



HORAIRE DES COURS 2025-2026

- D

 = débutant
- A

 = avancé
- I

 = intermédiaire
- TN

 = tous niveaux
- ★

 = cours participant au spectacle

 = Cours de danse enfants = Cours de danse adolescent.e.s et/ou adultes = Cours bien-être ado-adultes

Lundi			Mardi			Mercredi			Jeudi			Vendredi		
GALERIE	LOGGIA	STUDIO	GALERIE	LOGGIA	STUDIO	GALERIE	LOGGIA	STUDIO	GALERIE	LOGGIA	STUDIO	GALERIE	LOGGIA	STUDIO
							08:00-09:00 Hatha Yoga Ado-adultes TN ANAÏS/JOY	08:15-09:15 Éveil 2-4 ans LAETITIA		09:00-10:00 Yoga Vinyāsa Ado-adultes TN ANNAËLLE	09:00-10:00 Éveil 2-4 ans LAETITIA	08:15-09:15 Hatha Yoga Ado-adultes TN ANAÏS/NADINE	08:15-09:15 Éveil 2-4 ans LAETITIA	
10:15-11:15 Renforcement & Danse Ado-adultes TN LESLY							09:25-10:25 Hatha Yoga Ado-adultes TN ANAÏS/JOY	09:25-10:25 Éveil 2-4 ans LAETITIA		10:10-11:10 Yoga Vinyāsa Ado-adultes TN ANNAËLLE	10:10-11:10 Initiation Classique 4-6 ans LAETITIA ★	09:20-10:20 Hatha Yoga Ado-adultes TN ANAÏS/NADINE	09:20-10:20 Éveil 2-4 ans LAETITIA	
							10:30-11:30 Condition physique Ado-adultes TN ANAÏS/JOY	10:30-11:30 Initiation Classique 4-6 ans LAETITIA ★				10:25-11:25 Condition physique Ado-adultes TN ANAÏS/NADINE	10:25-11:25 Initiation Classique 4-6 ans LAETITIA ★	
12:15-13:15 Pilates Ado-adultes TN LESLY			12:15-13:15 Pilates/Renforcement Ado-adultes TN ANYA											
						13:30-14:30 Initiation Classique 4-6 ans LAETITIA ★	13:30-14:30 Contemporain 8-10 ans RAPHAËLLE ★	13:30-14:30 Renforcement & Yoga Ado-adultes TN ANNAËLLE						
						14:30-15:30 Classique 6-8 ans LAETITIA ★	14:30-15:30 Initiation Contemporain 4-6 ans RAPHAËLLE ★	14:30-15:30 Renforcement & Yoga Ado-adultes TN ANNAËLLE						
		16:00-17:00 Acro-Contemporain 8-12 ans JAN ★				15:30-16:30 Classique 8-10 ans LAETITIA ★	15:30-16:30 Contemporain 6-8 ans RAPHAËLLE ★	15:30-16:30 Renforcement & Yoga Ado-adultes TN ANNAËLLE						
16:15-17:15 Initiation Classique 4-6 ans LAETITIA ★	16:15-17:15 Contemporain 6-8 ans RAPHAËLLE ★	17:00-18:00 Acro-Contemporain Ado-adultes D JAN	16:00-17:15 Classique 10-12 ans LAETITIA ★	16:15-17:15 Modern jazz 8-10 ans ANYA ★		16:30-18:00 Classique Adolescent.e.s I LAETITIA ★	16:30-17:30 Urbain-Contemporain 8-10 ans ANAÏS/LUCIE ★	16:30-17:45 Contemporain Adolescent.e.s I RAPHAËLLE ★	16:15-17:15 Classique 6-8 ans LAETITIA ★	16:15-17:15 Urbain 10-12 ans LAURA ★	16:15-17:15 Yoga à choix - Yin/ aérien/Vinyāsa Ado-adultes TN MARILYNE	16:00-17:00 Classique 6-8 ans LAETITIA ★		
17:15-18:30 Néo-Classique Ado-adultes DI LAETITIA ★	17:15-18:30 Contemporain 10-12 ans RAPHAËLLE ★	18:05-19:05 Yoga aérien FLOW Ado-adultes TN MARILYNE	17:15-18:15 Classique 8-10 ans LAETITIA ★	17:15-18:15 Modern jazz 10-12 ans ANYA ★	17:15-18:15 NIA Ado-adultes TN CHANTAL		17:30-18:30 Urbain-Contemporain 10-12 ans ANAÏS/LUCIE ★		17:15-18:30 Classique 10-12 ans LAETITIA ★	17:15-18:30 Urbain-Féminin Adolescent.e.s I LAURA ★	17:15-18:15 Yoga prénatal Femmes enceintes TN MARILYNE	17:00-18:15 Classique 10-12 ans LAETITIA ★	17:00-18:15 Acro-Contemporain Ado-adultes IA JAN ★	
18:30-20:00 Contemporain Ado-adultes IA RAPHAËLLE ★	18:30-20:00 Néo-Classique Ado-adultes IA LAETITIA ★	19:10-20:10 Yoga aérien ACRO Ado-adultes IA MARILYNE	18:15-19:45 Classique Ado-adultes IA LAETITIA ★	18:15-19:45 Salsa/Bachata solo Ado-adultes IA NATHALIE ★	18:15-19:30 Modern jazz Adolescent.e.s I ANYA ★	18:00-19:45 Contemporain Ado-adultes A RAPHAËLLE ★	18:30-19:45 Urbain-Contemporain Adolescent.e.s I ANAÏS/LUCIE ★	18:25-19:55 Danse africaine Sabar Ado-adultes IA MODOU ★	18:30-20:00 Contemporain Ado-adultes IA JEANNE ★	18:30-20:00 Urbain-Féminin Adultes IA LAURA ★	18:20-19:50 Danse africaine Sabar Ado-adultes DI MODOU	18:15-19:45 Classique Ado-adultes IA LAETITIA ★		
20:00-21:15 Classique Adultes I LAETITIA ★	20:00-21:00 Contemporain Adultes IA RAPHAËLLE	20:15-21:30 Jazz sur talons (Heels) Adultes I ANYA <i>programmé par sessions</i>	19:45-21:15 Modern jazz Ado-adultes IA ANYA ★	19:45-21:00 Classique Adultes D LAETITIA	19:45-21:00 Salsa/Bachata solo Ado-adultes DI NATHALIE	19:45-21:15 Urbain-Contemporain Adultes IA ANAÏS/LUCIE ★	19:45-21:00 Contemporain Adultes I RAPHAËLLE ★	20:15-21:30 Afro-Contemporain Ado-adultes DI MODOU	20:00-21:00 Renforcement & Mobilité Ado-adultes TN JEANNE		20:00-21:15 Afro-Contemporain Ado-adultes IA MODOU ★			

LIENS UTILES

- Inscription
- Tarifs et conditions
- Professeur.e.s
- Disciplines
- www.duplex-danse.ch/inscriptions
- www.duplex-danse.ch/tarifs
- www.duplex-danse.ch/equipe
- www.duplex-danse.ch/disciplines

Les samedis matins en mouvement
10:00 - 11:30

Réveillez-vous avec divers cours de danse et bien-être !
Chaque cours enseigné par nos professeur.e.s comprendra des contenus exclusifs pour ces 22 rendez-vous matinaux.

Planning détaillé des cours et inscription : www.duplex-danse.ch/samedimatin