

# STUDIO M'DANSE

À BOURG EN BRESSE

- Portes ouvertes le 2 septembre de 10h00 à 18h00
- Cours d'essai offerts du 4 au 16 septembre

## Enfants dès 3 ans

EVEIL DANSE  
STREET DANSE  
BREAK DANSE

K-POP  
MODERN' JAZZ  
AFRO DANSE

★ YOGA PARENT-ENFANT

ORIENTALE  
BOLLYWOOD  
ZUMBA KID

## Ados Adultes

SALSA  
BACHATA  
KIZOMBA  
ROCK

BOOTY  
POLE DANSE  
★ HEELS  
★ GIRLY

NEW STYLE  
K-POP  
MODERN' JAZZ

WEST COAST SWING ★  
RAGGA  
BOLLYWOOD ORIENTALE

★ NOUVEAUTÉS 2023

## SPORT & BIEN-ÊTRE

Ne pas jeter sur la voie publique

- ZUMBA®
- ZUMBA STEP®
- POSTURAL BALL®
- ★ YOGA
- ★ SOUPLESSE
- PILATES

Emmanuelle Aimard  
Studio M'Danse  
52 rue des Prés de Brou  
01000 Bourg en Bresse

06 20 55 49 14  
m-danse.fr  
f Studio M'Danse  
i Studio\_MDanse

 *Danse*  
Danse et Bien-Être

# Planning 2023 / 2024

## SALLE 1

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
12H15					PILATES (12H15-13h15)
14h			STREET DANCE / K-POP (8/11 ans)		
15h			ORIENTAL - BOLLYWOOD LATINO (pré ados/ados)		
16H30			BREAKDANCE (6/10 ans)		
17h30	STREET DANCE / K-POP (10/13ans)	STREET DANCE / K-POP (6/7 ans)	BREAK DANCE (10/15 ans)	ZUMBA® KID	BOLLYWOOD ORIENTALE (Tous Nvx - 18h00)
18h30	ZUMBA® STEP	ZUMBA®	ZUMBA® STEP	ZUMBA®	GIRLY (Tous Nvx - 19h00)
19h30	POSTURAL BALL®	SALSA CUBAINE (Niv.1)	SALSA CUBAINE (Niv.2)	SALSA CUBAINE (Niv.3)	HEELS (Tous Nvx - 20h00)
20h30	SOUPLESSE	BACHATA (Niv.1)	BACHATA (Niv.2/3)	BOOTY (Tous Nvx)	

## SALLE 2

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Samedi
9h30					POLE DANCE (Niv.1 - Samedi 9h30)
10h30					POLE DANCE (Niv.2 - Samedi 10h30)
11h30					POLE DANCE (Niv.3 - Samedi 11h30)
14h			MODERN JAZZ (8/12 ans)		
15h			MODERN JAZZ (Ados)		
16h					
					Vendredi
17h30		AFRO DANCE KID	YOGA PARENT-ENFANT (17h00-18h00)	EVEIL DANSE (3/5 ans)	POLE DANCE (Niv.1 - 18h00)
18h30	KIZOMBA (Niv.1)	RAGGA (Ados/Adultes - Tous nvx)	YOGA (18h15 - 19h15)	K-POP / NEW STYLE (Ados / Jeunes adultes)	POLE DANCE (Niv.2 - 19h00)
19h30	BACHATA (Niv.1/2)	WEST COAST SWING (Niv.1)	ROCK (Niv.1)	STREET DANCE / NEW STYLE (Tous nvx)	POLE DANCE (Niv.3 - 20h00)
20h30	KIZOMBA (Niv.2)	ROCK / SWING (Niv.2/3)	ROCK (Niv.2)	MODERN JAZZ / FUSION CONTEMPO' (Tous nvx)	

\*Début des cours le 4 septembre

