

Retrouvez les adresses des lieux
de pratique en fin de document



lundi



MARCHE NORDIQUE

09:30 - 11:30

Adultes
Séniors

Débutant
Confirmé

ATELIER D ICI DANSE

GYM ADAPTEE

10:30 - 11:30

Adultes
Séniors
Personnes
handicapées

Débutant

ATELIER D ICI DANSE

YOGA

12:15 - 13:15

Adultes
Séniors
Adolescents

Débutant
Confirmé
Expert

ATELIER D ICI DANSE

GYM DOUCE

14:30 - 16:30

Adultes
Séniors

Débutant
Confirmé

CENTRE SOCIAL
MONTBARD

DANSE HANDI

17:00 - 18:00

Personnes
handicapées

Débutant
Confirmé

FOYER MUTUALISTE
MONTBARD

ASSOULPISSEMENT

18:00 - 19:00

Adultes
Séniors

Débutant
Confirmé
Expert

ATELIER D ICI DANSE

ASSOULPISSEMENT

18:00 - 19:00

Adultes
Séniors

Débutant
Confirmé

TORCY

PILATES

19:00 - 20:00

Adultes
Séniors

Débutant
Confirmé
Expert

ATELIER D ICI DANSE



mardi

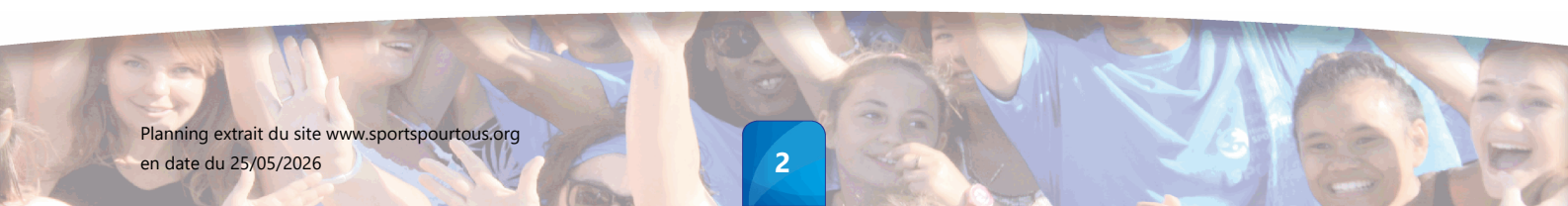




ASSOUPPLISSEMENT	09:00 - 10:00	Adultes Séniors	Débutant Confirmé Expert	ATELIER D ICI DANSE
Gym adaptée	10:30 - 11:30	Adultes Séniors Personnes handicapées	Débutant Confirmé	ATELIER D ICI DANSE
ASSOUPPLISSEMENT	12:30 - 13:30	Adultes	Débutant Confirmé Expert	ATELIER D ICI DANSE
ASSOUPPLISSEMENT	15:15 - 16:15	Adultes Séniors	Débutant Confirmé	SIVU EPOISSES
DYNAMIC DANCE	18:30 - 19:30	Adultes Adolescents	Débutant Confirmé	ATELIER D ICI DANSE
Danse Improvisation Création	19:30 - 21:30	Adultes Séniors Adolescents	Débutant Confirmé Expert	ATELIER D ICI DANSE



mercredi

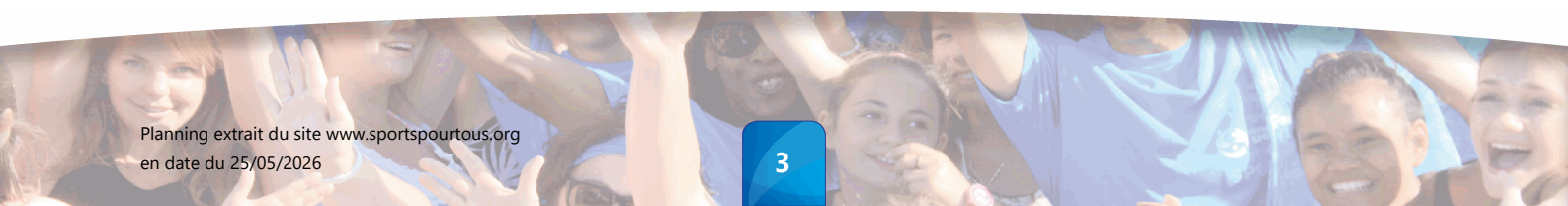




GYM DOUCE	09:00 - 10:00	Séniors	Débutant Confirmé	ATELIER D ICI DANSE
GYM DOUCE	09:30 - 10:30	Adultes Séniors	Débutant Confirmé	DOJO PRECY SOUS THIL
EXPRESSION CORPORELLE GR EVEIL	10:15 - 11:00	Enfants	Débutant	ATELIER D ICI DANSE
EXPRESSION CORPORELLE GR 1	14:15 - 15:15	Enfants	Débutant Confirmé Expert	ATELIER D ICI DANSE
EXPRESSION CORPORELLE GR 2	15:30 - 16:30	Enfants	Débutant Confirmé Expert	ATELIER D ICI DANSE
EXPRESSION CORPORELLE GR 3	16:45 - 17:45	Enfants Adolescents	Débutant Confirmé Expert	ATELIER D ICI DANSE
Pilates Débutant	18:00 - 19:00	Adultes Séniors Femmes enceintes	Débutant	ATELIER D ICI DANSE
ASSOULISSEMENT	18:15 - 19:15	Adultes Séniors	Débutant Confirmé	GENAY SALLE DES FETES
MODERN'JAZZ	19:00 - 20:15	Adultes	Débutant Confirmé Expert	ATELIER D ICI DANSE



jeudi





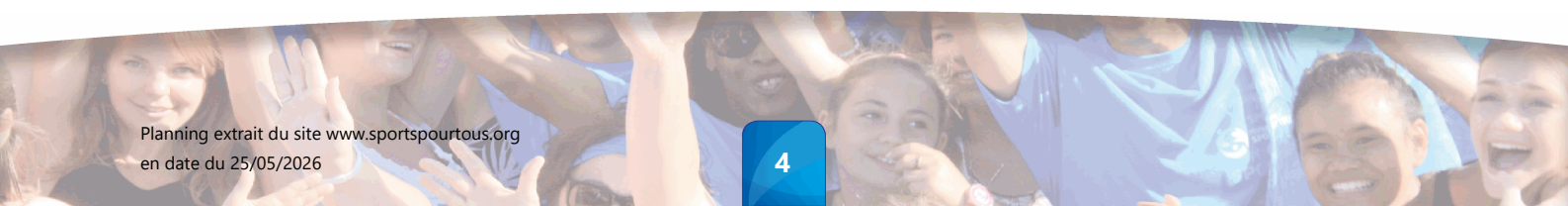
GYM DOUCE	10:30 - 11:30	Adultes Séniors	Débutant Confirmé	ATELIER D ICI DANSE
ASSOULISSEMENT	12:30 - 13:30	Adultes Séniors	Débutant Confirmé Expert	ATELIER D ICI DANSE
PILATES SENIORS	14:30 - 15:30	Séniors	Débutant Confirmé	ATELIER D ICI DANSE
PILATES DEBUTANTS	18:00 - 19:00	Adultes Séniors	Débutant	ATELIER D ICI DANSE
STRETCHING	19:00 - 20:00	Adultes Séniors	Débutant Confirmé Expert	ATELIER D ICI DANSE



vendredi



ASSOULISSEMENT	10:30 - 11:30	Adultes Séniors	Débutant Confirmé Expert	ATELIER D ICI DANSE
PILATES TOUS NIVEAUX	12:30 - 13:30	Adultes Séniors	Débutant Confirmé Expert	ATELIER D ICI DANSE
Qi Gong adapté	14:30 - 15:30	Adultes Séniors Femmes enceintes	Débutant Confirmé	ATELIER D ICI DANSE
QI GONG	16:00 - 17:30	Adultes Séniors	Débutant Confirmé	ATELIER D ICI DANSE
DANSE ET EXPRESSION	18:00 - 20:00	Adultes	Débutant Confirmé	ATELIER D ICI DANSE
Qi Gong	18:00 - 20:00	Adultes Séniors Femmes enceintes	Débutant Confirmé	ATELIER D ICI DANSE





samedi



MARCHE NORDIQUE

09:30 - 12:00



Adultes
Séniors



Confirmé
Expert



ATELIER D ICI DANSE



Lieux & contacts



Siège

ATELIER D'ICI DANSE CULTURE
6 RUE DU VIEUX MARCHÉ
LOGIS DU ROY
21140 SEMUR EN AUXOIS
T 0380971738
atelierdigidanse@icloud.com



Lieux de pratique

ATELIER D ICI DANSE
6 RUE DU VIEUX MARCHÉ
21140 SEMUR EN AUXOIS

CENTRE SOCIAL MONTBARD
21500 MONTBARD

DOJO PRECY SOUS THIL
21390 PRECY SOUS THIL

FOYER MUTUALISTE MONTBARD
21500 MONTBARD

GENAY SALLE DES FETES
21140 GENAY

SALLE DES FETES
21500 MOUTIERS ST JEAN

SIVU EPOISSES
7 RUE DE LA GARE
21460 EPOISSES

TORCY
PLACE DE TORCY
21460 TORCY ET POULIGNY