

## PROGRAMME 2019/2020

**INSCRIPTION :** [artetras@gmail.com](mailto:artetras@gmail.com) . **Site :** [www.artetras.com](http://www.artetras.com)

Rentrée Boxe Adulte lundi 19 août 2019. Tous les autres cours : la semaine du 9 septembre 2019 . 1er cours d'essai gratuit.

Cours donnés par des pédagogues professionnels reconnus dans leurs domaines par leurs pairs.

Pierre-Rémy Rousset diplômé du BPJEPS et du Brevet D'Etat de boxe anglaise ,(Athlète de Haut Niveau ,membre de l'Equipe de France Olympique 2006\_2008)

Delphine Rousset Sauvage , artiste interprète , chorégraphe et danseuse , Diplômée d'Etat par le Cefedem de Rouen et collaboratrice de Monsieur Peter Goss de 1999 à 2008 (studio Peter Goss Paris et enseignant au Conservatoire Supérieur de Paris)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
17h15-18h <b>LUDO-BOXE, dès 4 ans</b> Découverte ludique de la boxe anglaise	17h00-17h45 <b>Base Classique</b> <b>Technique 1 , dès 8 ans</b>	14h00-14h45 <b>Eveil</b> 4 et 5 ans	17h-18h <b>Danse Contemporaine</b> <b>Technique 1, dès 8 ans</b>	10h-10h45 <b>Eveil</b> 4 et 5 ans	10h-11h <b>Vinyasa Flow Yoga_ technique</b> <b>Peter Goss</b> cours parent/ enfant
18h-19h <b>Boxe éducative ,dès 8 ans</b> et compétiteurs (boxe anglaise)	17h45-18h45 <b>Base Classique</b> <b>Technique 2 et 3</b>	14h45-15h30 <b>Initiation</b> 6 et 7 ans	18h-19h <b>Danse Contemporaine</b> <b>Technique 5</b>	10h45-11h30 <b>Initiation à la danse</b> 6 et 7 ans	11h-12h <b>Vinyasa Flow Yoga_ technique</b> <b>Peter Goss</b> Adulte
19h-20h30 <b>Cardio-Boxing et Boxe</b> <b>Anglaise Adulte</b>	18h45-19h45 <b>Base Classique</b> <b>Technique 4</b>	15h30-16h30 <b>Danse Contemporaine</b> <b>technique 2</b>	19h-20h <b>Boxe éducative,dès 8 ans</b> et compétiteurs (boxe anglaise)	11h30- 12h15 <b>Base Classique</b> cours supplémentaire tous niveaux	
	19h45-21h <b>Danse Contemporaine</b> <b>Adulte</b>	16h30-17h45 <b>Danse Contemporaine</b> <b>Technique 3</b>	20h-21h30 <b>Cardio-Boxing et Boxe</b> <b>Anglaise</b> <b>Adulte</b>	12h15-13h <b>Danse Contemporaine</b> cours supplémentaire tous niveaux	
		17h45-19h00 <b>Danse Contemporaine</b> <b>Technique 4</b>		14h-15h30 <b>Atelier composition</b> <b>chorégraphique et</b> <b>improvisation</b> (1 samedi par mois)	
		19h00-20h30 <b>Cardio-Boxing et Boxe</b> <b>Anglaise Adulte</b>			



**ECOLE DE DANSE ARTETRAS**

[www.artetras.com](http://www.artetras.com)