

FORMATIONS CONTINUES

PERFECTIONNEMENT APPROFONDISSEMENT

COREG

WEEKEND de rentrée animateurs/dirigeants

3 & 4 octobre 2020 Calais

Aisne

ADULTE La musique ou comment dynamiser ses séances ?
(Chorégraphies au kilomètre ou pré chorégraphiées) [Nabil](#)

20 mars 2021 Laon

ADULTE Step : toutes les techniques [Nabil](#)

19 juin 2021 Chamouille

Nord

ENFANT 3 - 6 ANS Danse/Expression [Mélanie Plankeel](#)

10 octobre 2020 Lille

ADULTE Chorégraphies au kilomètre ou pré chorégraphiées:
des idées pour vos séances tendances [Doriane](#)

16 janvier 2021 Mouvaux

ZEN Gym Posturale avec
zoom prévention lombalgies / cervicalgies [Guillaume Donnez](#)

11 avril 2021 Marly

Oise

ADULTE Chorégraphies au kilomètre ou pré chorégraphiées:
des idées pour vos séances tendance [Nabil](#)

23 janvier 2021 Cauffry

Pas de Calais

ZEN abdos hypopressifs [Guillaume Donnez](#)

24 octobre 2020 Calais

ENERGY circuit training [Guillaume Donnez](#)

6 février 2021 Calais

Somme

ZEN Bodyzen [Laurence](#)

16 janvier 2021 Montdidier