

## Planning portes ouvertes GRATUITES du CSADN - 16 au 20 Septembre 2019

LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI	
salle DANSE	DOJO	salle DANSE	DOJO	salle DANSE	DOJO	salle DANSE	DOJO	salle DANSE	DOJO
10H-11H30 QI GONG									
12H-13H YOGA Tous Niveaux	12H-13H15 TAI JI QUAN	12H-13H FITNESS Renf. Musculaire	12H-13H JUDO/TAISO Adultes			12H-13H Méthode PILATES	12H-13H JUDO Adultes		
				14H-14H45 MODERN'JAZZ 6/7 ans	14H30-15H30 QI GONG Senior				
				14H45-15H45 MODERN'JAZZ 8/10 ans					
				15H45-16H30 EVEIL DANSE 4/5 ans				17H-17H45 EVEIL DANSE 4/6 ans	17H10-18H BABY JUDO
17H45-19H PERCU. AFRICAINES Conf.		17H45-18H45 YOGA Déb		16H30-17H30 MODERN'JAZZ 11/13 ans	16H30-17H30 JUDO Enfants	18H30-19H30 AFRO RYTHM		17H45-18H45 MODERN'JAZZ 7/10 ans	18H-19H JUDO Enfants
19H15-20H15 PERCU. AFRICAINES Deb.	20H-21H45	19H-20H15 DANSE EN LIGNE COUNTRY	18H30-20H QI GONG	17H30-19H MODERN'JAZZ ADOS Deb/Int	18H-19H LUTTE	19H30-20H30 BACHATA	18H30-20H TAI JI QUAN	18H45-20H15 MODERN'JAZZ ADOS Int/Av	18H-19H30 JUDO Adultes
20H30-21H45 DANSES AFRICAINES	COMBAT MIEVEAL	20H30-21H45 DANSES EN COUPLE	20H-21H30 TAI JI QUAN	19H-20H30 YOGA Inter/Av	19H-21H45 SELF DEFENSE	20H30-21H30 SALSA CUBAINE	20H-21H30 QI GONG	20H15-21H15 MODERN'JAZZ Adultes	20H-21H15 COMBAT MIEVEAL