

SAMEDI : PLANNING DES DÉMONSTRATIONS

HALLE - ESPACE 1



- 13h00 à 13h30 : **108 Studio Yoga** - Explication et postures élémentaires du yoga
13h45 à 14h15 : **Paris 3 Haidong Gumdo** - Présentation et initiations au sabre coréen
14h30 à 15h00 : **Les Z'allumés des arts** - Initiation aux arts du cirque
15h15 à 15h45 : **Aïkido Paris Temple** - Initiation aux principes fondamentaux de l'aïkido
16h00 à 16h30 : **COPC** - Initiation aux principes fondamentaux de l'escrime
16h45 à 17h30 : **Danskar** - Démonstration et initiation à la pratique du karaté

HALLE - ESPACE 2



- 13h00 à 13h30 : **Les voisins du dessus** - Apprentissage d'une chanson harmonisée à plusieurs voix
13h30 à 14h00 : **Vibrato** - La Voix Jazz - Concert d'élèves
14h30 à 14h50 : **La Salsa en Clave** - Apprentissage des bases de la salsa portoricaine
15h00 à 15h30 : **Hoopera** - Apprentissage des bases du Hula-hoop et exercices de fitness
15h30 à 16h00 : **Danse en seine** - Présentation d'une partition chorégraphique pour 7 danseurs
16h00 à 16h30 : **Nuba** - Démonstration de danse bûto
16h30 à 17h00 : **Les Ambianceuses** - Démonstration et initiation à la Booty Therapy
17h00 à 17h30 : **Shake that Swing** - Initiation au charleston
17h30 à 18h00 : **Swedish Fit** - Initiation à la Swedish Fit

HALLE - ESPACE 3



- 14h00 à 14h30 : **Atika Flamenco** - Présentation d'une chorégraphie de danse flamenco
14h30 à 15h00 : **Zita** - Atelier de prise de parole
15h00 à 15h30 : **NRGY 2000** - Présentation de postures de stretching
16h00 à 16h30 : **Les Chemins de la Danse** - Démonstration de danse et éveil sensoriel enfants

NIVEAU -1 - STUDIO DU POU-VOLANT



- 15h30 à 17h00 : **Sevam** - Cours de hatha yoga

NIVEAU -1 - GYMNASÉ



- 17h00 à 18h00 : **Roucoulettes Handball** - Initiation au handball, handfit et exercices de renforcement musculaire

NIVEAU -1 - GYMNASÉ



- 15h30 à 18h00 : **Sonikem** - Training day, breakdance et hip-hop