



Planning des cours et stages 2026 – 2027

MERCREDI

VENDREDI

SAMEDI

COURS FELDENKRAIS

GH

Présentiel - hebdomadaire

12H20 – 13H20

Adultes et jeunes adultes

COURS FELDENKRAIS GH

*Distanciel -
hebdomadaire*

18H30 – 19H30

Adultes et jeunes
adultes

ATELIERS SOMMEIL (méthode Sounder Sleep System) GH - 10H - 13H

samedis 28 novembre et 13 février

Adultes et jeunes adultes

ATELIERS FELDENKRAIS GH - 10H - 13H

« Le Pied et la Jambe » - samedi 09 janvier

« Périnée / Plancher Pelvien » - samedi 10 avril

Adultes et jeunes adultes

DANSE CONTEMPORAINE DK

COURS BIMENSUEL * – 14H-15H30

samedis 26 sept, 10 et 17 oct, 07 et 28 nov, 05 et 19 déc, 09 et 23
janv, 06 et 13 fév, 20 mars, 10 et 17 avr, 22 et 29 mai, 12 et 19 juin

ATELIERS DE RECHERCHE CHOREGRAPHIQUE MENSUEL ** - 15H30 – 16H30

samedis 10 oct, 07 nov, 05 déc, 09 janv, 06 fév, 20 mars, 17 avr, 29
mai, 12 et 19 juin

Adultes et jeunes adultes – Niveau moyen avancé

* semaine sans atelier : travail sur une variation technique / semaine avec
atelier : travail sur un extrait de chorégraphie issue du répertoire (Preljocaj
Carlson etc.)

** les personnes participant à l'atelier doivent prendre le cours technique
avant et s'engagent dans le projet de restitution le 27 juin 2027 à
Montmaur.