

26
-
27

BARRE À TERRE ASSOUPPLISSEMENT

BÉNÉDICTE WINDSOR

CNSM DE PARIS- DANSEUSE OPÉRA DE LYON- DE

CRYSTEL DORIER*

DANSEUSE OPÉRA DU RHIN- OPÉRA DE LYON- DE

BARRE À TERRE

LES ASSOUPPLISSEMENTS ET LA MUSCULATION SONT LA BASE DE CE COURS. ILS PERMETTENT D'ACQUÉRIR LES BASES FONDAMENTALES POUR UN BON PLACEMENT ET UN BON MAINTIENT AU QUOTIDIEN.

DÉBUTANT*	LUNDI	19H15-20H15
INTERMÉDIAIRE	JEUDI	18H00-19H00
INTERMÉDIAIRE*	SAMEDI	09H00-10H00
AVANCÉ	JEUDI	12H30-13H30

ASSOUPPLISSEMENT

EXERCICES KINÉSIOLOGUES POUR APPRENDRE À CONNAÎTRE ET SENTIR SON CORPS. TRAVAIL DU DOS.

TOUS NIVEAUX*	MARDI	11H15-12H15
SÉNIORS*	JEUDI	10H00-11H00
TOUS NIVEAUX*	 VENDREDI	09H00-10H00

SE RÉFÉRER À LA FICHE TARIFS



CENTREARTYS

1, passage de Vignières

74000 ANNECY

04 50 23 06 52

info@centreartys.com

www.centreartys.com