

RESERVATIONS HELLO ASSO : 23,24,25 avril 2026				
STAGES	THEME	JOUR/ SALLE	DETAIL	PRIX
10h - 11h30 Moïra - professeur chez Odoriko	FLOORWORK	JEUDI RYTHME	Technique de danse qui implique des mouvements artistiques effectués directement sur le sol.	12€
11h30 - 13h Aure - professeur chez Odoriko	HEELS	JEUDI EXPRESSION	Apprendre à marcher et danser en talons	12€
13h – 14 (élèves échauffés) Moira + Aure professeurs chez Odoriko	Atelier chorégraphique Heels+Floorwork	JEUDI EXPRESSION	Création pour spectacle 'Petites Scènes' jeudi 23 avril 20h00 L'Annexe, salle de spectacles MJC	12€
14h – 18h Tout âge – niveau intermédiaire Amélie Bebon	Girly commercial : danse urbaine stylisée et féminine inspirée des clips pop et R'N'B.	JEUDI EXPRESSION	Création le 'groupe' et la confiance en soi pour spectacle 'Petites Scènes' jeudi 23 avril 20h00 à L'Annexe, salle de spectacles MJC	32€
Atelier Feldenkrais Professeur Sylvia Ghibaudo MJC Ouvert à tous 10h15-11h30	La méthode optimise notre mobilité en douceur grâce à une conscience plus claire de notre physiologie et de notre anatomie	JEUDI VENDREDI DOJO		12€ le cours

Endoflexy Pauline Cancel Professeur Liv U Pole Narbonne 14h-15h	Cours de souplesse douce conçue pour aider les femmes à soulager leurs douleurs et à retrouver plus de confort dans leur corps.	JEUDI RYTHME VENDREDI EXPRESSION		12€
Danse africaine Ousséni Sako 15h30-17h	Danser à l'écoute du temps musical.	JEUDI RYTHME VENDREDI EXPRESSION		12€
Gianluca Falvo A partir de 15 ans. 15h-18h 10h-13h 13h-14h (heure gratuite, obligatoire, pour ceux qui feront la création)	Gianluca Falvo , danseur et chorégraphe. Diplômé à la SPID à Milan en Juin 2008. Il poursuit sa formation et sa carrière à New York, puis à Paris où il danse dans la comédie musicale 1789 'Les amants de la Bastille' Une danse moderne, énergique et poétique.	VENDREDI RYTHME SAMEDI THÉÂTRE	Création chorégraphique pour soirée de clôture samedi 25 avril 2025. (Aucune obligation de participer à la restitution).	60€ 60€ 2cours =100€