

## ADULTES

## DANSE

## BARRE CLASSIQUE-BARRE AU SOL

(Barre au Sol Boris Kniaeff)

Sergio VELAZQUEZ

jeu 18H00 1H + Barre au sol

dim 13H00 1H30 + Barre au sol + Barre classique

## DANSE CLASSIQUE

Nouveau Professeur(e)

sam 10H00 1H30 ■

Marie-Elisabeth PIERRE

mar 19H00 1H30 ●■

Sergio VELAZQUEZ

ven 15H00 1H ●■

## DANSE CONTEMPORAINE

Anna MOSKOVKO

mer 20H30 1H30 ●■

Romane BIGEY

mer 12H30 1H30 ●■

## MODERN AFRO

Harisson JOHN

dim 11H30 1H30 ●■

## MODERN'JAZZ

Flow AMBER

ven 20H30 1H30 ●

Anna MOSKOVKO

lun 20H30 1H30 ■1 \*

## STREET JAZZ

Diane VARJACQUES

lun 18H00 1H00 ●

lun 19H00 1H30 ●■ \*

## DANSE ORIENTALE

MARIANNE

(Awalem Danse)

mer 19H00 1H ●■

## DANSE BOLLYWOOD

MARIANNE

(Awalem Danse)

mer 18H00 1H ●■

## DANSE INDIENNE

(Bharata Natyam)

En Programmation

## COUNTRY LINE DANCE

Philippe BIENFAIT

mar 17H00 1H30 ■1

ven 10H00 1H ●2

ven 11H00 1H ●1

## BOOGIE Rock N'Banger

Emma & Alexandre

lun 20H30 1H ●

lun 21H30 1H ■

## ROCK N'ROLL (6T)

Monic AUBRY

ven 21H00 1H ●■

## DANSES DE SALON (Valse-Tango)

Monic AUBRY

ven 20H00 1H ●■

## KONPA

Dady & Manuela

mar 20H30 1H30 ●■

mer 19H00 1H30 ●■

mer 20H30 1H30 ■▲

## KIZOMBA

SALSABOR

lun 19h30 1H ●1 Danse à 2

lun 20H30 1H Technique - solo et à 2

lun 21H30 1H ●■ Danse à 2

## ADULTES

## DANSE

## BACHATA

SALSABOR

mer 21H00 1H30 ●■ Danse à 2

## SALSA CUBAINE

SALSABOR

mar 19H30 1H ● Danse à 2

mar 20H30 1H ●■ Danse Solo

mar 21H30 1H ●■ Danse à 2

## SALSA PORTORICAINE

SALSABOR

jeu 20H30 1H ■ Shines

jeu 21H30 1H ■ Danse à 2

## RAGGA DANCEHALL HIP HOP

(Ragga-Dancehall-Hiphop Afrobeat-Reggaeton-)

Diane AMZALLAG

jeu 19H00 1H30 ■

jeu 20H30 1H30 ■

## DANCEHALL

Flow AMBER

sam 12H30 1H30 +

## K-POP

Marie Ange WOUASSOM

(LovelyDance Family)

sam 14H00 1H ●■ (Ados 16+ Adultes)

## K-POP

SELMA

(Goodplace)

ven 19H30 1H ●■ (Ados 12+-Adultes) \*

## DANSES TAHITIENNES

Maeva SWAN

(Ori Tahiti)

dim 15H00 1H30 ●

## CHANT

## CHANT

Paula MESURET

sam 15H00 1H30 +

## PIANO

## PIANO

Nouveau Professeur

mer 14H à 17H 30 ou 45min ou 60min +

ven 17H-22H

Soir lun à jeu – 21H

Dans la journée en semaine

Samedi ou Dimanche

Sur demande **sur inscription à l'accueil**

Cours 45' (+ de 10ans) ou 30' (- de 10ans)

## THÉÂTRE

## CONFIANCE EN SOI

Prise de Parole en public

Paula MESURET

sam 16H30 1H30 +

## ARTS MARTIAUX

## JEET KUNE DO

LE CERCLE PARISIEN

(Cédric Atticot &amp; Thierry Hugon)

sam 14H00 2H +

## WING CHUN

Guillaume GARCIA & Clément LAVAUD

(Association Lok Yiu Wing Chun France)

mar 20H30 1H30 +

sam 16H00 1H30 +

## SELF DEFENSE FEMININE

Guillaume GARCIA - Clément LAVAUD& Xavier ALVAREZ

(Association Lok Yiu Wing Chun France)

jeu 18H30 1H + (Ados 16+-Adultes)

sam 18H00 1H + (Ados 16+-Adultes)

## ADULTES

## FORME &amp; BIEN-ÊTRE

## YOGA

OLY BE – [Réservation olybe.com](https://olybe.com)

(Vinyasa Yoga-Hatha Yoga)

lun 12H30 1H + Yoga Vinyasa Flow

lun 19H30 1H + Yoga Anti Stress

mar 19H30 1H + Yoga Hatha

mer 12H30 1H + Yoga Vinyasa Flow

mer 20H00 1H + Yoga Vinyasa

jeu 18H30 1H + Yoga Hatha

jeu 19H30 1H + Yoga Energy Boost

ven 12H30 1H + Yoga Hatha

ven 18H00 1H + Yoga Vinyasa Flow

sam 11H30 1H + Yoga Vinyasa Flow

sam 12H30 1H + Yoga Prénatal

dim 10H30 1H + Yoga Hatha

dim 18H00 1H + Yoga Fondation

## MEDITATION

Annie GÉRANDI

mar 11H00 1H +

## QI GONG

Nouveau Professeur

En Programmation

## PILATES

Ricco ESTEBAN-Karim HABBOUCHE

ven 18H30 1H + \*

dim 11H00 1H +

Anna MOSKOVKO

jeu 19H30 1H + \*

OLY BE - [Réservation olybe.com](https://olybe.com)

lun 18H30 1H + Pilates Flow

mar 12H30 1H + Pilates

mar 18H30 1H + Pilates Flow

jeu 12H30 1H + Pilates

ven 12H30 1H + Pilates Flow

## GYM

## GYM STRETCHING – GYM SENIORS

Ricco ESTEBAN-Karim HABBOUCHE

lun 10H00 1H + \*

jeu 10H00 1H +

## GYM STRETCHING

Sylvie MAÎTRE

sam 12H00 1H +

## BODY SCULPT (abdos-fessiers-taille)

Ricco ESTEBAN-Karim HABBOUCHE

dim 10H00 1H +

## FITNESS

## ZUMBA

Ricco ESTEBAN-Karim HABBOUCHE

mar 18H30 1H + \*

sam 17H30 1H30 +

## BODY SCULPT (abdos-fessiers-taille)

Ricco ESTEBAN-Karim HABBOUCHE

dim 10H00 1H +

## Légende des cours et ateliers

● : Débutant - ●1 : 1<sup>ère</sup> année - ●2 : 2<sup>ème</sup> année■ : Intermédiaire - ■1 : 1<sup>ère</sup> année - ■2 : 2<sup>ème</sup> année▲ : Avancé - ▲1 : 1<sup>ère</sup> année - ▲2 : 2<sup>ème</sup> année

+ : Tx niveaux - ●■ : Déb - Inter ou Inter Faible

\* : Complet, liste d'attente

Débutants: s'adresser aux niveaux ● ou

# LE CENTRE DE DANSE ALESIA - COURS & ATELIERS 2025-2026

## ENFANTS - ADOS

### DANSE

#### BARRE CLASSIQUE-BARRE AU SOL

(Barre au Sol Boris Kniaeff)

Sergio VELAZQUEZ

jeu 18H00 1H + (ados 16 ans et +)

dim 13H00 1H30 + (ados 16 ans et +)

#### DANSE CLASSIQUE

Nouveau Professeur

sam 10H00 1H30 ■▲ (ados 16 ans et +)

Stéphanie LAURENDEAU

ven 18H00 1H ■1■2 (9-12 ans)

ven 19H00 1H ■▲ (ados 13-18 ans)

sam 10H00 1H ●1●2 (7-9 ans)

sam 11H00 1H Eveil-Initiation (4-6 ans) \*

Sergio VELAZQUEZ

ven 15H00 1H ●■ (ados 16 ans et +)

#### DANSE CONTEMPORAINE

Romane BIGEY

mer 12H30 1H30 ●■ (ados 16 ans et +)

#### DANSE MODERNE

Romane BIGEY

mer 16H00 1H Eveil-Initiation (4-5 ans)

mer 17H00 1H ●1●2 (6-8 ans)

#### MODERN JAZZ

Anna MOSKOYKO

mer 17H00 1H (10-12 ans)

mer 18H00 1H (ados 13-18 ans)

#### STREET JAZZ

Diane VARJACQUES

lun 18H00 1H00 ● (ados 16 ans et +)

#### K-POP

Marie Ange WOUASSOM

(LovelyDance Family)

mer 14H00 1H ●■ ( 9-12 ans)

mer 15H00 1H ●■ (13-18 ans)

sam 14H00 1H ●■ (ados 16 ans et +)

#### K-POP

SELMA

(Goodplace)

ven 19H30 1H ●■ (ados 13+) \*

#### DANCEHALL

Flow AMBER

sam 12H30 1H30 + (ados 16 ans et +)

#### HIP HOP STREET

Marie Ange WOUASSOM

(LovelyDance Family)

sam 10H30 1H ●■ (7-9 ans)

sam 11H30 1H ●■ (9-12 ans)

Raphaël CASTRO

(New Style, Pop, Lock...)

ven 17H00 1H ●■ (10-14 ans)

#### RAGGA DANCEHALL HIP HOP

(Ragga-Dancehall-Hiphop - Afrobeat-reggaeton-)

Diane AMZALLAG

mer 17H00 1H + (11-14 ans)

mer 18H00 1H + (ados 15-18 ans)

#### DANSE INDIENNE

(Bharata Natyam)

En Programmation

#### DANSES TAHITIENNES

Maeva SWAN

(Ori Tahiti)

dim 14H00 1H ● (6 ans et +)

## ENFANTS - ADOS

### PIANO

#### PIANO

Nouveau Professeur

mer 14H à 17H00 30-45 ou 60' +

sam 12H-16H

Sur demande sur inscription à l'accueil

Cours 45' (+ de 10ans) ou 30' (- de 10ans)

#### GUIRE ACOUSTIQUE

SWING ROMANE ACADEMIE

### CHANT

#### CHANT

Paula MESURET

sam 15H00 1H30 + (16 ans et +)

### THÉÂTRE

#### CONFIANCE EN SOI

Prise de Parole en public

Paula MESURET

sam 16H30 1H30 + (16 ans et +)

#### THEÂTRE

Christophe ROUILLON

Lun 17H00 1H30 + (8ans et +) Sur Inscription

### COMEDIE MUSICALE

#### COMEDIE MUSICALE

Nouveau Professeur

En Programmation

mer 15H30 1H30 + (8ans et +) Sur Inscription

### GYM

#### GYM STRETCHING

Sylvie MAÎTRE

sam 12H00 1H + (ados 16 ans et +)

### ARTS MARTIAUX

#### JEET KUNE DO

LE CERCLE PARISIEN

(Cédric Atticot & Thierry Hugon)

sam 14H00 2H + (ados 16 ans et +)

#### WING CHUN

Guillaume GARCIA & Clément LAVAUD

(Association Lok Yiu Wing Chun France)

sam 16H00 1H00 + (7ans +)

sam 16H00 1H30 + (16 ans +)

#### SELF DEFENSE FEMININE

Guillaume GARCIA & Clément LAVAUD

& Xavier ALVAREZ

(Association Lok Yiu Wing Chun France)

jeu 18H30 1H + (Ados13-18 ans - Adultes)

sam 18H00 1H + (Ados 16+)

#### KARATE - Shorin Ryu

Gérard ZAMOUR

(Association Oshukai Paris)

mer 15H00 1H + (8 ans et +)

### Légende des cours et ateliers

- : Débutant - ●1 : 1<sup>ère</sup> année - ●2 : 2<sup>ème</sup> année
- : Intermédiaire - ■1 : 1<sup>ère</sup> année - ■2 : 2<sup>ème</sup> année
- ▲ : Avancé - ▲1 : 1<sup>ère</sup> année - ▲2 : 2<sup>ème</sup> année
- + : Tx niveaux - ●■ : Déb - Inter ou Inter Faible

\* : Complet, liste d'attente

Débutants: s'adresser aux niveaux ● ou +

## COURS EN PROGRAMMATION

Tango Argentin

Zumba Gold, Danses en Ligne Séniors

Gym Enfants, Qi gong...

Le Centre de Danse ALESIA

Sur M6

Avril 2025

sur BFM PARIS

janvier et octobre 2020

Le Centre présent sur

VICE TV

29 octobre 2020

Cité et remercié dans l'Obs

Mai 2023

Publireportage dans

Fémina

Télé 7 jours

décembre 2020 et juin 2021

## CHANGEMENT DE CHAUSSURES OBLIGATOIRE

Prévoir Rythmiques ou

Chaussures spéciales Danse ou

Baskets non portées en extérieur

CHAUSSURES DE VILLE INTERDITES

dans tous les STUDIOS !!!

Casiers prévus à l'extérieur du studio

## Location de studios de danse pour

Cours, stages, répétitions, casting,

Tournages, prises de vues, EVJF...

Tarifs préférentiels avec les

**Cartes de Location**

Répétitions et Cours Particuliers

(-10, -15 ou -20%)

L'accueil du Centre de Danse Alésia

est à votre disposition

tous les jours de 10H à 22H

## En Programmation Cours Enfants et Adultes

Danse Moderne, Danse Classique, Piano,

Danse Indienne, Gym Enfants,

Comédie Musicale, Dance Line **80'...**