



Planning des Cours RED

Complexe Sportif JESSE OWENS

→ Accès Avenue de l'Europe, à Cachan (en face du parking du complexe Léo Lagrange)

	Horaires**	Durée	Cours & niveaux*	Public
Lundi (Valérie)	18H00 – 19H00	1H	New : Yoga Junior	Enfants
	19H00 – 20H00	1H	Yoga	Ados & Adultes
	20H00 – 21H00	1H	Yoga	Ados & Adultes
Mardi (Mélanie)	17H15 – 18H15	1H	Danse Modern'Jazz enfants	7 / 9 ans
	18H15 – 19H30	1H15	Danse Modern'Jazz pré-ados	10 / 13 ans
	19H30 – 20H30	1H	Stretching	Ados & Adultes
	20H30 – 22H00	1H30	Modern' Jazz – Débutant / Moyen	à partir de 16 ans & Adultes
Mercredi (Mélanie)	14H30 – 15H30	1H	Gym douce	Adultes & Senior
	15H30 – 16H30	1H	Initiation Danse	5 / 6 ans
	16H30 – 17H15	45 mn	Eveil Corporel (1 ^{ère} année)	Petite section
	17H15 – 18H00	45 mn	Baby Danse (2 ^{ème} année)	Moyenne section
	18H00 – 19H30	1H30	Danse Modern'Jazz – Ados intermédiaire	13 / 15 ans
	19H30 – 20H30	1H	Renforcement Musculaire	Ados & Adultes
	20H30 – 22H00	1H30	Danse Modern'Jazz – Intermédiaire	à partir de 16 ans & Adultes

Mini Club du Coteau

→ A l'angle de la rue Gaston Audat, à Cachan

	Horaires**	Durée	Cours & niveaux*	Public
Jeudi (Agnès)	18H00 – 19H15	1H15	Yogalates	Ados & Adultes
	19H15 – 20H30	1H15	Yogalates	Ados & Adultes
	20H30 – 21H45	1H15	Yogalates	Ados & Adultes



- Info contact & Pré-inscription : red.cachan@hotmail.fr ou 06 47 79 67 09

*sous réserve de places restantes & effectif cours
** Changement possible en début d'année