h00
		Moyen jazz (11-13 ans) 16h00-17h30		Jazz commercial avancé (à partir de 16 ans) 12h00-13h30
Pilates 18h30-19h30	Pilates 19h-20h	Street jazz (à partir de 12 ans) 17h45-18h45	Présentes pour les inscriptions au forum des associations le samedi 6 septembre pendant le vide grenier de Lézat	
Yoga Hatha 19h30-20h30	Yoga Vinyasa 20h-21h	Move Dance Adultes 18h45-19h45		
		Jazz adultes 19h45-21h15		

Contactez nous via notre site facebook et messenger "les chaussions roses lézatois"
Le planning peut évoluer en fonction du nombre des inscrits