

# FORMATIONS CONTINUES

## PERFECTIONNEMENT APPROFONDISSEMENT

### COREG

**WEEKEND** de rentrée animateurs/dirigeants

**annulé**

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](#)

**Décalé  
au printemps**

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](#)