

# LUNDI

<b>DANSE CLASSIQUE</b>	13.30>15.00 / Orphée Anne-Marie LAFFONT	D
18.30>20.00 / Constance Bénédicte CARDON	P/M	
<b>BARRE AU SOL</b>	12.30>13.30 / Armand MITCHA	TN
12.30>13.30 / Orphée Anne-Marie LAFFONT	TN	
<b>MODERN JAZZ</b>	20.00>21.30 / Juliette Vanessa VILLAIN	MA
20.00>21.30 / Orphée Francine FERREIRA	DM	
<b>ORIENTAL</b>	19.00>20.15 / Manon SHIRAZ	M
20.15>21.30 / Manon SHIRAZ	A	
<b>BARRESHAPE®</b>	12.00>13.00 / Manon Géraldine WERNER	TN
13.00>14.00 / Manon Géraldine WERNER	TN	
18.30>19.30 / Armand Géraldine WERNER	TN	
<b>PILATES</b>	18.00>19.00 / Manon Sophie MILA	TN
<b>ASSOUPLISSEMENT</b>	12.30>13.30 / Constance Sophie MILA	TN
<b>YOG'N DANCE®</b>	12.30>13.30 / Juliette Julie FERREZ	TN
<b>SELF-DEFENSE - KRAV MAGA</b>	19.30>20.30 / Armand Jonathan ALBERTS	TN
20.30>21.30 / Armand Jonathan ALBERTS	TN	
<b>JEET KUNE DO &amp; KALI</b>	20.00>21.30 / Constance Michel LE VAN	TN

# MARDI

<b>DANSE CLASSIQUE</b>	12.30>14.00 / Constance Bénédicte CARDON	P/D1/D2
12.30>14.00 / Juliette Anne-Marie LAFFONT	MA	
<b>BARRE AU SOL</b>	20.00>21.30 / Orphée Isabelle CALVAT	M
<b>BARRE AU SOL</b>	12.00>13.00 / Armand Sophie MILA	TN
<b>MODERN JAZZ</b>	12.30>13.30 / Orphée Vanessa VILLAIN	TN
18.00>19.00 / Orphée Caroline NICOLAS	TN	
18.30>20.00 / Juliette Francine FERREIRA	TN	
19.00>20.00 / Orphée Isabelle CALVAT	TN	
<b>MODERN JAZZ</b>	20.00>21.30 / Juliette Francine FERREIRA	M
<b>CONTEMPORAIN</b>	20.00>21.30 / Manon Nathalie GONZALEZ	MA
<b>ORIENTAL</b>	18.45>20.00 / Manon SHIRAZ	TN
<b>LADYSHOCK®</b>	19.30>21.00 / Armand Steffi SESSION	DM
<b>BARRESHAPE®</b>	12.00>13.00 / Manon Géraldine WERNER	TN
13.00>14.00 / Manon Géraldine WERNER	TN	
20.30>21.30 / Constance Géraldine WERNER	TN	
<b>CALIFORNIA BARRE</b>	18.00>19.00 / Constance Sophia JEREMIASZ	TN
<b>PILATES</b>	13.00>14.00 / Armand Sophie MILA	1/2
<b>YOGA</b>	20.00>21.30 / Constance Marianne VERGNE	TN
<b>ESSENTRICS®</b>	18.30>19.30 / Armand Zsanett KARCZAGI	TN
<b>MEDITATION ACTIVE HC</b>	19.00>20.00 / Constance Hassan CHAIB	TN

# MERCREDI

<b>DANSE CLASSIQUE</b>	12.30>14.00 / Juliette Anne-Marie LAFFONT	MA
18.30>20h00 / Juliette Guillermo SERAFINI	M	
20.00>21h30 / Orphée Miki IMAI	D2	
<b>BARRE AU SOL</b>	13.00>14.00 / Orphée Sophie MILA	TN
<b>MODERN JAZZ</b>	20.00>21.30 / Juliette Vanessa VILLAIN	DM
<b>COURS CHOREGRAPHIQUE</b>	20.00>21.30 / Armand Mickaël BILIONNIERE	DM
<b>ORIENTAL</b>	18.30>19.30 / Constance GEMMA	A
19.30>20.30 / Constance GEMMA	MA	
<b>TRIBAL ATS®</b>	19.00>20.15 / Manon Julie DE SAINT BLANQUAT	DM
<b>TRIBAL FUSION</b>	20.15>21.30 / Manon Julie DE SAINT BLANQUAT	DM
<b>BARRESHAPE®</b>	12.00>13.00 / Manon Géraldine WERNER	TN
13.00>14.00 / Manon Géraldine WERNER	TN	
20.30>21.30 / Constance Géraldine WERNER	TN	

<b>PIL&amp;BAR®</b>	12.00>13.00 / Orphée Sophie MILA	TN
<b>YOGA</b>	13.30>14.30 / Armand Noémie DJINIADHIS	TN
18.30>20.00 / Armand Simon PYRKE	TN	
<b>NIA®</b>	19.00>20.00 / Orphée Mireille AMROUS	TN
<b>ESSENTRICS®</b>	12.30>13.30 / Constance Zsanett KARCZAGI	TN
<b>SELF DEFENSE - KRAV MAGA</b>	12.30>13.30 / Armand Jonathan ALBERTS	TN
<b>DANSE CLASSIQUE ENFANT</b>	14.00>15.00 / Manon AFA DANSE PARIS	6-8 ans
15.00>16.00 / Manon AFA DANSE PARIS	8-10 ans	
16.00>16.45 / Manon AFA DANSE PARIS	5-6 ans	
16.45>17.30 / Manon AFA DANSE PARIS	4 ans	
17.30>19.00 / Manon AFA DANSE PARIS	11-13 ans	
<b>HIP-HOP ENFANT</b>	14.30>16.00 / Armand AFA DANSE PARIS	Dès 12 ans
<b>SELF-DEFENSE ENFANT</b>	16.00>17.00 / Juliette	TN

# JEUDI

<b>DANSE CLASSIQUE</b>	13.30>15.00 / Constance Anne-Marie LAFFONT	M
20.00>21.30 / Orphée Miki IMAI	D1	
<b>BARRE AU SOL</b>	11.30>12.30 / Constance Cyrielle THOUIN	TN
13.00>14.00 / Manon MITCHA	TN	
<b>MODERN JAZZ</b>	18.30>20.00 / Juliette Sophie MILA	D
20.00>21.30 / Juliette Vanessa VILLAIN	M	
<b>CONTEMPORAIN</b>	19.00>20.30 / Manon Nathalie GONZALEZ	MA
<b>HIP-HOP</b>	20.00>21.30 / Armand Mickaël BILIONNIERE	DM
<b>ORIENTAL</b>	18.30>19.30 / Constance GEMMA	M
19.30>20.30 / Constance GEMMA	D	
<b>HEELS / TALONS</b>	18.00>19.00 / Armand OUMOU KAIRY	TN
<b>BARRESHAPE®</b>	12.30>13.30 / Juliette Géraldine WERNER	TN
19.00>20.00 / Orphée Géraldine WERNER	TN	
20.30>21.30 / Manon Géraldine WERNER	TN	
<b>YOGA</b>	12.30>13.30 / Armand Simon PYRKE	TN
<b>STRETCHING POSTURAL®</b>	12.30>13.30 / Constance Isabelle SCHWOBMANN	TN
<b>SHISEI-JITSU</b>	12.00>13.00 / Manon MITCHA	TN
<b>SELF-DEFENSE - KRAV MAGA</b>	19.00>20.00 / Armand Jonathan ALBERTS	TN
<b>JEET KUNE DO &amp; KALI</b>	20.30>21.30 / Constance Michel LE VAN	TN

# VENDREDI

<b>DANSE CLASSIQUE</b>	12.30>14.00 / Orphée Bénédicte CARDON	P/DM
19.00>20.30 / Orphée Isabelle CALVAT	D/M	
20.30>21.00 / Orphée Isabelle CALVAT	P/TN	
20.00>21.30 / Juliette Anne-Marie LAFFONT	MA	
<b>BARRE AU SOL</b>	19.30>20.30 / Manon Cyrielle THOUIN	TN
12.30>13.30 / Constance MITCHA	TN	
18.30>20.00 / Juliette Sophie MILA	DM	
<b>BOLLYWOOD</b>	18.00>19.00 / Armand Tushar MALGAONKAR	D
19.00>20.00 / Armand Tushar MALGAONKAR	M	
20.00>21.30 / Armand Tushar MALGAONKAR	MA	
<b>BARRESHAPE®</b>	12.00>13.00 / Manon Géraldine WERNER	TN
13.00>14.00 / Manon Géraldine WERNER	TN	
18.30>19.30 / Manon Géraldine WERNER	TN	
<b>HEALTHY BALLET WORKOUT</b>	18.00>19.00 / Orphée Laura B.	TN
<b>BALLET PHYSIQUE</b>	12.30>13.30 / Juliette Jenn SHINN	TN
<b>PIL&amp;BAR®</b>	13.30>14.30 / Armand Sophie MILA	DM
<b>PILATES</b>	12.30>13.30 / Armand Sophie MILA	2
<b>ESSENTRICS®</b>	18.30>19.30 / Constance Zsanett KARCZAGI	TN

# SAMEDI

<b>DANSE CLASSIQUE</b>	10.30>11.30 / Orphée Cyrielle THOUIN	D1
11.30>12.30 / Orphée Guillermo THOUIN	D2	
13.30>14.30 / Orphée Cyrielle THOUIN	Base	
14.00>15.30 / Juliette Guillermo SERAFINI	M	
<b>BARRE AU SOL</b>	9.30>10.30 / Orphée Cyrielle THOUIN	TN
12.30>13.30 / Orphée Cyrielle THOUIN	TN	
10.00>11.00 / Juliette Margritte GOUIN	TN	
14.30>15.30 / Constance Francine FERREIRA	DM	
14.30>16.00 / Manon Nathalie GONZALEZ	D	
<b>MODERN JAZZ</b>	15.30>17.00 / Juliette Francine FERREIRA	M
17.00>18.30 / Juliette Francine FERREIRA	MA	
<b>CONTEMPORAIN</b>	12.30>14.00 / Juliette Nathalie GONZALEZ	TN
<b>HIP-HOP</b>	14.30>16.00 / Armand Corinne DUFLO	TN

<b>BARRESHAPE®</b>	10.00>11.00 / Manon Géraldine WERNER	TN
11.00>12.00 / Manon Géraldine WERNER	TN	
12.00>13.00 / Manon Géraldine WERNER	TN	
<b>HEALTHY BALLET WORKOUT</b>	17.00>18.00 / Armand Laura B.	TN
<b>YOGA</b>	12.00>13.30 / Armand Simon PYRKE	TN
<b>HIP-HOP YOGA</b>	12.00>13.00 / Constance HUMBLE WARRIOR®	TN
<b>ESSENTRICS®</b>	11.00>12.00 / Constance Zsanett KARCZAGI	TN
<b>SELF-DEFENSE - KRAV MAGA</b>	10.00>11.00 / Armand Jonathan ALBERTS	A
11.00>12.00 / Armand Jonathan ALBERTS	D	

# DIMANCHE

<b>DANSE CLASSIQUE</b>	12.00>13.30 / Juliette Nicole GALY	MA
12.00>14.00 / Orphée Anne-Marie LAFFONT	MA	
<b>BARRE AU SOL</b>	11.00>12.00 / Juliette Nicole GALY	TN
11.00>12.00 / Orphée Anne-Marie LAFFONT	TN	
<b>BARRESHAPE®</b>	10.00>11.00 / Manon Géraldine WERNER	TN
11.00>12.00 / Manon Géraldine WERNER	TN	
<b>CARACTERE</b>	11.00>12.30 / Armand Miki IMAI	D
<b>BALLET SCULPT</b>	12.30>13.30 / Armand Hélène RENARD	TN

©Éléphant Paname. Edité en octobre 2019.  
 Sous réserve de modifications par les professeurs.

# PLANNING DES COURS 2019-2020

## LÉGENDE

TN : Tous Niveaux Cours ouverts à tous  
 D : Débutant Pas de pratique exigée  
 D1 : Débutant 1 Quelques notions exigées  
 D2 : Débutant 2 Au moins 1 an de pratique  
 DM : Débutant/Moyen Au moins 2 ans de pratique  
 M : Moyen Au moins 3 ans de pratique  
 MA : Moyen/Avancé Au moins 5 ans de pratique  
 A : Avancé Au moins 7 ans de pratique  
 P : Pointes  
 ⓘ : Cours à réservation obligatoire