

HORAIRE DES COURS 2025-2026

Lundi			Mardi			Mercredi			Jeudi			Vendredi		
GALERIE	LOGGIA	STUDIO	GALERIE	LOGGIA	STUDIO	GALERIE	LOGGIA	STUDIO	GALERIE	LOGGIA	STUDIO	GALERIE	LOGGIA	STUDIO
10:15-11:15 NOUVEAU Renforcement & Danse Ado-adultes TN LESLY							08:00-09:00 Hatha Yoga Ado-adultes TN ANAÏS/JOY	08:15-09:15 NOUVEAU Éveil 2-4 ans LAETITIA		09:00-10:00 Yoga Vinyāsa Ado-adultes TN ANNAËLLE	09:00-10:00 COMPLET Éveil 2-4 ans LAETITIA	08:15-09:15 NOUVEAU Hatha Yoga Ado-adultes TN ANAÏS/NADINE	08:15-09:15 COMPLET Éveil 2-4 ans LAETITIA	
							09:25-10:25 Hatha Yoga Ado-adultes TN ANAÏS/JOY	09:25-10:25 COMPLET Éveil 2-4 ans LAETITIA		10:10-11:10 Yoga Vinyāsa Ado-adultes TN ANNAËLLE	10:10-11:10 PRESQUE COMPLET Initiation Classique 4-6 ans LAETITIA ★	09:20-10:20 Hatha Yoga Ado-adultes TN ANAÏS/NADINE	09:20-10:20 COMPLET Éveil 2-4 ans LAETITIA	
12:15-13:15 NOUVEAU Pilates Ado-adultes TN LESLY			12:15-13:15 NOUVEAU Pilates/Renforcement Ado-adultes TN ANYA				10:30-11:30 Condition physique Ado-adultes TN ANAÏS/JOY	10:30-11:30 NOUVEAU 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 ★	
						13:30-14:30 Initiation Classique 4-6 ans LAETITIA ★	13:30-14:30 PRESQUE COMPLET Contemporain 8-10 ans RAPHAËLLE ★	13:30-14:30 NOUVEAU Renforcement & Yoga Ado-adultes TN ANNAËLLE						
						14:30-15:30 COMPLET Classique 6-8 ans LAETITIA ★	14:30-15:30 Initiation Contemporain 4-6 ans RAPHAËLLE ★	14:30-15:30 NOUVEAU Renforcement & Yoga Ado-adultes TN ANNAËLLE						
		16:00-17:00 NOUVEAU Acro-Contemporain 8-12 ans JAN ★				15:30-16:30 NOUVEAU Classique 8-10 ans LAETITIA ★	15:30-16:30 NOUVEAU Contemporain 6-8 ans RAPHAËLLE ★	15:30-16:30 NOUVEAU Renforcement & Yoga Ado-adultes TN ANNAËLLE						
16:15-17:15 COMPLET Initiation Classique 4-6 ans LAETITIA ★	16:15-17:15 NOUVEAU Contemporain 6-8 ans RAPHAËLLE ★	17:00-18:00 PRESQUE COMPLET Acro-Contemporain Ado-adultes D JAN	16:00-17:15 Classique 10-12 ans LAETITIA ★	16:15-17:15 NOUVEAU Modern jazz 8-12 ans - <i>Fondations</i> ANYA ★		16:30-18:00 NOUVEAU Classique Adolescent.e.s I LAETITIA ★	16:30-17:30 NOUVEAU Urbain-Contemporain 8-10 ans ANAÏS/LUCIE ★	16:30-17:45 PRESQUE COMPLET Contemporain Adolescent.e.s I RAPHAËLLE ★	16:15-17:15 PRESQUE COMPLET 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 NOUVEAU Classique 6-8 ans LAETITIA ★		
17:15-18:30 Néo-Classique Ado-adultes DI LAETITIA ★	17:15-18:30 NOUVEAU 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 PRESQUE COMPLET Modern jazz 9-13 ans - <i>Perfectionnement</i> ANYA ★	17:15-18:15 NOUVEAU NIA Ado-adultes TN CHANTAL		17:30-18:30 COMPLET Urbain-Contemporain 10-12 ans ANAÏS/LUCIE ★		17:15-18:30 COMPLET Classique 10-12 ans LAETITIA ★	17:15-18:30 PRESQUE COMPLET Urbain-Féminin Adolescent.e.s I LAURA ★	17:15-18:15 NOUVEAU Yoga prénatal Femmes enceintes TN MARILYNE	17:00-18:15 PRESQUE COMPLET Classique 10-12 ans LAETITIA ★	17:00-18:15 PRESQUE COMPLET Acro-Contemporain Ado-adultes IA JAN ★	
18:30-20:00 PRESQUE COMPLET Contemporain Ado-adultes IA RAPHAËLLE ★	18:30-20:00 PRESQUE COMPLET Néo-Classique Ado-adultes IA LAETITIA ★	19:10-20:10 Yoga aérien ACRO Ado-adultes IA MARILYNE	18:15-19:45 COMPLET Classique Ado-adultes IA LAETITIA ★	18:15-19:45 NOUVEAU Salsa/Bachata solo Ado-adultes IA NATHALIE ★	18:15-19:30 COMPLET Modern jazz Adolescent.e.s I ANYA ★	18:00-19:45 PRESQUE COMPLET Contemporain Ado-adultes A RAPHAËLLE ★	18:30-19:45 COMPLET Urbain-Contemporain Adolescent.e.s I ANAÏS/LUCIE ★	18:25-19:55 NOUVEAU Danse africaine Sabar Ado-adultes IA MODOU ★	18:30-20:00 COMPLET Contemporain Ado-adultes IA JEANNE ★	18:30-20:00 PRESQUE COMPLET Urbain-Féminin Adultes IA LAURA ★	18:20-19:50 Danse africaine Sabar Ado-adultes DI MODOU	18:15-19:45 VCOMPLET Classique Ado-adultes IA LAETITIA ★		
20:00-21:15 PRESQUE COMPLET Classique Adultes I LAETITIA ★	20:00-21:00 NOUVEAU Contemporain Adultes IA RAPHAËLLE	20:15-21:30 Jazz sur talons (Heels) Adultes I ANYA	19:45-21:15 COMPLET Modern jazz Ado-adultes IA ANYA ★	19:45-21:00 PRESQUE COMPLET Classique Adultes D LAETITIA	19:45-21:00 NOUVEAU Salsa/Bachata solo Ado-adultes DI NATHALIE	19:45-21:15 NOUVEAU Urbain-Contemporain Adultes IA ANAÏS/LUCIE ★	19:45-21:00 NOUVEAU Contemporain Adultes I RAPHAËLLE ★	20:15-21:30 NOUVEAU Afro-Contemporain Ado-adultes DI MODOU	20:00-21:00 NOUVEAU Renforcement & Mobilité Ado-adultes TN JEANNE		20:00-21:15 Afro-Contemporain Ado-adultes IA MODOU ★			

LIENS UTILES

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

- Jazz sur talons (Heels) www.duplex-danse.ch/heels
- Les Samedis matins en mouvement www.duplex-danse.ch/samedimatin
- Petits Yogis www.duplex-danse.ch/petits-yogis

Samedi		
Les samedis matins en mouvement		Petits Yogis
10:00 - 11:30 ado-adultes	09:00 - 09:45 2-4 ans +1 parent	10:00 - 12:00 4-7 ans
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.		Initiation ludique au yoga et chant pour enfants Découvrir les postures, mantras et techniques de respiration pour mieux connaître leur corps et gérer leurs émotions.