DANSE CLASSIQUE

Frédéric LAZZARELLI
de l'Opéra National de Mexico
cours accompagnés au piano
www.dansefrederiqlazzarelli.com
Lu : 19h■P
Ma : 9h30●1&2 19h●1
Me : 19 ■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 : 11htn
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● 11h30▲

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 : 14htn
Sa : 11h tn

Christine DUVEAU
(Kniasseff/Winkelmann)
Lu : 11h30tn (+ ados)
Me : 9htn (+ ados)
Ve : 13htn (+ ados)
Sa : 9htn (+ 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-Assouplissment
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.clairesalomon.com
Je : 19htn

Béatrice CORBIN
06 87 30 89 22
barre au sol douce et bien-être
Me : 18h30tn(1h)

FELDENKRAIS

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

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

DANSE MEDITATIVE

Jean Michel FRÉNÉA
"Le Souffle Qui Danse"
CP sur RDV
afro75jam@yahoo.fr

DANSE CONTEMPORAINE

Georges GATECLOUD
dit BELLECROIX
technique GRAHAM
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
technique LIMON
www.clairesalomon.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 : 17h30 ■▲
Me : 19h tn impro

Tal RAVIV
Me : 11h ●■
Ve : 11h ●■

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

Foteini VEROUCHI
07 49 83 76 24
Di : 11h tn floor work/release

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 : 18h30tn (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 : 17h15tn (Ados)
19htn (Ados)
Je : 19htn (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 : 19htn 20h30 ■ 20h30 ■▲
Ma : 19h● 20h30tn
Me : 19h30■
Je : 20h30tn

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▲

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● Commercial Dance
20h30●■(1h15) 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 : 15h30tnStreet Jazz Commercial
17h ● Kpop Hip Hop

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

Krees SAMA
Hip Hop Choreo
06 63 84 10 18 / IG : @kreesama
Ve : 20h30tn

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 : 12htn (1h)

DANSE DE CARACTÈRE

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

LINE DANCE

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
www.alfonsidanse.com
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 FORRÓ 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.guerci@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 : 19h30●Salsa Porto sur le 1
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●
Sa : 13h●(1h)

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.yogaloys.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●

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 egyptienne
Sa : 16htn

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

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) *2026*

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'École 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

Sélima 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 DU 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

LES COURS INDIVIDUELS
ET LES FORFAITS DE PLUSIEURS COURS
SE RÈGLENT DIRECTEMENT
AUPRÈS DE CHAQUE PROFESSEUR.E
PRIX MOYEN POUR UN COURS > 20€/25€

«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