

HORAIRE DE COURS - AUTOMNE 2024

COURS DISPONIBLES EN DROP-IN (ROSE)

HEURES DE STUDIO LIBRE (VERT)

AM

MIDI

PM

| | DIM | LUN | MAR | MER | JEU | VEN | SAM |
|--|--------------------------------------|------------------------------------------|----------------------------------------|------------------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|------------------------------------|
| | Danse cré 3 8 h 55 | | | | | Yoga sur chaise 9 h | |
| | Danse cré 3 9 h 45 | | | | | Yoga sur chaise 9 h 45 | Hip hop 2 9 h 30 |
| | Danse cré 1 10 h 35 | | | | | Danse 45+ 10 h 45 | Hip hop 3 11 h |
| | Danse cré 2 11 h 25 | | | | | | |
| | | Pilates 12 h 05 | YogaJam 12 h 05 | Entraînement du midi 12 h 05 | Salsa cubaine 12 h 05 | Yoga 12 h 05 | |
| | Ballet 1 13 h | | Yoga sur chaise 13 h | Troupe du Cégep 13 h 15 | | | Zumba parent/enfant 13 h |
| | Contemp jeunesse 2 14 h 20 | | Troupe de C.-E. Pouliot 15 h | Studio libre 14 h 45 - 15 h 55 | | | |
| | Ballet 3 15 h 40 | Contemp jeunesse 1 16 h | Danse cré 4 16 h 20 | Ballet 2 et 3 16 h | Hip hop 1 16 h | | |
| | Pré-Pointes 17 h | Cardio pilates 17 h 30 | Salsa 17 h 30 | Heels 17 h 30 | Hip hop adultes 17 h 30 | Zumba débutant 17 h 15 | |
| | | Technique et condit. 18 h 30 | | Ballet adultes 18 h 30 | Contemp adultes 19 h | | |
| | | Studio libre 19 h 30 - 20 h 30 | | Pointes 20 h | | | |

Achat de carte 5 cours: www.gaspedanse.com