

Lun au Ven 11h - 22h

Sam 11h - 12h30

Dim Fermé



LA PHOENIX SCHOOL

**COURS OPEN**

**PLANNING DE L'ANNÉE  
2025/2026**



8 rue Mériel, 93100 Montreuil  
(Bâtiment F) ; 01 48 38 07 33



[www.laphoenixschool.fr](http://www.laphoenixschool.fr)

## LUNDI

## MARDI

## VENREDI

## SAMEDI

CHANT <small>DEB</small>	19h00
CONTEMPORAIN <small>TN</small>	19h00
ELECTRO <small>DEB</small>	19h00
CABARET <small>TN</small>	19h00
POLE DANCE <small>DEB 2 / I</small>	20h30
SENSUAL <small>TN</small>	20h30
TWERK <small>TN</small>	20h30

YOGA <small>DEB</small>	12h30
AFRO <small>DEB</small>	19h00
POLE DANCE <small>DEB 1</small>	19h00
URBAN <small>CONTEMPORARY TN</small>	19h00
HIP HOP <small>TN</small>	19h00
TANGO ARGENTIN <small>DEB / I</small>	20h30
HOUSE DANCE <small>TN</small>	20h30
ELECTRO <small>INIT</small>	20h30
POLE DANCE <small>INIT</small>	20h30

CLASSIQUE <small>DEB 1H</small>	18h00
K-POP <small>TN</small>	19h00
DANCEHALL <small>TN</small>	19h00
HIP HOP GIRLY <small>TN</small>	19h00
REGGAETON <small>DEB</small>	20h30
TWERK <small>DEB</small>	20h30
VOGUE <small>ARMS CONTROL DEB</small>	20h30

BARRE AU SOL <small>TN</small>	10h00
PILATES <small>DEB 1H</small>	11h00
DANSE ORIENTALE <small>TN</small>	12h00
BODYBOOST <small>TN 1H</small>	12h00
<small>Cardio / Renfo / Stretch</small>	
POLE DANCE <small>INIT - DEB 1</small>	14h00

## MERCREDI

## JEUDI

AFRO <small>TN</small>	19h00
WAACKING <small>TN</small>	19h00
POLE DANCE <small>DEB 2</small>	19h00
HEELS FUSION <small>TN</small>	20h30
POLE DANCE <small>INTER / AV</small>	20h30
DANCEHALL <small>GYAL TN</small>	20h30

YOGA <small>TN</small>	19h00
K-POP <small>TN</small>	19h00
STREET JAZZ <small>TN</small>	19h00
DANCEHALL <small>TN</small>	20h30
HEELS <small>TN</small>	20h30
CERCEAU <small>DEB 1H15</small>	20h30

## LES NIVEAUX

Init = Initiation  
 DEB = Débutant  
 INTER = Intermédiaire  
 AV = Avancé  
 DEB 1/2 : débutant 1/2  
 INTER/AV = Intermédiaire / Avancé  
 TN = Tous niveaux

## N.B

**Les carnets de tickets** sont accessibles uniquement avec l'adhésion annuelle **de 20 euros** (valable 1 an de date à date). Ils sont **nominatifs** et ont une **date limite** à respecter. Ils donnent accès à **tous les cours proposés**. Ils ne sont **ni échangeables, ni remboursables**.  
 Tout **tarifs annuels** nécessitent une **adhésion obligatoire de 20 €**.

## NOS TARIFS

Tous les **cours OPEN** sont à **16€** sauf les **cours aériens (pole dance, cerceau)** qui sont à **26€**.

## COURS OPEN

Cours à l'unité	16 €
<small>(1h à 1h30)</small>	
Carnet de 10 cours	140 €
<small>validité 3 mois</small>	
Carnet de 20 cours	250 €
<small>validité 6 mois</small>	
Carnet de 50 cours	550 €
<small>validité 7 mois</small>	

## TARIF ÉTUDIANT

Cours à l'unité <small>(1h à 1h30)</small>	14 €
<small>adhésion 20€ obligatoire pour bénéficier du tarif étudiant (valable 1 an de date à date) (justificatif requis)</small>	

## ABONNEMENT à l'année

CHANT <small>1h30</small>	620 €
BODYBOOST <small>1h</small>	429 €