

TOUTE L'ANNÉE...

... Rejoins la Compagnie C.EUX.2

 Du lundi au vendredi,
participe aux cours collectifs

 Le week-end
aux stages, soirées et spectacles



ZUMBA® / DANSE

SARAH

☎ 06.68.01.20.37

📷 sarahbaila_denoche_dedia

THÉÂTRE

MATHIEU

☎ 06.62.42.88.32

 Cie C.Eux.2

 cie.c.eux.2@gmail.com

Saison 2025/2026

LES PROFS

SARAH



Danseuse-chorégraphe et éducatrice sportive diplômée (RNCP) certifiée Zumba® Fitness et Circl Mobility™

Comédien, Metteur en scène et Directeur d'acteurs formé par "Temps d'M, espace pour l'acteur"



MATHIEU

LES COURS

Z Kids / junior

✚ Un tour du monde dansé pour les enfants ! ✚, jeux de rythme et découverte culturelle. Les enfants s'amuse, s'expriment et se dépensent sur des musiques du monde... et même leurs dessins animés préférés

U Adultes

Un cours où l'on se défoule sans jugement sur des chorégraphies Zumba variés (latino, afro, pop, funk et sons du moment). Ce programme de fitness mêle haute et basse intensité dans une ambiance exaltante !

M Gold Seniors

Basés sur des chorégraphies Zumba on retrouve les mouvements originaux mais avec une intensité moindre et sans sauts. Tous les éléments de la remise en forme sont réunis !

A Ados:

Un cours débutant alliant souplesse, technique et atelier chorégraphique. Entre racines franco-colombiennes et bagage en danses académiques, Sarah propose une danse Fusion mêlant afro, latino et danse émotion.

D ANSE F Circl Mobility™

Un programme basé sur le mouvement fonctionnel pour améliorer souplesse, respiration et mobilité, dans une ambiance musicale propice à la détente. Objectif : libérer tensions et raideurs pour retrouver bien-être et fluidité.

S Sculpt & Fun !

Raffermiss et sculpte ta silhouette sur des musiques afro, pop et latinos. Travail ciblé des bras, abdos, cuisses et fessiers.

👉 Apporte tes haltères, bande élastique et tapis de sol !

T Enfants

Ces ateliers permettent aux enfants de développer la conscience de leur corps, de l'espace et du rythme, en s'appuyant sur des exercices d'acteur tout en cultivant le plaisir de l'expression théâtrale.

É Ados

A travers les techniques de bases de l'acteur, les élèves abordent certaines formes de jeux traditionnels, de l'improvisation jusqu'au texte. Dans une atmosphère de bonheur et d'humour !

Â Adultes

Débutants, confirmés... Tous ensemble !

Ces cours ont pour but de vous faire découvrir le travail que poursuit Mathieu en tant qu'acteur et de vous faire partager son métier et son humour.

De l'entraînement collectif en atelier, des improvisations à un, à deux, à trois... Du jeu ! De l'humour !! Du plaisir !!!

PLANNING 2025/2026 *

LUNDI

ST CYPRIEN
GRAND Foyer

10H - 11H
ZUMBA GOLD®
SENIORS

11H - 11H45
CIRCL MOBILITY™

18H15 - 19H
CIRCL MOBILITY™ /
SCULPT&FUN

19H - 20H
ZUMBA®

MERCREDI

LE BUGUE (E-LEROY)
PETITE SALLE

10H - 11H
ZUMBA KIDS®
7-10 ans

11H - 12H
ZUMBA JUNIORS®
4-6 ans

14H - 15H
DANSE ADOS
11-15 ans

LE BUGUE (E-LEROY)
GRANDE SALLE

11H - 12H30
THÉÂTRE ENFANTS
7-10 ans

15H - 16H30
THÉÂTRE ADOS
11-15 ans

JEUDI

LE BUGUE (E-LEROY)
GRANDE SALLE

10H - 11H
ZUMBA GOLD®
SENIORS

11H - 11H45
CIRCL MOBILITY™

18H - 19H
ZUMBA®

19H - 19H45
CIRCL MOBILITY™ /
SCULPT&FUN

19H45 - 20H45
ZUMBA®

WEEK-END

STAGES ADULTES:

DANSE
THÉÂTRE

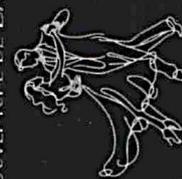
ÉVÈNEMENTS
ZUMBA®

VOYAGE ZUMBA®
BARCELONE

EVJF



OUVERTURE DE BAL



*RENTREE 15/09