

AUTOMNE 2023 | 15 SEMAINES DU MARDI 5 SEPTEMBRE AU LUNDI 18 DÉCEMBRE

| LUNDI                                  | MARDI                                       | MERCREDI                                       | JEUDI                                           | VENDREDI | SAMEDI                                      | DIMANCHE |
|----------------------------------------|---------------------------------------------|------------------------------------------------|-------------------------------------------------|----------|---------------------------------------------|----------|
|                                        |                                             |                                                |                                                 |          | <b>Ballet au sol</b><br>9h30   10h30        |          |
| <b>Ballet avancé</b><br>10h30   12h00  |                                             |                                                | <b>Ballet douceur I</b><br>10h00   11h00        |          | <b>Ballet débutant III</b><br>10h30   12h00 |          |
|                                        |                                             |                                                |                                                 |          |                                             |          |
| <b>Ballet Pilates</b><br>16h30   17h30 |                                             | <b>Ballet jazz</b><br>16h30   17h30            |                                                 |          |                                             |          |
| <b>Ballet workout</b><br>17h30   18h30 | <b>Stretch</b><br>17h30   18h30             | <b>Ballet Pilates</b><br>17h30   18h30         | <b>Stretch</b><br>17h30   18h30                 |          |                                             |          |
| <b>Ballet jazz</b><br>18h30   19h30    | <b>Ballet initiation I</b><br>18h30   19h30 | <b>Ballet introduction II</b><br>18h30   19h30 | <b>Ballet initiation I</b><br>18h30   19h30     |          |                                             |          |
| <b>Ballet workout</b><br>19h30   21h00 | <b>Ballet débutant III</b><br>19h30   20h30 | <b>Ballet workout</b><br>19h30   21h00         | <b>Ballet intermédiaire IV</b><br>19h30   21h00 |          |                                             |          |
|                                        | <b>Pointes</b><br>20h30   21h00             |                                                |                                                 |          |                                             |          |

FALL 2023 | 15 WEEKS FROM TUESDAY SEPTEMBER 5 TO MONDAY DECEMBER 18

| MONDAY                                  | TUESDAY                                     | WEDNESDAY                                      | THURSDAY                                       | FRIDAY | SATURDAY                                    | SUNDAY |
|-----------------------------------------|---------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------|--------|
|                                         |                                             |                                                |                                                |        | <b>Floor Workout</b><br>9h30   10h30        |        |
| <b>Advanced Ballet</b><br>10h30   12h00 |                                             |                                                | <b>Soft Ballet I</b><br>10h   11h00            |        | <b>Ballet Beginner III</b><br>10h30   12h00 |        |
|                                         |                                             |                                                |                                                |        |                                             |        |
| <b>Ballet Pilates</b><br>16h30   17h30  |                                             | <b>Ballet Jazz</b><br>16h30   17h30            |                                                |        |                                             |        |
| <b>Ballet Workout</b><br>17h30   18h30  | <b>Stretch</b><br>17h30   18h30             | <b>Ballet Pilates</b><br>17h30   18h30         | <b>Stretch</b><br>17h30   18h30                |        |                                             |        |
| <b>Ballet Jazz</b><br>18h30   19h30     | <b>Ballet Initiation I</b><br>18h30   19h30 | <b>Ballet Introduction II</b><br>18h30   19h30 | <b>Ballet Initiation I</b><br>18h30   19h30    |        |                                             |        |
| <b>Ballet Workout</b><br>19h30   21h00  | <b>Ballet Beginner III</b><br>19h30   20h30 | <b>Ballet Workout</b><br>19h30   21h00         | <b>Ballet Intermediate IV</b><br>19h30   21h00 |        |                                             |        |
|                                         | <b>Pointes</b><br>20h30   21h00             |                                                |                                                |        |                                             |        |