



# Stages multidisciplinaires

## 29 mars 2025

Durant notre week-end concours MDM, nous vous proposons de participer à plusieurs stages ouverts à tous (candidats au concours ou non).

### 1) Disciplines proposées

Disciplines	Professeurs	Liens Instagram
<b>Hip Hop (Abstract Hip-Hop)</b>	Florent Gosserez	<a href="https://www.instagram.com/florent_gosserez/?hl=fr">https://www.instagram.com/florent_gosserez/?hl=fr</a>
<b>Modern'Jazz &amp; Initiation Talons (à partir de 14 ans)</b>	Leona Barcou	<a href="https://www.instagram.com/leonabarcou/?hl=fr">https://www.instagram.com/leonabarcou/?hl=fr</a>
<b>Street Dance</b>	Sarah Magassa	<a href="https://www.instagram.com/sarahmagassa/?hl=fr">https://www.instagram.com/sarahmagassa/?hl=fr</a>
<b>Initiation Pilates</b>	Christine Barcou	<a href="https://www.mdm45.com/services-8">https://www.mdm45.com/services-8</a>

### 2) Catégories, horaires et lieu des cours

Niveau 1 = Cours ouverts aux débutants & aux enfants entre 8-10 ans avec quelques années de pratique.

Niveau 2 = Cours ouverts aux danseurs intermédiaires avec plusieurs années de pratique de danse et ayant une forte capacité d'assimilation.

Niveau 3 = Cours ouverts aux danseurs avancés, expérimentés ayant participé à plusieurs stages et capables d'intégrer facilement de nouvelles disciplines.



Horaires	Horaires & Lieu			
	Salle 1 Grand Écrin	Salle 2 Grand Écrin	Salle 3 Grand Écrin	
	Modern'Jazz Leona	Street Dance Sarah	Hip-Hop Florent	Initiation aux Pilates*
9h30 / 11h	Niveau 1	Niveau 2	Niveau 3	
11h15 / 12h45	Niveau 2 & 3	Niveau 3	Niveau 1	
14h / 15h30	Talons**	Niveau 1	Niveau 2	
16h/17h30				Mixte

\* Attention, le cours d'initiation aux pilates nécessite que vous ameniez un tapis de sol.

\*\* Cours ouvert à partir de 14 ans et sans blessures aux chevilles ni genoux. Prévoir ses propres chaussures.

Prévoir chaussures propres et tenues adaptées par cours proposés (Pilates : pieds nus, tenue au choix).

### 3) Tarifs

<b>1 cours</b>	25 €
<b>2 cours</b>	40 €
<b>3 cours</b>	50 €
<b>Forfait 4 cours</b>	60 €



#### 4) Inscriptions

Les inscriptions seront ouvertes du 24 février au 26 mars 2025, via un lien que nous vous enverrons le 24 février 2025.

Places limitées, merci de procéder rapidement à vos inscriptions.

Le paiement associé est obligatoire pour valider vos inscriptions. A défaut, vos places seront proposées à d'autres.

Toute inscription aux stages vaut validité d'un certificat médical.

De même, en ce qui concerne le droit à l'image.

L'association MDM se réserve le droit d'utiliser les photos et vidéos prises au cours des stages, sur ses réseaux sociaux et son site.

Nous espérons vous voir nombreux et nous nous réjouissons de pouvoir proposer ce riche échange.

N'hésitez pas à nous contacter si vous avez la moindre question via nos réseaux sociaux ou à l'adresse suivante : [contactmdm45@gmail.com](mailto:contactmdm45@gmail.com)

À très vite,

Le comité MDM