

ASSOCIATION EN VOGUE DE CRENEY

PRENEZ SOIN DE VOUS, VIVEZ EN HARMONIE ET DANSEZ AVEC ENERGIE

NOS COURS

Émilie Delagneau, animatrice sportive & Françoise Jacquot, professeur de yoga



REMISE EN FORME

Salle de danse de Creney

Stretching relaxation

Assouplissement et travail du dos
Lundi : 9h30 - Mardi : 10h30

Stretching abdos - fessiers

Préparation et renforcement musculaire
Lundi : 10h30 & 19h45 - Mardi : 18h45 - Vendredi : 9h30

Pilates

Assouplissement et renforcement des muscles profonds
**Lundi : 12h30 - Mardi : 9h30 & 11h30 & 19h45
Jeudi : 17h45 & 18h45 - Vendredi : 10h30**

HATHA YOGA ET CONTROLE DU MENTAL

Petite salle de l'espace Charles de Gaulle de Creney

Mercredi : 19h (1h30)

Mardi : 19h - Jeudi : 19h (1h30)

**Débutants
Avancés**



EXPRESSION CORPORELLE

Salle de danse de Creney

Initiation

Babies (3 - 4 ans)

Mercredi : 16h00 (45 min)

Minies (5 - 6 ans)

Mercredi : 15h00

Modern'jazz

Moyennes (7-8 ans)

Mercredi : 16h45

Grandes (9-11 ans)

Lundi : 17h45

Préados (12-14 ans)

Mardi : 17h45

Ados (15-17 ans)

Samedi : 11h30

Jeunes (+18 ans)

Vendredi : 19h45

Adultes

Lundi : 18h45

Mercredi : 19h45

Jeudi : 19h45

Classique

Ballerines (7-11 ans)

Vendredi : 17h45

Quadrilles (12-14 ans)

Mercredi : 17h45

Choryphées (15-17 ans)

Samedi : 10h30

Etoiles (+18 ans)

Vendredi : 18h45

Adultes

Mercredi : 18h45

WEDDING DANCE

Préparation à l'entrée de bal pour les futurs mariés

Samedi sur réservation

Reprise des cours le 09 septembre 2024

PRÉINSCRIPTION OBLIGATOIRE À PARTIR DU 19 AOÛT AU 07.80.37.91.35 & YOGA AU 06.83.64.56.76

Pour toutes informations :

Émilie Delagneau : 07 80 37 91 35

Françoise Jacquot : 06 83 64 56 76

Isabelle Bruggen : 06 33 78 13 77



asso.envogue@gmail.com
www.association-en-vogue.fr

   AssociationEnVogue