

# HORAIRES ECOLE DE DANSE AMIDANSE

## Année 2020 - 2021

Cours assurés par Françoise MARTIN, Juliette BOTT et Amandine NEVEU

Horaires proposés pour septembre;  
modifications possibles en fonction des inscriptions, après quelques semaines de cours

### **PREMIERS PAS DANSES**

#### **Eveil à la danse**

Enfants de 4 ans et 5 ans

MARDI 16h50 - 17h45  
MERCREDI 16h55 - 17h50

Enfants de 5 ans et 6 ans

MERCREDI 10h30 - 11h25

#### **Initiation à la danse**

Enfants à partir de 6 ans

MARDI 16h50 - 17h45  
MERCREDI 10h30 - 11h25

### **DANSE CLASSIQUE**

#### **1° degré**

Enfants de 7/ 8 ans

LUNDI 16h50 - 17h50  
et/ou MERCREDI 13h20 - 14h20

#### **2° degré**

Enfants à partir de 8 ans

2 cours conseillés par semaine

LUNDI 16h50 - 17h50  
MERCREDI 13h20 - 14h20

#### **3° degré**

2 cours conseillés par semaine en 1ère année

2 cours obligatoires en 2ème année (pointes)

MERCREDI 14h25 - 15h35  
JEUDI 16h50 - 17h50  
SAMEDI 9h20 - 10h30

Les élèves en 2<sup>ème</sup> année de 3° degré débutent les pointes

#### **4° degré**

2 cours obligatoires par semaine

LUNDI 18h - 19h30  
JEUDI 17h50 - 19h20  
SAMEDI 10h30 - 12h15

#### **5° - 6° degrés**

2 cours obligatoires par semaine

JEUDI 19h20 - 20h50  
SAMEDI 13h45 - 15h30

### **BARRE A TERRE**

Discipline complémentaire à la danse classique et à la danse modern'jazz

Niveau Débutant-Moyen - enfants/ados/adultes

SAMEDI 8h20 - 9h20

Niveau Intermédiaire-Avancé - ados/adultes

SAMEDI 12h45 - 13h45

### **DANSE MODERN'JAZZ**

#### **Modern'jazz enfant 1 et 2**

Enfants de 7 à 10 ans

MERCREDI 17h50 - 18h50  
et/ou VENDREDI 17h - 18h

#### **Modern'Jazz enfant 3 et 4**

Enfants de 9 à 12 ans

2 cours par semaine conseillés, particulièrement aux élèves ne pratiquant pas la danse classique

MARDI 17h45 - 18h55  
et/ou MERCREDI 15h45 - 16h55

#### **Niveau Moyen 1, 2, 3**

Enfants et ados à partir de 11/12 ans

2 cours obligatoires par semaine

MARDI 18h55 - 20h25  
VENDREDI 18h - 19h30

#### **Niveau Intermédiaire et Avancé**

2 cours obligatoires par semaine

MERCREDI 18h50 - 20h20  
VENDREDI 19h30 - 21h

### **COURS POUR ADULTES**

#### **Danse Modern'Jazz**

Niveau Débutant-Moyen adultes

MARDI 20h30 - 22h

Niveau Intermédiaire-Avancé adultes

MERCREDI 20h30 - 22h

#### **Danse Classique**

Niveau Débutant-Moyen adultes

JEUDI 20h50 - 22h

#### **Barre à Terre**

Niveau Débutant-Moyen - enfants/ados/adultes

SAMEDI 8h20 - 9h20

Niveau Intermédiaire-Avancé - ados/adultes

SAMEDI 12h45 - 13h45

#### **Stretching**

Etirements - Prévention des douleurs dorsales

Cours pour adultes tous niveaux

LUNDI 10h - 11h

LUNDI 19h40 - 20h40

JEUDI 9h - 10h