

HORAIRE CAMP ÉTÉ :

COURS	HEURE	DESCRIPTION
Ballet Classique	9h à 10h	Base de la technique de ballet Travaille à la barre Niveau débutant et élémentaire *chaussette
Hip Hop	10h05 à 11h05	Technique de base Choréo *espadrille propre
Collation	11h05 à 11h15	santé
Cardio Zumba	11h15 à 11h45	Cardio, Force, et plaisir
Étirement	11h45 à 12h	
Diner	12h à 12h30	Froid seulement Crème solaire (casquette)
Atelier musical	12h30 à 13h	Comprendre la musicalité Varié et diversifié Improvisation Création
Jazz	13h à 14h	Technique jazz et pas de base *nue pied
Acrodanse	14h05 à 14h35	Base gymnastique Équilibre Roulade
Atelier chorégraphique	14h40 à 15h40	Une chorégraphie par jour Toujours style et discipline différente
Collation	15h40 à 15h50	santé
Art et danse	15h50 à 16h (16h30)	Maquillage de scène

Toujours apporter et vous pouvez laisser au studio :

- Bouteille d'eau
- Rechange
- Soulier espadrille propre
- Chaussette
- Lunch froid (nous avons un tout petit frigidaire – Icepack suggéré)
- Crème solaire et casquette
- Être habillé : Legging long, camisole ou t-shirt, cheveux attachés, pas de bijoux