

# LE CENTRE DE DANSE ALESIA - COURS & ATELIERS 2024-2025

## ADULTES

### DANSE

#### BARRE CLASSIQUE-BARRE AU SOL

**Sergio VELAZQUEZ**

dim 13H00 1H30 +

#### DANSE CLASSIQUE

**Sophie CROUZIER**

sam 10H00 1H30 ■

**Marie-Elisabeth PIERRE**

mar 19H00 1H30 ●■

jeu 20H30 1H30 ■

**Françoise THERCELIN**

mar 16H00 1H ●

ven 15H00 1H ●

#### DANSE CONTEMPORAINE

**Myriam DUSSART**

dim 11H30 1H30 ●■

**Anna MOSKOVKO**

jeu 20H30 1H30 ●■ \*

#### MODERN JAZZ

**Anne-Lucie GRAVIER**

(MLJ Danse)

lun 20H30 1H30 ■▲ \*

ven 21H00 1H30 ●■

**Anna MOSKOVKO**

lun 20H30 1H30 ■ \*

#### STREET JAZZ

**Diane VARJACQUES**

lun 19H00 1H30 + \*

#### STREET DANCE RNB

**MILIANNA**

sam 13H30 1H30 ●■ \*

#### BOLLYWOOD

**MARIANNE**

(Awalem Danse)

lun 18H30 1H ●■

#### BELLY MODERN

**MARIANNE**

(Awalem Danse)

mer 18H00 1H ●■

#### DANSE ORIENTALE

**MARIANNE**

(Awalem Danse)

mer 19H00 1H ●■

ven 13H30 1H ●■

#### DANSE AFRICAINE TRADITIONNELLE

**Julian BAHELL**

ven 20H00 1H ●

ven 21H00 1H ■

#### AFRODANCE

**CHARLY & LEXFLOW**

(Unity)

mar 20H30 1H30 +

#### AFRO GOSPEL

**Mass ALEGRIA**

lun 18H00 1H00 +

#### DANSE INDIENNE

(Bharata Natyam)

**TARIKAVALLI**

Rubrique Stages - 1 fois par mois

#### COUNTRY LINE DANSE

**Philippe BIENFAIT**

mar 17H00 1H30 ■1

ven 10H00 1H ●2

ven 11H00 1H ●1

#### ROCK N'ROLL (6T)

**Monic AUBRY**

ven 20H30 1H ●■

#### DANSES DE SALON (Valse-Tango)

**Monic AUBRY**

ven 19H30 1H ●■

#### SWING-LINDY HOP-BLUES

**SWINGYDIBOP**

mer 19H00 1H ● Lindy Hop

mer 20H00 1H15 + Blues - Jazz Roots

mer 21H15 1H15 ■▲ Lindy Hop

## ADULTES

### DANSE

#### KONPA

**Dady & Manuela**

mer 19H00 1H30 ●

mer 20H30 1H30 ■

#### KIZOMBA

**SALSABOR**

lun 19H30 1H ●1 Couple

lun 20H30 1H Technique - solo et couple

lun 21H30 1H ●■ Couple

#### BACHATA

**SALSABOR**

mer 21H00 1H ● Couple

#### SALSA CUBAINE

**SALSABOR**

mar 19H30 1H ● Couple

mar 20H30 1H ●■ Solo

mar 21H30 1H ●■ Couple

#### SALSA PORTORICAINE

**SALSABOR**

jeu 20H30 1H ■ Shines

jeu 21H30 1H ■ Couple

#### RAGGA DANCEHALL HIP HOP

(Afrobeat-reggaeton-Ragga-Dancehall-Hiphop)

**Diane AMZALLAG**

jeu 19H00 1H30 +

#### HIP-HOP NEW STYLE

**MILIANNA**

sam 16H30 1H30 ●■

#### K-POP

**MILIANNA**

sam 15H00 1H30 ●■ \*

#### ATELIER CORPOREL - CONFIANCE EN SOI

**Françoise THERCELIN**

mar 15H00 1H +

ven 16H00 1H +

## CHANT

#### CHANT

**Alexandra CATHELY**

(Musical Production)

jeu 20H30 1H30 +

## PIANO

#### PIANO

**Alexandra CATHELY**

(Musical Production)

Mer 14H00 45min +

Mer 14H45 45min +

Jeu - soirée 45min +

Autres horaires sur demande

Sur inscription à l'accueil

## THÉÂTRE

#### THÉÂTRE IMPRO

Prise de Parole en public - Confiance en soi

**BAHELL ENTERTAINMENT**

(Julian Bahell)

lun 19H00 1H30 +

lun 20H30 1H30 +

## ARTS MARTIAUX

#### JEET KUNE DO

**LE CERCLE PARISIEN**

(Cédric Atticot & 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 + (Ados13-18 ans)

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

## ADULTES

### FORME & BIEN-ÊTRE

#### YOGA

**OLY BE - Réservation olvbe.com**

(Vinyasa Yoga-Hatha Yoga)

lun 12H30 1H + Yoga Vinyasa Flow

lun 19H30 1H + Yoga Hatha

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

ven 19H00 1H + Yoga Yin

sam 11H30 1H + Yoga Hatha

sam 12H30 1H + Yoga Energy Boost

sam 18H30 1H + Yoga Prénatal

dim 10H30 1H + Yoga Hatha

dim 18H00 1H + Yoga Fondation

dim 19H00 1H + Yoga Inverser ses peurs

#### MEDITATION

**Annie GÉRANDI**

mar 11H00 1H +

#### QI GONG

**Nouveau Professeur**

Jeu ou mar 11H30 1H +

#### PILATES

**Ricco ESTEBAN-Karim HABBOUCHE**

ven 18H30 1H +

dim 11H00 1H +

**Anna MOSKOVKO**

jeu 19H30 1H +

**OLY BE - Réservation olvbe.com**

lun 12H30 1H + Pilates

lun 18H30 1H + Pilates Flow

mar 18H30 1H + Pilates Flow

jeu 12H30 1H + Pilates

ven 12H30 1H + Pilates Flow

#### REMISE EN FORME AFRO GOSPEL

**Mass ALEGRIA**

lun 18H00 1H00 +

## GYM

#### GYM DOUCE SENIORS

Remise en Forme - Yoga - Respiration

**Sergio VELAZQUEZ**

mar 10H30 1H +

#### GYM STRETCHING - GYM SENIORS

**Ricco ESTEBAN-Karim HABBOUCHE**

lun 10H00 1H +

jeu 10H00 1H + seniors

#### 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 +

**Anne Lucie GRAVIER**

(MLJ Danse)

ven 20H00 1H +

#### BODY SCULPT (abdos-fessiers-taille)

**Ricco ESTEBAN-Karim HABBOUCHE**

dim 10H00 1H +

# LE CENTRE DE DANSE ALESIA - COURS & ATELIERS 2024-2025

(autres Cours & Ateliers en programmation)

## ENFANTS - ADOS

### DANSE

#### BARRE CLASSIQUE-BARRE AU SOL

Sergio VELAZQUEZ

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

#### DANSE CLASSIQUE

Sophie CROUZIER

sam 10H00 1H30 ■ (ados 16 ans et +)

Stéphanie LAURENDEAU

ven 17H00 1H ●2 (7-9 ans)

ven 18H00 1H ■1 ■2 (9-12 ans)

ven 19H00 1H ■▲ (ados 13-17 ans)

sam 09H30 1H ●1 (6-7 ans)

sam 10H30 45min Eveil (4-5 ans)

sam 11H15 45min Initiation (5-6 ans)

Anna MOSKOVKO

mer 15H00 1H ●2 (8-11 ans)

mer 16H00 1H ●1 (6-7 ans)

#### BABY DANSE

Tania ALVAREZ

(Musical Production)

mer 16H15 45min (3 ans)

Marika TALLONE

(Musical Production)

dim 10H00 45min (3 ans)

#### DANSE MODERNE

Tania ALVAREZ

(Musical Production)

mer 15H30 45min Initiation (5-7 ans)

mer 16H15 45min Eveil (4 ans)

mer 17H00 1H ●1●2 (8-11 ans)

Marika TALLONE

(Musical Production)

sam 14H00 1H ●1●2 (8-11 ans)

dim 10H00 45min Eveil (4 ans)

dim 10H45 45min Initiation (5-7 ans)

dim 11h30 1H ●■ (9-12 ans)

#### MODERN JAZZ

Anna MOSKOVKO

mer 17H00 1H (10-12 ans)

mer 18H00 1H (ados 13-16 ans)

#### STREET JAZZ

Diane VARJACQUES

lun 19H00 1H30 + (ados 16 ans et +)

#### STREET DANCE RNB

MILIANNA

sam 13H30 1H30 ●■ (ados 16 ans et +) \*

#### HIP HOP STREET

MILIANNA

sam 10H30 1H ●■ (6-8 ans)

sam 11H30 1H ●■ (9-12 ans) \*

#### K-POP

MILIANNA

mer 16H00 1H ●■ (11-15 ans)

sam 15H00 1H30 ●■ (ados 16 ans et +) \*

#### HIP HOP NEW STYLE

MILIANNA

sam 16H30 1H30 ●■ (ados 16 ans et +)

Raphaël CASTRO

(New Style, Pop, Lock...)

ven 17H00 1H ●■ (9-13 ans)

#### RAGGA DANCEHALL HIP HOP

(Afrobeat-reggaeton-Ragga-Dancehall-Hiphop)

Diane AMZALLAG

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

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

#### DANSE INDIENNE

(Bharata Natyam)

TARIKAVALLI

Stages 1 fois par mois, samedi & dimanche

Voir calendrier rubrique [Stages](#).



## ENFANTS - ADOS

### PIANO

#### PIANO

Alexandra CATHELY

(Musical Production)

Mer 14H00 45min +

Mer 14H45 45min +

Jeu - soirée 45min +

Autres horaires sur demande

Sur inscription à l'accueil

### CHANT

#### CHANT

Alexandra CATHELY

(Musical Production)

jeu 20H30 1H30 + (ados 16 ans et +)

Julian MOREAU

Alexandre BLIN et Alexandra CATHELY

(Musical Production)

mer 17H00 1H30 + (ados 12 ans et +)

### THÉÂTRE

#### THÉÂTRE

Julian MOREAU

(Musical Production)

mer 14H00 1H30 + (7ans et +)

### COMEDIE MUSICALE

#### COMEDIE MUSICALE

Julian MOREAU et Alexandra CATHELY

(Musical Production)

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

### 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 1H00 + (16 ans +)

#### SELF DEFENSE FEMININE

Guillaume GARCIA & Clément LAVAUD

& Xavier ALVAREZ

(Association Lok Yiu Wing Chun France)

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

sam 18H00 1H + (Ados 16+)

#### KARATE - Shorin Ryu

Gérard ZAMOUR

(Association Oshukai Paris)

mer 15H00 1H + (7 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

C.P.: Cours individuel

P.O.: Portes ouvertes

Débutants: s'adresser aux niveaux ● ou +

## COURS EN PROGRAMMATION

Tango Argentin  
Zumba Gold, Gym Enfants

Le Centre de Danse ALESIA  
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 9H à 22H

