



Cours de Djembel, yoga et fitness avec ADOS !

31 octobre 2017

ADOS
propose des ateliers sportifs féminins

 **Yoga**
Le lundi
19h - 20h

Infos et Inscription à ADOS
25 € / trimestre / activité

Fitness
Le mercredi
19h - 20h30



WWW.ADOS-GO.ORG

ADOS
propose des cours de

 **Djembel**
dance

Tous les mercredis, tous niveaux
au centre Fleury Barbara Goutte d'Or

10 - 12 ans
de 17h à 18h

13 - 17 ans
de 18h à 19h

INSCRIPTION A ADOS
Plus d'infos : 01 42 54 84 74
Facebook : Fatou Ados

WWW.ADOS-GO.ORG

ADOS | 26 RUE POLONCEAU 75018 PARIS - 01 42 54 84 74
ados.infos@gmail.com

ADOS | 26 RUE POLONCEAU 75018 PARIS - 01 42 54 84 74
ados.infos@gmail.com

Le djembel

Mais qu'est ce que c'est ?

Il s'agit d'une danse de bien-être basée sur les sonorités, la gestuelle et les mouvements issus des danses africaines.

Afin de répondre à toutes les demandes cette année nous mettons en place deux créneaux :

Pour les **10 - 12 ans**, pour tous niveaux, **de 17h à 18h**

Pour les **13-17 ans**, pour tous niveaux, **de 18h à 19h**

Les cours sont dispensés par un instructeur certifié du collectif djembel dance au centre Fleury Barbara Goutte d'Or.

Quelques images



ADOS
propose des cours de



Tous les mercredis, tous niveaux
au centre Fleury Barbara Goutte d'Or

10 - 12 ans
de 17h à 18h

13 - 17 ans
de 18h à 19h

INSCRIPTION A ADOS
Plus d'infos : 01 42 54 84 74
Facebook : Fatou Ados

WWW.ADOS-GO.ORG



26 RUE POLONCEAU 75018 PARIS - 01 42 54 84 74
ados.infos@gmail.com

Et aussi, comme on vous l'avait déjà dit **à la rentrée**, il y a toujours **les cours de yoga et fitness**.

- Yoga, tous les lundis de 19h à 20h
- Fitness, tous les mercredis de 19h à 20h30

Ces cours sont encadrés par des intervenantes professionnelles (de haut niveau !).

Débutantes ou confirmées bienvenues ! Le premier cours est gratuit.

Renseignement et inscription à ADOS, auprès de l'équipe.

ADOS

propose des ateliers sportifs féminins



Yoga

Le lundi

19h - 20h

Infos et Inscription à ADOS

25 € / trimestre / activité

Fitness

Le mercredi

19h - 20h30



WWW.ADOS-GO.ORG

ADOS

26 RUE POLONCEAU 75018 PARIS - 01 42 54 84 74
ados.infos@gmail.com

- Emplacement :

Accueil > A la une > Actualités >

- Adresse de cet article : <https://gouttedor-et-vous.org/Cours-de-Djembel-a-ADOS>

