

## DANSE CLASSIQUE

Frédéric LAZZARELLI  
de l'Opéra National de Mexico  
cours accompagnés au piano  
www.dansefredericlazzarelli.com  
Lu : 19h ■ P  
Ma : 9h30 ● 1 & 2 19h ● 1  
Me : 19h ■ P  
Je : 9h30 ● 1 19h ● 2  
Ve : 9h30 ● 1 & 2 19h ■ ▲  
Sa : 14h ■ ▲ 18h ● 1  
Di : 9h30 ● 1 11h ● 2

Daniella RAJCHMAN  
Ma : 11h ● (tech de base)  
Me : 20h30 ● (tech de base)  
Je : 11h tn  
Ve : 11h ● (tech de base)  
Sa : 12h30 tn (+ ados)

Béatrice HERBOUT  
Opéra de Hambourg  
www.beatrice-herbout.com  
Di : 12h30 ● ■ 13h30 ● ■ P(1/2h)

Christine DUVEAU  
Lu : 12h30 ■ P (+ ados)  
Me : 10h30 ■ P (+ ados)  
Sa : 10h ■ P (+ ados)

Laurence GEBERT  
Lu : 14h ● ■  
Je : 14h ● ■

Yasna STEVOVICH  
English National Ballet  
et Rhudra/Béjart  
Sa : 10h ● ■ Pointes

## DANSE BAROQUE

Edith LALONGER  
Di : 10h ● 11h ■ ▲

## BODY BALLET

Dana MUSSA  
www.getchancetodance.com  
Ma : 19h30

## CALLIGRAPHIE & CHORÉGRAPHIE

Yoanna BLIKMAN  
"LE LABORATOIRE D'ESTHER"  
Lettres hébraïques Voix  
Mouvement • Improvisation  
Di : 17h (2h) tn esthermethod.com

Evelyne BONNEAUD  
06 76 20 47 80  
"Danse IRISKATHAK"  
Calligraphie Dansée  
Je : 10h (1h) ● ■ 11h (1h) ▲

## BARRE AU SOL CLASSIQUE

Daniella RAJCHMAN  
Je : 14h tn  
Sa : 11h tn

Christine DUVEAU  
(Kniasseff/Winkelmann)  
Lu : 11h30 tn (+ ados)  
Me : 9h tn (+ ados)  
Ve : 13h tn (+ ados)  
Sa : 9h tn (+ ados)

Béatrice HERBOUT  
méthode B.Herbout  
www.beatrice-herbout.com  
Di : 11h30 tn Barre au sol/Gymdans

Yasna STEVOVICH  
(méthode Boris Kniasseff)  
Ma : 12h30 ■ ▲  
Ve : 12h30 ● ■ (+barre debout)  
Sa : 11h ■ ▲  
Di : 12h30 ● (2h) (+barre debout)

Lionel DESRUELLES  
Lu : 12h30 tn (b/sol + milieu)  
Je : 12h30 tn (b/sol + milieu)

## BARRE AU SOL CONTEMPORAINE

Rozenn JACON  
06 12 13 60 70  
B/sol-Assouplissement  
Ma : 12h30 tn (1h)  
Je : 12h30 tn (1h)

Sylviane NICOLAZZO  
BIOMEC'ART/06 81 23 84 14  
Chronologie du mouvement  
Gym douce®  
www.snicolazzo.fr / CPsur RDV  
Je : 14h tn (2h)  
Ve : 17h30 ●

Claire SALOMON  
www.claresalomon.com  
Je : 19h tn

Béatrice CORBIN  
06 87 30 89 22  
barre au sol douce et bien-être  
Me : 18h30 tn (1h)

## FELDENKRAIS

Muriel CHALON  
Me : 18h30 tn (1h)  
Sa : 11h tn (1h)

Rozenn JACON  
06 12 13 60 70  
Je : 11h (1h) tn

## DANSE CONTEMPORAINE

Georges GATECLOUD  
dit BELLECROIX  
Ve : 19h ■  
Sa : 12h30 tn

Catherine CORDIER  
Base CUNNINGHAM/LIMON  
Ma : 14h ▲ 20h30 ●  
Me : 12h30 ● ■ 20h30 ●  
Je : 14h ▲ 17h30 ■  
Ve : 17h30 ● ▲ 20h30 ■  
Sa : 15h30 ● ■ (2h)

Claire SALOMON  
LIMON  
www.claresalomon.com  
Je : 20h30 ● ■ (+ ados 16 ans et +)

ADALIE  
adaliedanselibre@gmail.com  
DANSE LIBRE /MALKOVSKY  
Me : 11h tn

Angela BARSOTTI  
Je : 20h30 ● ■

Mikaël OHANNESSIAN  
Cie Avant la Tempête

Lu : 17h30 ●  
Ma : 12h30 ● ■  
Je : 12h30 ● ▲  
Ve : 16h ●

Mor Jessica MIZRACHI  
Ma : 18h ■ ▲  
Me : 19h tn impro

Tal RAVIV  
Me : 11h ● ■  
Ve : 11h ● ■

Anais MANRESA  
06 50 00 61 69  
Me : 18h30 (1h) ● ■

## DANSER EN RYTHME

Jean Michel FRÉNÉA  
à partir du 6 Octobre  
CP sur RDV/afro75jam@yahoo.fr  
Extra Débutant "Find your step"  
Ma : 18h30 init (1h)

SOPHROLOGIE  
RELAXATION  
Martine GAY  
gestion des émotions/stress fatigue  
Sur RDV CP et groupes  
06 06 72 08 79

## TECHNIQUE ALEXANDER

Evelyne BONNEAUD  
06 76 20 47 80  
posture, corps & voix ss tension  
Formation AFDAS sur RDV  
Je : 18h30 tn (1h)

## MODERN JAZZ

Anne BEAUCOUSIN  
New Jazz / 06 87 43 66 80  
www.annebeaucousin.com  
Lu : 19h ● ■ 20h30 ■ ▲  
Me : 12h30 ●  
Je : 19h ■

Vanessa VILLAIN  
HORTON/AILEY  
06 26 26 05 97  
www.vanessa-villain.com  
Ma : 19h ● ■ 20h30 ■

Pierre Yves BRIVAL  
Broadway & Urban Jazz  
Sa : 14h30 ● ■  
Di : 12h ● ■

LALIA Basic Jazz  
Je : 12h30 ● ■  
Sa : 14h30 ● ■ (2h)

Jeannine LORCA  
Me : 17h15 tn (Ados)  
19h tn (Ados)  
Je : 19h tn (Ados)

Carolina DEHLOUZ  
06 10 16 13 89  
Je : 16h30 init  
Ve : 14h init

Steffi SESSION  
Jazz Basic's/06 63 25 98 34  
Me : 18h30 ● (1h)

Lionel DESRUELLES  
Jazz Contemporain  
Sa : 12h30 ■

Marie-Paule FAURE  
IG : @marie\_paule\_faure  
Je : 12h30 tn

## BURLESQUE & CABARET

Les PLUMETTES PARIS  
Burlesque & Eventails  
Lu : 19h tn 20h30 ■ 20h30 ■ ▲  
Ma : 19h ● 20h30 tn  
Me : 19h30 ■  
Je : 20h30 tn

DANSE CABARET ACADEMY  
www.dansecabaretacademy.com  
Cabaret Parisien  
Patricia VIGOROSA  
Ve : 20h30 ■

## CLAQUETTES AMÉRICAINES

Martine RAVEAUX  
Lu : 19h ■ 1 20h30 ● 1 & 2 (1h)  
Me : 19h init  
Je : 18h ■ 2  
Ve : 15h ▲ 18h init (1h)

Alexis THOMAS-SZLACHTA  
cours accompagnés au piano  
06.38.56.75.75  
Ma : 19h tn  
Sa : 14h tn

## STREET JAZZ/HIP HOP HEELS / DANCEHALL K-POP

Mia FRYE  
Street Jazz/Hip Hop Flow  
06.07.70.85.94  
Lu : 17h ■ (2h) 20h ■ (2h)  
Me : 17h ■ (2h) ados  
Je : 20h30 ■ (2h)  
Sa : 17h15 ■ ▲ (2h)

Steffi SESSION 06 63 25 98 34  
www.ladyshock.fr  
Me : 19h30 ● Ladyshock Commercial  
20h30 ● ■ Ladyshock Heels

Mikael BILIONNIÈRE  
06 72 42 06 85  
www.cours-hip-hop.fr  
Ma : 19h ● ■ DanceHall  
Me : 19h ● ■ (1h) Hip Hop Commercial  
Sa : 16h30 ● (1h) Hip Hop (+ ados)  
17h30 ● ■ (1h) Hip Hop (+ ados)  
18h30 ■ Hip Hop (+ ados)

JP CHANDLER  
06 13 87 36 57  
www.playzoneofficial.com  
Lu : 20h30 ● Street Jazz Commercial  
Ma : 20h30 ● DanceHall Urban  
Me : 20h30 tn Heels Style Beyoncé  
Ve : 19h ● DanceHall Urban  
Sa : 15h30 tn Street Jazz Commercial  
17h ● Kpop Hip Hop

Les AMBIANCEUSES  
06 60 48 02 06  
Booty Therapy® by Maimouna  
Me : 19h tn ados-adultes Twerk

Krees SAMA  
Hip Hop Choreo  
06 63 84 10 18 / IG : @kreesama  
Ve : 20h30 tn

Jiayi LIN Kpop/ Commercial  
IG : lindsay lin  
jiayilin2020@163.com  
Ve : 19h30 tn (2h)

RICKSON Street Jazz  
choregraphe.rickson@gmail.com  
Ve : 12h30 tn

## TANGO ARGENTIN

Lia NANNI  
06 10 24 15 62  
Je : 19h30 ● (1h) 20h30 ■ (1h)  
Di : 10h ● 12h ■

SUKY  
06 12 79 35 17  
www.coursdedanse-suky.com  
Sa : 12h tn (1h)

## DANSE DE CARACTÈRE

Krystia KARLYK  
06 60 68 04 56 Méthode Moisseiev  
Lu : 19h ● ■ (Slave)  
Je : 12h tn (1h) (Tzigane)  
Ve : 12h30 ■ ▲ (Slave)

## DANSES EN LIGNE

Lalia MEDERREG  
06 63 62 20 61 / Country, Disco  
Sa : 16h30 ● (1h)

## ROCK 'N ROLL

Patricia ALFONSI 06 08 85 32 76  
Lu : 20h30 ● ■  
Je : 20h30 ●

SOIR de BAL 06 67 15 85 36  
Ma : 18h30 tn  
Sa : 14h ● (1h10) 15h15 ● ■ (1h15)

## DANSE DE SALON

SOIR de BAL 06 67 15 85 36  
Valse, Tango,  
Paso Doble, Cha-Cha  
Lu : 18h30 ● 19h30 ■ 20h30 ■ ▲  
Ma : 14h ● (1h10) 15h15 ■ (1h15)  
19h30 ● (1h) 20h30 ▲  
Sa : 17h ● 18h ■ 19h ■ ▲

Patricia ALFONSI 06 08 85 32 76  
Lu : 19h30 ● (1h)

SUKY 06 12 79 35 17  
Standards, Tango, Rock,  
Latino, Mariage  
www.coursdedanse-suky.com  
Je : 19h ● ■ (1h) + tango argentin  
Sa : 11h ■ ▲ (1h) 13h ● (1h) latino

## DANSE HISTORIQUE

LE BALLET IMPÉRIAL  
quadrille, polka...  
Ve : 19h30 ■ ■ (3h)

## DANSE DE COUPLE MODERNE

ÉLAN / www.elan.dance  
Me : 20h ● (2h)  
Sa : 14h ■ ▲ (2h30)

## SAMBA FUNK FORRO PASSINHO GAFIEIRA

ALEX LIMA  
www.alexlima.net  
Ma : 20h30 tn Funk Rio New Style  
Me : 20h30 tn Samba  
Je : 19h ■ ▲ Samba + Passista  
20h30 tn Forró ou Gafieira

## SALSA/BACHATA

JCV DANSES LATINES  
07 85 36 47 12  
veronique.guercei@yahoo.fr  
Lu : 20h30 ● ■ Bachata  
Ma : 20h30 ● ■ 1 Salsa Cubaine  
Me : 19h30 tn style/jeux de Jambes  
20h30 ■ 2 Salsa Cubaine

LATINAMOR  
Christophe Igor / Valérie Steiner  
06 62 54 21 24/06 52 04 77 03  
Lu : 20h30 ● ■ Salsa Porto sur le 1  
Me : 19h30 ● ■ Bachata  
20h30 ■ Bachata Fusion

Maritza ARIZALA 06 88 06 78 70  
Salsa Colombienne  
www.maritza-arizala

Ma : 19h ■  
Me : 19h ● 20h30 ■ ▲  
Ve : 19h ●

**DANSE AFRICAINE**

CORA  
Je : 20h30 tn avec percus  
Sa : 14h tn (+ ados) avec percus  
Di : 12h30 tn TransEnDanse  
(Méthode CorAlliance)

**AFRO JAZZ**

Kathy MANYONGO  
Ve : 19h tn

**AFRO CUBAIN**

Daniela GIACONE  
Sa : 13htn

**MODERN AFRO-BRÉSILIEN**

Jean-Michel FRENEA  
Méthode Énéida Castro  
Ma : 19h30 ●■

**DANSE BALINAISE**

Ilse PERALTA  
Lu : 19h tn (1h)

**BOLLYWOOD**

Mahina KHANUM  
Lu : 18h●(1h) 19h■(1h)

**DANSES D'ISRAEL**

Benny ASSOULINE  
HORAOR 06 24 70 14 54  
Ma : 12h■ (2h) 14h■2

**NIA®**

Marie CASERY  
06 84 84 24 55  
Ve : 18h tn (1h)

Hélène & Léna  
06 83 75 27 24 / 06 98 92 94 40  
Sa : 14h30 tn (1h)

**YOGA**

Aloys BERDOLL Hatha-Yoga  
www.yogalovs.com  
06 62 58 82 92.  
Ma : 12h30tn  
Je : 19h tn  
Sa : 10h tn 11h30 tn

Chris LAURION 06 22 64 12 24  
www.chris-laurion-yoga.com  
Ma : 19h30 ■▲ VinyasaYoga

Corinne VERDIÉ  
Hatha-Yoga / 06 60 82 37 96  
Ma : 18htn  
Di : 9htn(+yoga du son) 10h30tn

Jean TAMALET  
06 10 87 34 67 Vinyasa-Yoga  
Ma : 12h30 (1h)tn  
Je : 12h30 (1h) tn  
Di : 18h30 tn

Leïli AKHMEDOVA  
07 49 88 44 71  
Académie de Ballet Vaganova  
"Yoga pour Danseur.ses"  
Lu : 12h30tn  
Me : 11h30tn

**FLAMENCO**

LA COUR FLAMENCA  
06 11 12 04 84  
Alejandra DIAZ "La Verea"  
Lu : 13h30●2 tech 14h30●  
18h30 ● 19h30■2  
Ma : 12h30● 13h30■1 14h30■2  
Me : 12h30■tech  
17h30■ interprétation/scène  
Je : 12h30● 13h30■1 14h30■2  
19h■1  
Di : 14h30● 15h30■1 16h30■2

Rubèn MOLINA  
info@institutflamencoparis.com  
Me : 20h30●

Carlos CARBONELL  
José MAYA  
cristina.gitana@hotmail.fr  
Sa : 15h30■2 17h●(1h) 18h15■1

**DANSE ORIENTALE**

Leila HADDAD  
06 86 08 68 75  
www.leilahaddad.com  
Ma : 12h30■  
Je : 19h■▲  
Ve : 12h30● 19h●

Fatima CHEKKOR 06 20 16 32 71  
Je : 20h tn(1h)  
Di : 12h30 tn 13h30tn

Melinda / Danse &  
Hassan ABDEL KHALEK Percus  
06 11 66 57 35  
Lu : 20h30 ●■

Zizou BELBACHIR 06 60 85 22 93  
danse égyptienne  
Sa : 18h30tn à partir du 7 Novembre

**STRETCHING YOGA**

Tina ESPOSITO  
06.11.64.79.28 diplômée AFMDC  
Relaxation-Récupération  
Sa : 13htn

**DANSE THÉRAPIE**

Carolina DEHLOUZ  
06 10 16 13 89  
Je : 14htn  
Ve : 11htn

**YOGA DANSE**

Christophe CAVIER D.E  
chrisccavier22@gmail.com  
Opéra de Paris / Ballet National de Marseille  
Sa : 12h30tn

**MUNZ FLOOR®**

Juliette BART  
fascias et régénération intérieure  
06.61.84.00.41  
Je : 17h30

**INTEGRATION FONCTIONNELLE**

Dada OTTONELLO 06 84 86 73 09  
Senior Feldenkrais teacher  
sur RDV traumas/douleurs/  
coaching artistes

**DANSE HARMONIQUE**

Jeannine LORCA  
Méthode Irène Popard  
Ma : 9h45tn (1h)  
11htn Seniors (1h)  
19htn (1h)

**PILATES®**

Patricia VIGOROSA  
Ve : 19h30tn (1h) (+ étirements)

Blanka TARNOWSKA  
Ma : 20h30■ (1h) (+sculpt)

STUDIO PILATES de Paris  
Méthode Romana's Pilates  
Lu : 18h●■ (1h)  
Je : 13h●■ (1h)

**STRETCHING**

Elisabeth FABLE  
Ma : 12h30 tn(1h)

Muriel CHALON  
Kiné gym spécial dos  
Sa : 10htn (1h)

Dana MUSSA  
www.getchancetodance.com  
Ve : 19h tn  
Di : 12h30 tn

Tal RAVIV  
stretching & core  
Lu : 10h30tn(1h)

PARIS STRETCH  
Sa : 9h30 tn(1h)

Elisa SPAGONE  
Ve : 11h30 tn(1h) à partir 9 Octobre

**THÉÂTRE**

Hervé-Claude ILIN  
06 24 20 53 49 /hcilin@hotmail.fr  
Voix. Corps.  
Classique. Moderne.Impro  
FRA-ENG-ESP-IT.  
Lu : 20h tn (2h)  
Ma : 19h30 tn (2h)  
Me : 19h30 tn (2h)  
Je : 19h30 tn (2h)

Pascal DAUBIAS  
06 60 42 52 48  
Me : 19h30 tn(2h30) stand-up  
Je : 19h30 tn(2h30)théâtre comique

Alexandre BABEY 06 51 49 22 18  
Laura BELLET 06 76 98 81 94  
Impro- Match  
Di : 18h tn (2h)

Gal HURVITZ  
07 83 31 35 36 - FRA-ENG  
Monologues. Scènes. Interprétation  
Ma : 10h30 tn (2h)  
Je : 10h30 tn (2h)

**PIANO**  
cours particuliers

Eric SABOURIN 02 33 93 57 65  
diplômé de l'Ecole Normale  
de Musique de Paris  
CP mercredi/jeudi RDV  
enfants, ados et adultes

Maria SILVESTRINI 06 64 02 42 49  
Conservatoire G.Verdi/Milan  
cours piano /  
accompagnement chanteur.euse

Bruno BARBIER 06 51 14 38 46  
Piano Jazz, Blues, Latin, Pop Rock  
accompagnement chanteur.euse

**CHORALES**

Caroline FABER / Lanna ZITA  
«CANTO DO MARAIS,  
un Choeur Populaire Brésilien»  
06 70 72 78 01  
Di : 18h30 tn (2h)

CHORALE COMÉDIE MUSICALE  
Isabel CRAMARO Chant  
Joachim MIMOUNI Piano  
06 11 12 04 84  
Lu : 19h30tn (2h)

CHORALE LUTH & CIE  
Chant Oriental 06 21 81 03 47  
Je : 20htn (1h30)  
Ve : 20htn (1h30)

**RYTHME & VOIX**

Anne B 06 12 51 44 12  
Chants du monde / Circle Songs  
Je : 12h30 tn collectif (1h)

**CHANT**

Sélina AL KHALAF  
technique vocale  
variétés internationales  
CP sur RDV 06 35 79 60 93  
Je : 19h30tn collectif (2h)

Patricia SAMUEL 06 09 59 40 01  
Chant Lyrique/Comédie Musicale  
CP sur RDV

Jane GASMAN (USA)  
06 83 26 13 29 / CP sur RDV  
Jazz, Blues, Rock and Pop  
Me : 19h30tn collectif (1h30)  
chant/interprétation

Lydie DIAZ  
06 62 78 43 38 / Pop-Variété  
Ma : 19h30● collectif (1h30)

Nancy CARROLL(Montréal)  
Soul/Pop CP sur RDV  
06 99 17 39 91  
Lu : 19h30 tn collectif (1h30)

Corinne ROCCA 06 14 70 36 31  
Chanter C'est du Sport®  
Respiration/corps - interprétation-  
Technique vocale - CP sur RDV  
Lu : 19htn collectif (1h30)

Annabelle MOULOUDJI  
Jazz, Pop, Variété  
technique vocale/interprétation.  
CP sur RDV 06 70 75 00 43  
Ma : 12h30 tn collectif (1h30)

# CENTRE DE DANSE MARAIS

## PROGRAMME COURS ADULTES 2026-2027

**ADHÉSION AU CENTRE OBLIGATOIRE POUR TOUS/TOUTES LES ÉLÈVES : 13€**  
valable 1 an de date à date  
La carte donne accès à des réductions.  
Liste des partenaires sur notre site : [www.centrededansedumarais.fr](http://www.centrededansedumarais.fr)

**LES COURS SE RÉGLEMENT DIRECTEMENT AUPRÈS DE CHAQUE PROFESSEUR.E**  
**À TITRE INDICATIF, PRIX MOYEN POUR UN OU PLUSIEURS COURS DE DANSE AVEC LE ou LA MÊME PROFESSEUR.E :**  
1 cours : 20€/25€ environ      4 cours : 80€ environ  
8 cours : 150€ environ      12 cours : 200€ environ

**«PASS DÉCOUVERTE»**  
**5 COURS/5 PROFESSEUR.E.S DIFFÉRENTS**  
75 euros (en vente à la réception ou sur notre site)  
Non valable pour théâtre, chant, musique et Ateliers du Dimanche

débutant ●      moyen ■      avancé ▲      tous niveaux tn  
débutant/moyen ●■      moyen/avancé■▲      professionnel ★      pointes P

41 rue du Temple - 75004 PARIS Tél : 01 42 77 58 19  
Métro : Hôtel de Ville/Rambuteau  
[accueil@centrededansedumarais.fr](mailto:accueil@centrededansedumarais.fr)