

Nouveau programme dès août 2025

Dance eMotion, Rte du Petit-Moncor 1C, Villars-s-Glâne (en face de l'administration communale)

Grande flexibilité dans le suivi des cours ! Sans indication de date de début = entrée possible à tout moment !

079 701 35 63

DANSES À DEUX



Danses de salon avec Heidi

débutants/refresh

dimanche, 19h-20h
mercredi, 19h45-20h45

intermédiaires-avancés

dimanche, 19h-20h
mercredi, 18h45-19h45
jeudi, 19h30-20h30

Salsa cubana / Bachata avec Heidi

Salsa pura Atelier (tout niveau)

dimanche, 18h – 19h

Salsa y Bachata Atelier (tout niveau)

dimanche, 17h30-18h30
jeudi, 20h30-21h30

Bachata pura atelier (tout niveau)

dimanche, 17h-18h

Disco-Fox avec Heidi

atelier tout niveau

mercredi, 19h30-20h30 (en planification)

Cours privés Danses/contenu selon vos envies

jour/horaire selon convenance, aussi le week-end

Mariage Préparation de votre danse des mariés

=> Remarque générale:

A l'horaire qui vous convient le mieux, le niveau indiqué ne correspond pas ? Contactez-nous, nous chercherons une solution ensemble.

DANSES INDIVIDUELLES / EN GROUPE



Urban Dances / HipHop et autres styles

HipHop Kids / juniors / jeunes ados

Kids dès 6 ans : lundi, 16h40-17h40, avec Synthia

Junior 8-12 ans: vendredi, 16h40-17h40, avec Jonathan

Junior 11-15 ans: vendredi, 17h45-18h45, avec Jonathan

HipHop Teens 14-18 ans : mardi, 19h15-20h15, avec Salomé *

Lady's Move & Style avec Heidi

rythmes latinos et autres, mouvements du corps en harmonie avec notre anatomie, styling
mercredi, 18h-18h50
liste d'attente, contactez-nous

FITNESS ET BIEN-ÊTRE



Zumba® Fitness, adultes et ados

mardi, 18h – 19h, avec Valérie

jeudi, 18h10- 19h10 avec Heidi

samedi, 9h30-10h30, avec Heidi

Cours de nos partenaires*

Capoeira, avec Saverio

enfants 4-10 ans : lundi, 17h50-18h50

adultes-ado : lundi, 19h-20h30

Nya, avec Chantal

mercredi, 17h30-18h30

vendredi, 9h-10h

Gym-Zen pour séniors, avec Chantal

mardi, 14h30-15h30

Yoga pour séniors, avec Pro Senectute

lundi, 14h-15h

* ces cours sont donnés sous l'organisation et la responsabilité des professeurs indépendants.