

## COURS SENIORS

**SILVER PILATES** avec Stéphanie Skridla et Irina Asselin

Lundi 11h30-12h30 (SK) 390€

Jeudi 10h30-11h30 (IA) 390€

Prix pour deux cours : 695€



tarifs hors  
adhésions

**QI GONG** avec Laurent Joly

Mardi 10h00-11h00 390€



## POUR TOUS LES ÂGES COURS PARTICULIERS DE MUSIQUE



Cours de 30min : 720€ / cours de 45 min : 1076€ / cours de 1h : 1436€

**FLûTE TRAVERSIERE** avec Benoit Lallemand

Jeudi créneaux de 16h00 à 21h00

tarifs hors  
adhésions

**GUIWARE** avec Dimitri Puyalte

Lundi créneaux de 17h00 à 20h00



**PIANO** avec Darima Defrance et Masami Shirai

Lundi créneaux de 15h00 à 22h00 (DD)

Mardi créneaux de 15h00 à 22h00 (DD)

Jeudi créneaux de 14h30 à 20h00 (DD)

Vendredi créneaux de 17h00 à 20h00 (MS)

Samedi créneaux de 11h30 à 20h00 (MS)



**VIOLON SUZUKI** ★ avec violinissimi avec Anna Renty

1 cours particulier et 1 cours collectif

Détails et tarifs sur le site internet



## COURS HELLO BROADWAY ★

Pour les kids, teens ou adultes

Comédie musicale américaine, théâtre adultes, claquettes

Contacter Sharon Kirch au 06 26 88 80 37



## INFORMATION

- Cours : du 14 septembre au 19 juin, hors vacances scolaires, jours fériés et week-end de l'Ascension. Les cours pendant un jour férié ne sont pas remplacés.
- **Adhésion annuelle à l'ASJ (obligatoire, individuelle, à ajouter au prix des cours) : 40 € / 25 € pour la 2<sup>e</sup> personne d'une même famille.**
- Tarifs : annuels et selon le cours. Remise de 10 % à partir du 2<sup>e</sup> cours pour familles et inscriptions multiples (réduction sur le cours le moins cher), sauf cours signalés par ★
- Possibilité de payer en 3 fois
- Cotisations : elles couvrent frais et rémunérations des professeurs. Toute somme versée reste acquise au 3.ND, et toute année, module, cycle ou stage commencé est dû en entier.
- Les cours et stages nécessitent un nombre minimum de participants. Nous nous réservons le droit d'annuler ceux qui n'atteindraient pas ce minimum.
- Les adhésions et cotisations ne sont pas remboursables. Dossier complet requis avant le début des cours.
- cours d'essai possibles selon les cours. Nous demander

## ATELIERS LIBRES

- Pour les adhérents aux cours de sculpture.
- Mardis (toute la journée), jeudis après-midi et vendredis (toute la journée).

## STAGES

- Pendant les vacances scolaires.
- Infos : affichage, site internet, Instagram.
- Inscription : secrétariat ou mail.
- Ouverts à tous (adhérents et non adhérents)



LOCATIONS SALLES/ EXPOSITIONS nous contacter

# le 3.ND

Versailles – quartier Notre Dame

## ACTIVITÉS 2026-2027

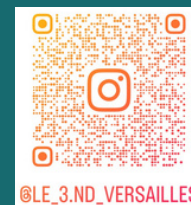
3 rue des missionnaires – 78000 Versailles

Tél : 01 78 52 44 40

Email : [contact@le3nd.fr](mailto:contact@le3nd.fr)

[www.le3nd.fr](http://www.le3nd.fr)

INSCRIPTIONS



Secrétariat ouvert du lundi au vendredi  
de 9h00 à 12h00 et de 14h00 à 18h00  
et le samedi de 9h00 à 13h00

Le règlement intérieur ainsi que la charte du  
3.ND sont disponibles sur notre site. Toute  
inscription vaut engagement à les respecter.

**Début des cours : 14 septembre 2026**  
**INSCRIPTIONS POSSIBLES**  
**TOUTE L'ANNÉE**

tarifs hors  
adhésions

## COURS JUNIORS (maternelle et primaire)

**EVEIL / INITIATION A LA DANSE** avec Frédérique Guinard ou Sophie Couleau ou Caroline Gualdino  
Eveil 4-5 ans mercredi 9h45-10h30 (SC) 296€  
Eveil 4-5 ans mercredi 17h00-17h45 (CG) 296€  
Eveil 4-5 ans samedi 11h15-12h00 (FG) 296€  
Initiation 6-7 ans mercredi 10h45-11h45 (SC) 390€  
Initiation 6-7 ans mercredi 17h00-18h00 (CG) 390€  
Initiation 6-7 ans samedi 11h15-12h15 (FG) 390€



**DANSE CLASSIQUE** avec Frédérique Guinard ou Sophie Couleau ou Caroline Gualdino  
7-8 ans mercredi 11h45-12h45 (SC) 390€  
7-8 ans samedi 13h15-14h15 (FG) 390€  
9-10 ans mercredi 13h30-14h30 (SC) 390€  
9-10 ans samedi 14h15-15h15 (FG) 390€



**HIP-HOP** avec Anthony Montzimir  
6-9 ans lundi 17h00-18h00 345€  
Atelier 7-16 ans samedi 16h30-18h00 160€ pour les élèves inscrits en cours de hip-hop et 300€ si non.



**ARTS PLASTIQUES** avec Victoire Costes  
(CP-CE1) mercredi 10h45-11h45 277€ + 50€ mat



**ATELIER ART ET MATIERE** avec Victoire Costes  
(à partir du CE2) mercredi 14h00-15h30 415€+50€ mat

**DIY BRODERIE / CROCHET / PETITE COUTURE**  
(à partir du CE2) avec Victoire Costes  
Mercredi 16h00-17h30 415€ + 50€ mat



**THÉÂTRE** avec Alice James  
8-10 ans mercredi 14h00-15h30 339€



**EVEIL MUSICAL** avec Constance Palin  
MS-GS mercredi 10h30-11h30 327€



## COURS ADOS (Collège et lycée)

**DANSE CLASSIQUE** avec F. Guinard et S. Couleau  
11 - 12 ans mercredi 14h30-15h45 (SC) 486€  
11 - 12 ans samedi 15h15-16h30 (FG) 486€  
13 ans et plus samedi 16h30-18h00 (FG) 585€



**DANSE CONTEMPORAINE** avec Caroline Gualdino  
12 ans et plus mercredi 18h00-19h30 585€



**HIP-HOP** avec Anthony Montzimir  
10-13 ans samedi 15h30-16h30 345€  
Atelier 7-15 ans samedi 16h30-18h00 160€ pour les élèves inscrits en cours de hip-hop et 300€ si non.



**THÉÂTRE** avec Alice James  
11 ans et plus mercredi 15h45-17h45 452€



## COURS ADOS (lycée) et ADULTES

**PILATES** avec Stéphanie Skridla  
Lundi 18h30-19h30 390€



**STRETCHING** avec Irina Asselin  
Jeudi 20h00-21h00 390€

**ATELIER BIEN-ÊTRE EN MUSIQUE** avec Caroline Gualdino - Mercredi 19h30-20h45 461€

**CARDIO DANSE** avec Irina Asselin  
Jeudi 19h00-20h00 390€



**SELF-DEFENSE** avec Laurent Joly  
Mercredi 18h15-19h15 390€

tarifs hors  
adhésions

## COURS ADULTES

**DANSE CLASSIQUE** avec Frédérique Guinard avec acc. piano de Masami Shirai / Hania Fourneau mardi  
Mardi 11h30-13h00 585€ (HF)  
Mercredi 19h45-21h15 585€ (FG)  
Samedi 9h45-11h15 585€ (FG)  
Prix pour deux cours : 975€



**DANSE BAROQUE** avec Laetitia Turri  
Mardi 10h00-11h00 (sept-déc) et 9h45-11h00 (janv-juin) 439€



**PILATES** avec Stéphanie Skridla et Irina Asselin  
Lundi 8h30-9h30 (SK) 390€



Lundi 10h30-11h30 (SK) 390€  
Lundi 18h30-19h30 (SK) 390€  
Lundi 19h30-20h30 (SK) 390€  
Jeudi 9h30-10h30 (IA) 390€  
Prix pour deux cours : 695€



**RENFORCEMENT MUSCULAIRE** avec Stéphanie Skridla - Vendredi 8h30-9h30 390€



**STRETCHING** avec Stéphanie Skridla et Irina Asselin  
Lundi 9h30-10h30 (SK) 390€  
Jeudi 8h30-9h30 (IA) 390€  
Jeudi 20h00-21h00 (IA) 390€  
Prix pour deux cours : 695€



**YOGA** avec Michèle Desrues et Patricia Mangiapan  
461€ annuel ou carte 10 cours 180€ valable 6 mois  
Mardi 9h15-10h30 (PM)  
Mardi 10h45-12h00 (PM)  
Jeudi 9h15-10h30 (MD)  
Jeudi 18h45-20h00 (MD)

tarifs hors  
adhésions

**CHANT LYRIQUE** ★ avec Marie Kopecka  
Vendredi cours particuliers 17h00-20h00  
30 min 775€ / 45 min 1162€  
Vendredi atelier lyrique cours collectif 20h00-21h30 721€



**SCULPTURE TERRE-BOIS-PIERRE** avec Nicole Boucher  
Samedi 9h30-12h30 550€ (Mat. non compris)  
2 jeudis par mois 18h30-21h30 380€ (Mat. non compris)



**ECRITURE D'ICONES** avec Jérôme Lescure  
Prix du cours + 50€ matériel  
Lundi 9h00-12h00 820€  
Lundi 13h00-16h00 820€  
Jeudi 9h00-12h00 820€  
Stages 4 samedis dans l'année (dates sur site) 9h00-12h00 et 13h00-16h00 410€ + 50€ matériel



**IKEBANA** ★ avec Valérie Le Maréchal  
Prix (végétaux fournis) pour 6 cours. Cours en sup 35€  
6 Samedi 9h30-11h00 210€  
6 Samedi 11h15-12h45 210€  
6 Samedi 13h00-14h30 210€

