PLANNING 2022/23

BACK TO THE FLOW
CENTRE CHORÉGRAPHIQUE HIP-HOP & CONTEMPORAIN

CENTRE CHORÉGRAPHIQUE
HIP-HOP & CONTEMPORAIN
6 rue Félix Desruelles 59300 VALENCIENNES
contact@backtotheflow.com
www.backtotheflow.com

LUNDI

18H15-19H15
HIP-HOP COMMERCIAL
/ Niv. 1 avec Alison

18H30-20H00
CONTEMPO-JAZZ (DURÉE 1H30)
/ Niv. 2 avec Romane

19H15-20H15
GIRLY / Niv. 1 avec Alison

20H00-21H30
CONTEMPO-JAZZ (DURÉE 1H30)
/ Niv. 3 avec Romane

MERCREDI

MATIN

10H00-11H00
BABY JAZZ / 6-8 ans avec Océane

11H00-12H00
JAZZ KIDZ / 8-10 ans avec Océane

APRÈS-MIDI

13H00-14H00
JAZZ KIDZ / 10-12 ans avec Océane

14H00-15H00
BABY HIP-HOP / 6-8 ans avec Alison
MODERN JAZZ / Niv. 1 avec Océane

15H00-16H00
HIP-HOP KIDZ / 8-10 ans avec Alison

16H00-17H00
HIP-HOP KIDZ / 10-12 ans avec Alison
BREAK / Niv. 1 inter avec Rashead

17H00-18H00
HIP-HOP / Ado Niv. confirmé avec Flow
HIP-HOP / Niv. 1 avec Rashead

18H00-19H00
POP LOCK / Initiation avec Flow
BREAK / Niv. 2 Prépa Battle avec Rashead

19H00-20H00
LOCK / avec Flow
HIP-HOP / Niv. 2 avec Rashead

20H00-21H00
POP / Niv. confirmé avec Flow
HIP-HOP / Niv. 3 avec Rashead

MARDI

18H30-19H30
ZUMBA / avec Alison
HIP-HOP / Niv. 2-3 avec Yohann

19H30-20H30
GIRLY / Niv. 2 avec Alison

19H30-21H00
MENTAL & FREESTYLE (DURÉE 1H30)
/ avec Yohann

20H30-21H30
HIP-HOP COMMERCIAL / Niv. 2 avec Alison

JEUDI

18H15-19H15
HIP-HOP / Niv. 2 avec Flow
TECH CONTEMPO-JAZZ / avec Romane

19H15-20H15
HIP-HOP / Niv. 3 avec Flow
BARRE À TERRE / avec Romane

20H15-21H15
HIP-HOP CRÉA / Niv. confirmé avec Flow

20H15-21H30
CONTEMPO-JAZZ (DURÉE 1H15)
/ Niv. 1 avec Romane

VENDREDI

17H45-18H45
BREAK / Niv. Débutant avec Seb

18H45-19H45
BREAK / Niv. 1 avec Seb

19H45-20H45
BREAK / Niv. 2 avec Seb

SAMEDI

12H30-13H30
RENFORCEMENT MUSCULAIRE
/ avec David

STAGES

TOUTE L'ANNÉE, DÉCOUVREZ LES STAGES ORGANISÉS PAR B2TF, INSCRIPTIONS & INFOS SUR INSTAGRAM ET FACEBOOK

www.backtotheflow.com

BREAK : Débutants : à partir de 8 ans. **HIP HOP :** Niv. 1 : à partir de 12 ans (Débutants ou 1 an de pratique) / Niv. 2 : minimum 3 ans de pratique / Niv. 3 : minimum 4 ans de pratique.
GIRLY : Minimum 15 ans. **BARRE À TERRE :** Minimum 10 ans. Tous niveaux. **RENFORCEMENT MUSCULAIRE :** Tous niveaux. Objectif individuel.