



PROGRAMME 2022/2023

www.artetras.com artetras@gmail.com

Rentrée : Lundi 5 septembre 2022 / pour Cardio/Boxe Adulte : 12 septembre 2022

Pour la danse et Yoga: Reprise des cours le vendredi 15 octobre 2022 (les cours auront lieu durant les vacances scolaires d'automne

Cours dispensés par des professeurs professionnels diplômés d'Etat

| LUNDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | SAMEDI | DIMANCHE |
|---|--|---|--|---|--|
| 17h15-18h Ludo-boxe, dès 4 ans Découverte ludique de la boxe anglaise | | 17h15-18h Ludo-Boxe, dès 4 ans Découverte ludique de la boxe anglaise | 17h15-18h15 classique Cycle 1 2/3 ème année | 9h30 à 10h15 Eveil /Initiation 4/7 ans | 10h30-11h30 Vinyasa Flow Yoga Adulte |
| 18h-19h Boxe éducative , dès 8 ans ((boxe anglaise) | | 18h-19h Boxe éducative dès 8 ans (boxe anglaise) | 18h15 à 19h30 classique fin de cycle 1 | 10h15 à 11h15 Cycle 1 première année DECOUVERTE Classique et contemporain | |
| 19h-20h30 Cardio-Boxing et Boxe Anglaise (Adulte) | 19h00-20h30 Cardio-Boxing et Boxe Anglaise (Adulte) | 19h-20h30 Cardio-Boxing et Boxe Anglaise (Adulte) | 19h30 à 20h45 Danse Contemporaine Adulte | 11h15 à 12h15 contemporain Cycle 1 3/4 ème année | |
| | | | | 13h-14h30 contemporain Cycle 2 | |
| | | | | 14h30 à 15h30 NOUVEAU ADO Débutant | |



ECOLE DE DANSE ARTETRAS

www.artetras.com

