

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
14h00 - 18H00 PRACTICE (ENTRAINEMENT LIBRE) SUR RESERVATION : Formulaire de contact ou poleetmotion@gmail.com 10 euros / heure					13h - 14h INITIATION 1H GRATUIT	COURS A THEMES PONCTUELS - DUREE : 1H30 : STAGE EQUILIBRE, POLE XTREM, CHAIR DANCE, LAP DANCE, POLE CHORE,
ATTENTION LES COURS TOUS NIVEAUX DEMANDENT UN PRE-REQUIS D'AU MINIMUM 5 COURS DE POLE					14H00 - 15H30 POLE DANCE TOUS NIVEAUX	
					15H30 - 16H30 GET STRONGER	
18H45 - 20H15 POLE DANCE INITIATION/DEB 1	18H45 -20H15 POLE DANCE DEB 2/ INTER1	18H45 -19H45 SEXY MOTION	18H45 - 20H15 POLE DANCE INTER	18H45 - 20H15 POLE INTER2/AVANCE	COURS A THEMES PONCTUELS - DUREE : 1H30 : STAGE EQUILIBRE, POLE XTREM, CHAIR DANCE, LAP DANCE, POLE CHORE,	
20H30 - 22H00 POLE DANCE INTER	20H15 - 21H45 CONTORSION 1H30	20H00 - 21H30 POLE DANCE DEBUTANT	20H30 -22H00 POLE DANCE DEBUTANT	20H15 - 21H15 EQUILIBRE/ SPECIAL ECARTS		