

DANSE SPORT BIEN-ÊTRE

PLANNING STUDIO APSARA

LUNDI

12H30 - 13H30 **STRETCHING**
Assouplissement et étirement musculaire

17H30 - 18H30 **CLASSIQUE ADULTE**
(Tous niveaux confondus)

18H30 - 20H **CONTEMPORAIN ADULTE**
(Tous niveaux confondus)

MERCREDI

10H - 12H **ÉVEIL / DÉBUTANTS**
à partir de 4ans

JEUDI

18H00 - 19H00 **STRETCHING / FITNESS**
changement 1 semaine sur 2

VENDREDI

12H30 - 13H30 **FITNESS**
Renforcement musculaire (abdos, cardio, fessiers, bras)

17H30 - 18H30 **CLASSIQUE ADULTE**
(Tous niveaux confondus)

18H30 - 20H **CONTEMPORAIN**
INTERMÉDIAIRE / SUPERIEUR
à partir de 10ans

SUR
RDV

DANSE DE
MARIAGE

COURS DANSE
PARTICULIER

COACHING
SPORTIF

TARIFS STUDIO APSARA

2022

DANSE

1 COURS

280 EUROS / AN
110 EUROS / TRIMESTRE

2 COURS

350 EUROS / AN
150 EUROS / TRIMESTRE

3 COURS

420 EUROS / AN
180 EUROS / TRIMESTRE

/ SEMAINE

**SPORT
& BIEN-ÊTRE**

1 COURS

130 EUROS / AN
60 EUROS / TRIMESTRE

2 COURS

200 EUROS / AN
80 EUROS / TRIMESTRE

3 COURS

260 EUROS / AN
100 EUROS / TRIMESTRE

/ SEMAINE

COURS À L'UNITÉ

15 EUROS

COURS INDIVIDUEL

35 EUROS