

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

BALLET SCUPLT®

Elisabeth FABLE
Lu : 19h30 tn (1h)

BODY BALLET

Dana MUSSA
www.getchancetodance.com
Ma : 19h30

DANSE BAROQUE

Edith LALONGER
Di : 10h ● 11h ■ ▲

DANSE & ART MARTIAL

Yoanna BLIKMAN
"Méthode Esther"
www.yoannablikman.com
Di : 13h tn

BARRE AU SOL CLASSIQUE

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

Christine DUVEAU
(Kniasseff/Winkelmann)
Lu : 11h30tn (+ 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 : 12h30h ■ ▲
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
BIOMECA'ART/ 06 81 23 84 14
Chronologie du mouvement
Gym douce®
www.snicolazzo.fr / CPsur RDV
Ve : 17h30 ●
Je : 14h tn (2h)

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

Béatrice CORBIN
06 87 30 89 22
barre au sol douce
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 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 : 12h30 ■ ▲ 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
ARRÊT COURS JEUDI 26 MARS
REPRISE COURS JEUDI 4 JUIN
Je : 20h30 ● ■

Mikaël OHANNESSIAN
Cie Avant la Tempête
Ma : 12h30 ●
Je : 12h30 ■
Ve : 16h ●

Mor Jessica MIZRACHI
Ma : 17h30 ■ ▲
Me : 19h tn

Tal RAVIV
Lu : 11h ● ■ stretching & core
Ma : 11h ● ■ contemporary dance
Me : 11h ● ■ stretching & core
Je : 11h ● ■ contact/impro
Ve : 11h ● ■ contemporary dance

DANSER EN RYTHME

Jean Michel FRENEA
CP sur RDV/afro75jam@yahoo.fr
Extra Débutant "Find your step"
Ma : 18h30 init (1h)

SOPHROLOGIE RELAXATION

Martine GAY
Gestion stress et fatigue
CP sur RDV 06 06 72 08 79
Ma : 18h30 tn

Anne-Cécile FREYBURGER
06.64.98.51.44
"Reconnexion au Vivant"
Lu : 12h30 tn

MODERN JAZZ

Anne BEAUOUSIN
New Jazz
06 87 43 66 80
www.annebeauousin.com
Lu : 19h ● ■ 20h30 ■ ▲
Ma : 12h30 ●
Me : 12h30 ●
Je : 19h ■

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

Jeannine LORCA
Méthode Popard
Me : 19h tn
Je : 19h tn

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

LALIA Basic Jazz
Je : 12h30 ● ■
Sa : 14h30 ● 2 ■ (2h) 16h30 ● 1

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

Steffi SESSION
Jazz Basics/ 06 63 25 98 34
Me : 19h ● (1h)

BURLESQUE & CABARET

Vivi VALENTINE
Burlesque & Eventails
Lu : 19h tn 20h30 ■
Ma : 19h ● 20h30 tn
Me : 19h30 ■
Je : 20h30 ●

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

CLAQUETTES AMÉRICAINES

Martine RAVEAUX
Lu : 19h ■ 1 20h30 init (1h)
Me : 19h ● 2
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

TECHNIQUE ALEXANDER

Evelyne BONNEAUD
06 76 20 47 80
Certifiée Pilates/T.Alexander
Formation AFDAS sur RDV
Je : 11h tn Alexander /Danse (1h)
18h30tn Alexander+Pilates(1h)

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 > complet
Je : 20h30 ■ (2h)
Sa : 17h15 ■ ▲ (2h)

Steffi SESSION 06 63 25 98 34
www.ladys shock.fr
Ladyshock Féminité Heels
Me : 20h ● ■

Mikael BILIONNIÈRE
06 72 42 06 85
www.cours-hip-hop.fr
Ma : 19h ● ■ DanceHall
Me : 19h ● ■ (1h) DanceHall Fusion
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 Urban
Ma : 20h30 ● DanceHall Urban
Me : 20h30 tn Heels
Ve : 19h ● Street Jazz/Commercial
Sa : 15h30 ● Heels Street Jazz
17h tn Kpop Hip Hop (+ ados)

Les AMBIANCEUSES
06 60 48 02 06
Booty Therapy® by Maimouna
Me : 19h tn AfroDancehallTwerk

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)
Sa : 18h tn (2h)

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

TANGO ARGENTIN

Lia NANNI
06 10 24 15 62
Je : 19h30 init 20h30 ■
Di : 10h30 ● 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)

ROCK 'N ROLL

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

Lalia MEDERREG 06 63 62 20 61
Lu : 19h ● ■

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)

DANSE HISTORIQUE

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

DANSE DE COUPLE MODERNE

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

SAMBA FUNK FORRÓ PASSINHO GAFIEIRA

LIMA www.alexlima.net
Ma : 20h30 tn Samba Passista
Me : 20h30 tn Funk Carioca
Je : 19h ■ Samba Passista-Funk
20h30 ● évolutif /Forró ou gafieira

SALSA/BACHATA

JCV DANSES LATINES
07 85 36 47 12
Lu : 20h30 ● ■ (1h) Bachata
Ma : 20h30 ● ■ 1 Salsa Cubaine
Me : 19h30tn(1h)Style/jeux de Jambes
20h30 ■ 2 Salsa Cubaine

LATINAMOR
Christophe/Valérie Steiner
06 62 54 21 24/06 52 04 77 03
Lu : 20h30 ● ■ Salsa Portoricaine
Me : 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 : 13h tn

MODERN AFRO-BRÉSILIE

Jean-Michel FRENEA
Méthode Énéida Castro

Ma : 19h30 ●■

CAPOEIRA ANGOLA

Contra Mestre RENY

Me : 18h tn + (ados) (1h)

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■

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.yogalloys.com
06 62 58 82 92.

Ma : 12h30 tn
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 : 18h tn
Di : 10h30 tn

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

FLAMENCO

LA COUR FLAMENCA

06 11 12 04 84

Alejandra DIAZ "La Verea"

Lu : 12h30 init 13h30●2■1tech

14h30■1mantón

18h30● 19h30■1

Ma : 12h30● 13h30●2 14h30■1

Me : 11h30● 12h30●1&2tech

13h30■1 mantón

Je : 12h30● 13h30●2 14h30■1

19h●2

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

Maria DONZELLA GAUBERT
www.atikaflamenco.com

Di : 10h init Bata de Cola

13h30●1&2 14h30■1&2

16h▲

Juana AMAYA
cristina.gitana@hotmail.fr
Sa : 15h30■2 17h●(1h) 18h15■1

CASTAGNETTES

Maria DONZELLA GAUBERT
www.atikaflamenco.com

Sa : 16h■▲ castagnettes de concert

17h■2▲(1h)choré+castagnettes

Di : 11h30●(1h)

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

Di : 12h30 tn 13h30tn

Melinda &
Hassan ABDEL KHALEK
06 11 66 57 35

Lu : 20h30 ●■ avec percus

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)

Je : 19h30 tn (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

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

Sa : 16h30tn

THÉÂTRE

Hervé-Claude ILIN

06 24 20 53 49 / hclilin@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

Café Théâtre/Comédie/Stand-Up

Me : 19h30 tn (2h30)

Je : 19h30 tn (2h30)

Alexandre BABEY

Impro- Match / 06 51 49 22 18

Di : 18h 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

GUISTARE

Denis JANODY 06 84 21 66 90
Guitare Classique
diplômé de l'École Normale
de Musique de Paris
CP mercredi sur RDV
enfants ados et adultes

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 (1h30)

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

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®
(voix/corps/souffle) - CP sur Rdv
Lu : 19htn collectif (1h30)

CENTRE DE DU DANSE MARAIS

PROGRAMME COURS ADULTES 2026

ADHÉSION AU CENTRE OBLIGATOIRE
POUR TOUS/TOUTES LES ÉLÈVES : 12€
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 SE RÉGENT DIRECTEMENT
AUPRÈS DE CHAQUE PROFESSEURE.E
À TITRE INDICATIF, PRIX MOYEN POUR UN OU PLUSIEURS
COURS DE DANSE AVEC LE ou LA MÊME PROFESSEURE.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 :
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