

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)

Huguette MASSIN
élève de Volinine
CP sur demande 06 24 61 43 52
Sa : 11h30 ■ ▲
Di : 13h ■ ▲

Béatrice HERBOUT
Opéra de Hambourg
Cours accompagnés au piano
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 tn

DANSE BAROQUE

Edith LALONGER
Ma : 19h
Di : 10h ● 11h ■ ▲

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 : 12h30tn
Ve : 12h30tn(+barre debout) (2h)
Sa : 11h ■ ▲
Di : 12h30tn

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

Claire SALOMON
www.claire-salomon.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 & ART MARTIAL

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

DANSE CONTEMPORAINE

Georges GATECLOUD
dit BELLECROIX
Je : 12h30 ▲ 19h ■
Ve : 19h ■
Sa : 12h30tn

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.claire-salomon.com
Je : 20h30 ● ■ (+ ados 16 ans et +)

Laura GARBY
Mélinda MARONE
DANSE LIBRE / MALKOVSKY
Me : 11h tn

Angela BARSOTTI
Je : 20h30 ● ■

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

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

Tal RAVIV
Lu : 11h ● ■
Ma : 11h ● ■ contact/impro
Me : 11h ● ■
Je : 11h ● ■ contact/impro
Ve : 11h ● ■

DANSE EN RYTHME

Jean Michel FRÉNÉA
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

KRAV MAGA SELF DEFENSE

Hervé GONÇALVES KMUR 360°
www.kravmagapariscentre.com
06 89 64 13 98
Ceintures Noires FFKDA, FEKM-RD
Di : 10h tn (à partir de 16 ans)

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 ■

Jeannine LORCA
Méthode Popard
Me : 18h30 tn
Je : 19h tn

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

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

Lionel DESRUELLES
Je : 17h30 ■ ▲

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

Steffi SESSION
Jazz Basics
Me : 19h30 ● (1h)

BURLESQUE & CABARET

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

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

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
Je : 20h30 ■ (2h)
Sa : 17h15 ■ (2h)

Steffi SESSION
www.ladyshock.fr
Me : 20h30 ● ■ Ladyshock

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

JP CHANDLER
06 13 87 36 57
www.chndlrdancecademy.com/
accueil

Lu : 20h30 ● Street Jazz Urban
Ma : 20h30 ● DanceHall Urban
Me : 20h30 tn Heels
Ve : 19h ● ■ DanceHall Urban
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
choregraphe.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 : 13h 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 FORRO GAFIEIRA

Alex 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 (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 ●■

CAPOEIRA ANGOLA
Contra Mestre RENEY
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.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 : 10h30 tn

Jean TMALET
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 : 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
Ve : 12h30■2 13h30 bata cola

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

Maria DONZELLA GAUBERT
www.atikaflamenco.com
Sa : 16h■▲(2h)
châle/solea del mantón
Di : 13h30●1&2 14h30■1&2
16h▲
Juana AMAYA
cristina.gitana@hotmail.fr
Sa : 15h30■ 17h●(1h)
18h▲

CASTAGNETTES
Maria DONZELLA GAUBERT
www.atikaflamenco.com
Di : 12h●(1h)

SEVILLANES
LA COUR FLAMENCA
06 11 12 04 84
Alejandra DIAZ "La Verea"
Bulerias/sevillanas
Ve : 11h30●2■1 (1h)

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

Fatima CHEKKOR 06 20 16 32 71
Lu : 18h30tn (1h)
Di : 12h30 tn 13h30tn

Melinda &
Hassan ABDEL KHALEK
06 11 66 57 35
Lu : 20h30 ●■ avec percu

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)

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
Voix. Corps.
Classique. Moderne.Impro
FRA-ENG-ESP-IT.
hclilin@hotmail.fr
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
06 51 49 22 18
Di : 18h tn (2h)

Léo MESSE
06 08 70 64 95
Ma : 14h30tn (3h)
Ve : 14h30 (3h)tn 18h30tn (3h)

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

GUIWARE
cours particuliers
Denis JANODY 06 84 21 66 90
Guitare Classique
diplômé de l'École Normale
de Musique de Paris
CP mercredi sur RDV

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

Stany KOUKA
«KIMOKO,
Chants Sacrés du Congo»
06 01 47 54 73
Di : 14h30 tn (3h)

CHANT
Sélima AL KHALAF
tech 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 DANSE MARAIS

PROGRAMME COURS ADULTES 2025-2026

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 RÈGENT 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€ environ	4 cours : 75€ environ
8 cours : 140€ environ	12 cours : 190€ 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