

DANSE CLASSIQUE

Frédéric LAZZARELLI
de l'Opéra National de Mexico
cours accompagnés au piano
www.dansefredericlazzarelli.com
Lu : 19h ■ P
Ma : 9h30 ● 1 & 2
Me : 19h ■ P
Je : 9h30 ● 1
Ve : 9h30 ● 1 & 2
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 : 12h ■ ▲

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
Ve : 19h tn

DANSE BAROQUE

Edith LALONGER
Di : 10h ● 11h ■ ▲

BARRE AU SOL CLASSIQUE

Daniella RAJCHMAN
Je : 14h tn
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 "b/sol-gymdans"

Yasna STEVOVICH
(méthode Boris Kniasseff)
Ma : 12h30tn
Me : 19h tn
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
BIOME C'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 & ART MARTIAL

Yoanna BLIKMAN
"Méthode Esther"
www.yoannablikman.com
Di : 18h tn

DANSE CONTEMPORAINE

Georges GATECLOUD
dit BELLECROIX
Base Martha GRAHAM
Me : 19h ■
Je : 12h30 ▲
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.claresalomon.com
Je : 20h30 ● ■ (+ ados 16 ans et +)

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

Alberto BARLETTA
MODERN-FUSION
Ve : 19h ■ ▲

Angela BARSOTTI
Je : 20h30 ● ■

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

Mor Jessica MIZRACHI
Lu : 17h30 ● ■
Ma : 17h30 ● ■
Me : 12h ● ■

DANSER EN RYTHME

Jean Michel FRÉNEA
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°
06 76 20 47 80
Certifiée Pilates/T.Alexander
Formation AFDAS sur RDV
Je : 11h tn Alexander /Danse (1h)
18h30tn Alexander+Pilates(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 ■

Jeannine LORCA
Méthode Popard
Je : 19h tn

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

LALIA Basic Jazz
Je : 12h30 ● 1 & 2
Sa : 14h30 ● 2 (2h) 17h ● 1

Alberto BARLETTA
Modern Jazz
Ma : 19h ■

Lionel DESRUELLES
Je : 17h30 ■ ▲

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

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 ● Jade VIGREUX

CLAQUETTES AMÉRICAINES

Martine RAVEAUX
Lu : 19h ■ 1
Me : 19h ● 1
Je : 18h ■ 2
Ve : 15h ▲ 18hinit (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

Mia FRYE
Street Jazz/Hip Hop Flow
06.07.70.85.94
Lu : 17h ■ (2h) 20h ■ (2h)
Me : 17h ■ (2h) ados COMPLET
Je : 19h30 ■ (2h)
Sa : 17h15 ■ (2h)

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

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

JP CHANDLER 06 13 87 36 57
https://www.chndlrdanceacademy.com/accueil

Lu : 20h30 ● Heels Beyonce Style
Ma : 20h30 ● DanceHall Hip-hop
Me : 20h30 tn Heels Beyonce Style
Ve : 19h ● ■ DanceHall
Sa : 15h30 ● Heels Beyonce Style
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

Nadine TIMAS
Street Jazz Talons
Ve : 12h30 ● 20h30 ■

Ralph BEAUBRUN /Commercial
IG : @ralphbeaubrundanceclasses
Lu : 11h ● ■ 12h30 ● ■
Ma : 10h ● ■

Jiayi LIN Kpop/Commercial
IG : lindsay_lin
jjayilin2020@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 ●
Me : 19h30 ● (1h)

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
20h prepa mariage sur RDV
Sa : 11h ■ ▲ (1h) 13h ● (1h)

DANSE HISTORIQUE

LE BALLET IMPÉRIAL
quadrille, polka...
Ve : 20h ■ (2h)

DANSE DE COUPLE MODERNE

ELAN 06 43 70 37 92
Me : 20h ● (2h)
Sa : 14h ■ ou ▲ 1samedi sur 2 (2h30)

SAMBA FORRO GAFIEIRA

Alex LIMA www.alexlima.net
Ma : 20h30tn 100% Samba
Me : 20h30 tn Funk Carioca
Je : 19h ■ Samba + Funk
20h30 ● évolutif / Forró & gafieira

SALSA/ BACHATA

JCV DANSES LATINES
07 85 36 47 12
Lu : 20h30 tn(1h) Bachata
Ma : 20h30 ● ■ 1 Salsa Cubaine
Me : 19h30 tn (1h) 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 Enéida Castro

Ma : 19h30 ■

CAPOEIRA ANGOLA

Contra Mestre RENEY

Me : 18htn + (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®

Michèle FLEURY

06 30 27 53 35

Ma : 12h tn(1h)

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)

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)

INTÉGRATION**FONCTIONNELLE®**

Dada OTTONELLO

06 84 86 73 09

Senior Feldenkrais teacher
 sur RDV traumas/douleurs/
 coaching artistes

FLAMENCO

LA COUR FLAMENCA

06 11 12 04 84

Alejandra DIAZ "La Verea"
 Lu : 12h30● 13h30●2 14h30■1
 19h■1

Ma : 12h30● 13h30●2 14h30■1
 Me : 11h30● 12h30tn tech
 13h30■1

Je : 12h30● 13h30●2 14h30■1
 19h (1h) init

Ve : 11h30 init 12h30tn tech

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

Maria DONZELLA GAUBERT
 www.atikaflamenco.com

Di : 14h30 ■1&2 COMPLET

16h■2▲ (1h) COMPLET

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

CASTAGNETTES

Maria DONZELLA GAUBERT
 www.atikaflamenco.com

Sa : 16h■▲ castagnettes de Concert

17h■2▲ (1h)choré +castagnettes

Di : 13h● (1h)

SEVILLANES

Maria DONZELLA GAUBERT
 www.atikaflamenco.com

06 16 74 18 59

Di : 13h30● (1h)

LA COUR FLAMENCA

06 11 12 04 84

Alejandra DIAZ "La Verea"

Ve : 13h30● (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

Lu : 18h30tn (1h)

Di : 12h30 tn 13h30tn

Melinda &
 Hassan ABDEL KHALEK
 06 11 66 57 35

Lu : 20h30●■

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 TAMALET
 06 10 87 34 67 Vinyasa-Yoga

Ma : 12h30 (1h)tn

Je : 12h30 (1h) tn

Di : 18h30 tn (+ inversions)

GYM HARMONIQUE

Jeannine LORCA

Méthode Irène Popard

Ma : 9h45tn (1h)

11htn Seniors (1h)

19htn (1h)

STRETCHING

Elisabeth FABLE

Ma : 12h30 tn(1h)

Muriel CHALON

Kiné gym spécial dos

Sa : 10htn (1h)

Dana MUSSA

www.getchancetodance.com

Ma : 19h30 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

Ve : 11htn

Sa : 16h30tn

THÉÂTRE

Hervé-Claude ILIN

06 24 20 53 49

Voix. Corps.

Classique. Moderne.Impro
 FRA-ENG-ESP-IT.

hclin@hotmail.fr

Lu : 20h tn (2h)

Ma : 19h30 tn (2h)

Me : 19h30 tn (2h)

Je : 19h30 tn (2h)

Joseph LAURENT

06 14 14 89 95

joseph_laurent@hotmail.com
 Voix/Corps/Émotions/Impro

Théâtre Classique & Moderne

Je : 20h■▲ (2h)

Pascal DAUBIAS

06 60 42 52 48

Café Théâtre

Comédie/Stand-Up

Me : 19h30 tn (2h30)

Je : 19h30 tn (2h30)

Thierry BROUT

06 64 71 93 47

Théâtre Classique & Moderne

Ve : 20htn (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***GUITARE** *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)

CHANT

Sélima AL KHALAF

tech vocale

variétés internationales

CP sur RDV 06 35 79 60 93

Je : 19h30tn (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

Di : 19h tn collectif (2h)

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

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 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