



PARIS ANIM' 10^E

SAISON
2016-
2017



ACTIVITÉS

	ENFANT	ADO	ADULTE
AQUATIQUE	AQUAGYM		◆
	AQUA JEUX	◆	◆
	AQUA PHOBIE		◆
	BALLET AQUATIQUE	◆	◆
	BÉBÉS DANS L'EAU	◆	
	NATATION MATERNITÉ		◆
	NATATION PERFECTION	◆	◆
		◆	◆
ARTS DU SPECTACLE	ACROBATIE	◆ ■	◆ ■
	ATELIER ÉCRITURE		■
	CIRCOMOTRICITÉ	◆	
	COMÉDIE MUSICALE	◆	■
	CONTE		▶
	ÉCOLE DE CIRQUE	◆	◆
	EN FORME DE BRUITS		■
	MIME	■	■
ARTS PLASTIQUES	THÉÂTRE	◆ ● ■ ▶	◆ ● ■ ▶
	TRAPÈZE	◆	◆
	ATELIER DE L'AIR ET DE L'ESPACE		●
	BANDE-DESSINÉE		◆ ■
	COUTURE		■
	DESSIN PEINTURE	◆ ● ■ ▶	◆ ■
	MOSAÏQUE DÉCORATIVE		●
	POTERIE	● ▶	● ▶
PHOTO VIDÉO	RECUP'ART	◆ ● ■	◆ ■
	STYLISME	●	
	Z'ARCHITECTES	●	●
	CRÉATION FILM EN 3D		■
	IMPRESSION 3D	●	●
	PHOTOGRAPHIE		●
	VIDÉO		■

	ENFANT	ADO	ADULTE
DANSE	AFRICAINNE	▶	▶
	AFRO-JAZZ		●
	BARRE AU SOL		● ■
	BHARATA NATYAM		●
	BOLLYWOOD		■
	BRÉSILIENNE		●
	ATELIER CHORÉGRAPHIQUE		■
	CLAQUETTES		▶
	CLASSIQUE	◆ ● ■ ▶	◆ ● ■ ▶
	CONTEMPORAINE	◆ ▶	◆ ▶
	DANCING SPORT		■
	DANSE DE SALON		■
	DANSE MODERNE	●	●
	ÉVEIL À LA DANSE	◆ ● ▶	
	EXPRESSION CORPORELLE & THÉÂTRALE	◆ ●	
	FLAMENCO		◆
	HIP HOP	◆ ● ■ ▶	◆ ● ■ ▶
	MARTIALE		●
	MODERN'JAZZ	◆ ■ ▶	◆ ● ■ ▶
	NÉO CLASSIQUE		▶
	ORIENTALE	▶	▶
	RAGGA		■
	ROCK N'ROLL		■
	SALSA		◆ ●
STREET JAZZ	▶	● ▶	
TANGO ARGENTIN		● ■	
ÉVEIL DES TOUT-PETITS	BÉBÉS DANS L'EAU	◆	
	CIRCOMOTRICITÉ	◆	
	EXPRESSION CORPORELLE & INITIATION MUSICALE	◆ ● ▶	
	PSYCHOMOTRICITÉ & ÉVEIL CORPOREL	◆ ● ■ ▶	

	ENFANT	ADO	ADULTE
GYM, FORME ET RELAXATION	DO IN		◆
	GYMNASTIQUE	●	◆ ● ● ▶
	MASSAGE TRADITIONNEL		● ●
	PILATES		◆ ● ● ▶
	QI GONG		◆
	SHIATSU		◆
	SOPHROLOGIE		● ●
	STEP		■
	STRETCHING		◆ ● ● ▶
	TAÏ-CHI-CHUAN		■
	YOGA		◆ ● ● ▶
	ZUMBA		● ◆ ● ● ▶
LANGUES & ACCOMPAGNEMENT A L'APPRENTISSAGE	ACCOMPAGNEMENT SCOLAIRE	◆ ● ● ▶	◆ ● ● ▶
	ANGLAIS	◆ ▶	
	APPRENTISSAGE À L'AUTONOMIE		●
	ARABE	▶	▶
	ITALIEN		■
	ACCORDÉON DIATONIQUE		▶
	ATELIER CHANSON		◆ ◆
	ATELIER D'ORCHESTRE		● ▶
	BATTERIE	▶	◆ ▶
	CHANT		● ◆ ● ■
CHANT ET CUP SONG	▶		
CHANT ET PERCUSSIONS	▶		
CHORALE		▶	
DJEMBÉ		◆	
ENSEMBLE VOCAL		●	
ENSEMBLE IMPRO JAZZ		■	
ÉVEIL MUSICAL	◆ ● ● ▶		
FLUTE TRAVERSIÈRE	● ▶	● ▶	
GITARE	■ ▶	■ ▶	
MUSIQUE ASSISTÉE PAR ORDINATEUR		▶	
PERCUSSIONS	◆	▶	
PIANO	● ● ▶	● ● ▶	
SAXOPHONE	●	●	
SWING MANOUCHE		●	
VIOLON	▶	▶	

	ENFANT	ADO	ADULTE
SPORT ET ARTS MARTIAUX	BADMINTON	● ●	◆ ● ●
	BASKET	■ ▶	■ ▶
	BOXE FÉMININE		◆ ▶
	BOXE THAÏ		● ▶
	CAPOEIRA	◆ ● ■	◆ ● ■
	ESCALADE		
	ESCRIME	▶	
	FUTSALL		▶
	FOOTBALL	◆ ▶	▶
	GYMNASTIQUE AUX AGRÈS	◆	◆
	HANDBALL		▶
	INITIATION AUX ARTS MARTIAUX	● ■	
	JUDO	◆	◆
	KARATÉ	◆ ▶	◆ ▶
	KUNG-FU	◆	◆
	LUTTE CHINOISE		◆
	MULTISPORTS	◆	◆ ▶
SOO BAHK DO	●	●	
SPORT EN FAMILLE	▶	▶	
TAE KWON DO	●	●	
TENNIS	■		
TIR À L'ARC		■	
VOLLEY-BALL			
MATURE & SAUVÉURS	ATELIER JARDINAGE		◆
	CENOLOGIE		▶



SOMMAIRE

ÉDITO PAGES 02-03

ACTIVITÉS PAGES 04-05

ÉVEIL DES TOUT-PETITS PAGES 07-08

ENFANTS PAGES 09-16

ADOLESCENTS PAGES 17-24

ADULTES PAGES 25-37

INFOS PRATIQUES PAGES 38-42

- CONDITIONS GÉNÉRALES D'INSCRIPTION AUX ACTIVITÉS (PAGES 38-39)
- TARIFS ANNUELS DES ACTIVITÉS COURANTES (PAGE 40-41)
- COORDONNÉES ET HORAIRES D'OUVERTURE DES CENTRES (PAGE 42)

PROGRAMMATION CULTURELLE PAGES I-VIII

- LA SCÈNE DU CANAL (PAGES II-III)
- SPECTACLES ET FESTIVALS (PAGES IV-V)
- IMAGES ET DÉCOUVERTE DU MONDE CONTEMPORAIN (PAGES VI-VII)
- JEUNESSE! (PAGE VIII)

Crédits photos : réalisées par les ateliers photos du Centre Jean Verrier sous la responsabilité de Carlo Werner.
Photo de l'école du Cirque : Jérôme Laeng.

**ÉVEIL DES
TOUT-PETITS**



ACTIVITÉS AQUATIQUES

Bébés dans l'eau

ATELIER DE 30 À 45 MN

4 MOIS /6 ANS (EN FAMILLE)

Mercredi	09:45 11:15	GB
Mercredi	17:00 19:15	GB
Samedi	12:15 13:00	GB
Dimanche	12:15 13:00	GB

4 MOIS /2 ANS (EN FAMILLE)

Samedi	08:30 09:30	GB
Dimanche	08:30 09:30	GB

2/5 ANS (EN FAMILLE)

Samedi	09:30 12:15	GB
Dimanche	09:30 12:15	GB

Adaptation à l'eau

ATELIER DE 45 MN

3/6 ANS (EN FAMILLE)

Mercredi	17:00 17:45	GB
Mercredi	17:45 18:30	GB
Mercredi	18:30 19:45	GB

ARTS DU SPECTACLE

Circomotricité

3/5 ANS

Mardi	16:45 17:30	GB*
Judi	16:45 17:30	GB*
Vendredi	16:45 17:30	GB*
Samedi	09:45 10:45	GB
Samedi	10:45 11:45	GB

DANSE

Contemporaine

3/4 ANS

Mercredi	15:30 16:30	CL
Mercredi	16:30 17:15	GB

3/5 ANS

Mercredi	13:15 14:00	GB
-----------------	-------------	----

Expression corporelle

2/3 ANS

Judi	10:00 11:15	JV
-------------	-------------	----

EVEIL CORPOREL

3/4 ANS

Samedi	15:15 16:00	GB
---------------	-------------	----

Éveil à la danse

3/4 ANS

Lundi	17:00 17:45	GB
Samedi	10:00 11:00	CL

PETITE SECTION

4/5 ANS

Lundi	17:45 18:30	GB
Samedi	10:00 11:00	CL

MOYENNE SECTION

Expression corporelle et théâtrale

3/4 ANS

Mercredi	16:00 17:00	JV
-----------------	-------------	----

4/5 ANS

Mercredi	15:00 16:00	JV
-----------------	-------------	----

LANGUE ET ACCOMPAGNEMENT À L'APPRENTISSAGE

Anglais par le jeu

3/5 ANS

Vendredi	16:30 17:30	CL
-----------------	-------------	----

MUSIQUE ET CHANT

Éveil musical

3/4 ANS

Mercredi	12:00 13:00	EJ
Mercredi	14:00 15:00	EJ
Mercredi	14:30 15:30	CL
Mercredi	16:00 17:00	JV

PETITE SECTION

Samedi	09:45 10:30	GB
---------------	-------------	----

4/5 ANS

Samedi	10:30 11:15	GB
Samedi	11:15 12:00	GB

SPORTS ET ARTS MARTIAUX

Baby escalade

2/3 ANS

Lundi	09:45 11:00	GB
Mardi	09:45 11:00	GB

Gymnastique du tout petit

6 MOIS /2 ANS

Mercredi	10:00 11:00	GB
Vendredi	09:45 10:45	GB

2/3 ANS

Mercredi	10:00 11:00	CL
-----------------	-------------	----

3/4 ANS

Mercredi	13:00 14:00	EJ
jedi	17:00 18:00	JV

PETITE SECTION

Initiation aux arts martiaux

3/5 ANS

Mardi	17:00 18:00	EJ
Vendredi	17:00 18:00	EJ

Mes derniers pas avant la maternelle

2/3 ANS

Judi	09:30 11:30	GB
-------------	-------------	----



ENFANTS



© Isabelle Meyer

ACTIVITÉS AQUATIQUES

Bébés dans l'eau

ATELIER DE 30 À 45 MN

4 MOIS / 6 ANS (EN FAMILLE)

Mercredi	09:45 11:15	GB
Samedi	08:30 13:00	GB
Dimanche	08:30 13:00	GB

Adaptation à l'eau

ATELIER DE 45 MN

3/6 ANS (EN FAMILLE)

Mercredi	17:00 17:45	GB
Mercredi	17:45 18:30	GB
Mercredi	18:30 19:45	GB

Aqua jeux

8/14 ANS (EN FAMILLE)

Samedi	18:15 19:15	GB
---------------	-------------	----

Aqua jeux

8/14 ANS

Samedi	18:15 19:15	GB
---------------	-------------	----

Ballet aquatique

7/12 ANS

Vendredi	17:30 18:15	GB
-----------------	-------------	----

8/14 ANS

Vendredi	18:15 19:15	GB
-----------------	-------------	----

Natation apprentissage ludique

6 ANS

Mardi	17:00 17:45	GB
Judi	17:00 17:45	GB
Samedi	16:00 16:45	GB

7 ANS

Mardi	17:45 18:30	GB
Judi	17:45 18:30	GB
Samedi	16:45 17:30	GB

Natation perfectionnement

8 ANS

Mardi	18:30 19:15	GB
Judi	18:30 19:15	GB
Samedi	17:30 18:15	GB

8/10 ANS

Vendredi	18:30 19:15	GB
-----------------	-------------	----

9/10 ANS

Lundi	17:00 17:45	GB**
--------------	-------------	------

10/12 ANS

Lundi	17:45 18:30	GB**
--------------	-------------	------

ARTS DU SPECTACLE

Acro et trapèze

10/15 ANS

Mardi	17:30 19:00	GB*
--------------	-------------	-----

Acrobatie (au sol)

9/14 ANS

Mercredi	16:00 17:00	EJ
Judi	17:30 18:30	EJ

Circomotricité

3/5 ANS

Mardi	16:45 17:30	GB*
Judi	16:45 17:30	GB*
Vendredi	16:45 17:30	GB*
Samedi	09:45 10:45	GB
Samedi	10:45 11:45	GB

Cirque

5/6 ANS

Mardi	17:00 17:45	GB
Mercredi	14:30 15:15	GB*
Mercredi	15:15 16:00	GB*
Samedi	11:45 12:45	GB

6/7 ANS

Mardi	17:45 18:45	GB
Mercredi	12:00 13:00	GB*
Mercredi	16:00 17:00	GB*

7/9 ANS

Lundi	17:00 18:00	GB*
Lundi	18:00 19:00	GB*
Mercredi	13:00 14:30	GB*

10/15 ANS

Mercredi	17:00 18:30	GB*
Judi	17:30 19:00	GB*
Samedi	12:30 14:00	GB*

Comédie musicale

8/14 ANS

Mercredi	14:00 16:00	GB
Mercredi	16:00 18:00	GB

(+ UN DIMANCHE PAR MOIS)

Expression corporelle et théâtrale

4/6 ANS

Mercredi 16:00 17:00 **JV**
MOYENNE ET GRANDE SECTION

Théâtre

5/6 ANS

Mardi 16:50 17:50 **GB**

Samedi ^N 13:00 13:45 **GB**

6/8 ANS

Mardi 17:50 18:50 **GB**

Mercredi 14:00 15:00 **JV**
CP-CE1

7/10 ANS

Lundi 17:00 18:30 **CL**

Samedi ^N 13:45 14:30 **GB**

8/10 ANS

Mercredi 12:45 14:00 **JV**

CE2-CM1

Mercredi 15:00 16:00 **JV**

CE1-CE2

9/10 ANS

Mercredi 14:00 15:30 **EJ**

Mercredi 16:00 17:15 **JV**

CM1-CM2

Théâtre allemand

7/10 ANS

Jeudi 17:00 18:00 **CL**

CULTURES NUMÉRIQUES

Infographie ^N

INITIATION AUX TECHNIQUES DE L'IMAGE NUMÉRIQUE ET DU DESSIN CRÉATIF

8/12 ANS

Vendredi 17:30 19:00 **EJ**

Cinéma ^N

(TOURNAGE ET MONTAGE)

10/12 ANS

Jeudi 18:00 19:00 **JV**



© André Baritoux

ARTS PLASTIQUES

Atelier planète ^N

(À PARTIR D'OCTOBRE 2016)
ENVIRONNEMENT, ARTS ET RÉCUPÉRATION,
EXPÉRIENCES SCIENTIFIQUES

6/9 ANS

Vendredi 17:00 18:00 **CL**

10/12 ANS

Vendredi 18:00 19:30 **CL**

Bande dessinée

9/12 ANS ^N

Mercredi 16:30 17:45 **CL**

13/15 ANS

Mercredi 17:45 19:00 **CL**

Dessin peinture

4/7 ANS

Mercredi 14:00 15:00 **CL**

6/8 ANS

Mercredi 14:00 16:00 **EJ**

7/10 ANS

Lundi 17:00 18:00 **GB**

Mercredi 15:15 16:30 **CL**

Mercredi 17:00 18:30 **JV**

Vendredi 17:00 18:00 **GB**

9/11 ANS

Mercredi 16:00 18:00 **EJ**

Poterie

5/7 ANS

Mercredi 13:30 15:00 **JV**

Mercredi 14:00 16:00 **CL**

8/10 ANS

Mercredi 16:00 18:00 **CL**

Lundi 17:00 18:30 **JV**

Recup'art

ATELIER DE CRÉATION ARTISTIQUE
& RECYCLAGE CRÉATIF

6/11 ANS

Jeudi 17:00 18:30 **GB**

Samedi 09:30 11:00 **JV**

Samedi 11:00 12:30 **JV**

Stylisme

ATELIER DE COUTURE CRÉATIVE

7/10 ANS

Jeudi 17:00 18:30 **JV**

CE2-CM1-CM2

Z'architectes

MAQUETTES ET CRÉATIONS

8/12 ANS

Mercredi 15:00 16:30 **EJ**

DANSE

Classique

4/5 ANS

Mardi	16:45 17:30	GB
Mercredi	12:00 13:00	EJ
Vendredi	16:30 17:30	JV
Samedi	09:45 10:30	GB

5/6 ANS

Lundi	17:00 18:00	CL
Mardi	17:30 18:30	GB
Mercredi	13:00 14:00	EJ
Jeudi	17:00 18:00	GB
Samedi ^N	14:30 15:15	GB

6/7 ANS

Jeudi	16:45 17:45	JV
Jeudi	18:00 19:00	GB
Samedi	10:30 11:30	GB

7/8 ANS

Mardi	17:00 18:00	EJ
Mercredi	14:00 15:00	EJ
Vendredi	17:00 18:00	CL
Samedi	11:30 12:30	GB

8/9 ANS

Jeudi	17:45 18:45	JV
--------------	-------------	----

8/10 ANS

Samedi	12:30 13:45	GB
---------------	-------------	----

9/10 ANS

Lundi	18:00 19:15	CL
Mardi	18:00 19:00	EJ
Mercredi	15:00 16:00	EJ

10/11 ANS

Vendredi	17:30 18:45	JV
Samedi	11:00 12:45	JV

POINTES

10/15 ANS

Vendredi	17:00 18:30	GB
-----------------	-------------	----

AVANCÉ



© Nadia Boukouti

Contemporaine

3/4 ANS

Mercredi	15:30 16:30	CL
Mercredi	16:30 17:15	GB

3/5 ANS

Mercredi	13:15 14:00	GB
-----------------	-------------	----

5/6 ANS

Mercredi	14:30 15:30	CL
-----------------	-------------	----

5/7 ANS

Mercredi	15:30 16:30	GB
-----------------	-------------	----

INTERMÉDIAIRE

7/9 ANS

Mercredi	12:15 13:15	GB
-----------------	-------------	----

INTERMÉDIAIRE

7/10 ANS

Mercredi	12:15 13:15	CL
-----------------	-------------	----

INTERMÉDIAIRE

Lundi ^N	17:45 19:00	JV
---------------------------	-------------	----

CM1 - CM2

10/16 ANS

Mercredi	14:00 15:30	GB
-----------------	-------------	----

INITIÉS

Éveil à la danse

3 ANS

Samedi	10:00 11:00	CL
---------------	-------------	----

PETITE SECTION

3/4 ANS

Lundi ^N	17:00 17:45	GB
---------------------------	-------------	----

4/5 ANS

Lundi ^N	17:45 18:30	GB
---------------------------	-------------	----

Mardi	17:00 18:00	JV
--------------	-------------	----

MOYENNE SECTION

Samedi	10:00 11:00	CL
---------------	-------------	----

MOYENNE SECTION

5/6 ANS

Jeudi	17:00 18:00	JV
--------------	-------------	----

GRANDE SECTION

Samedi	11:00 12:00	CL
---------------	-------------	----

MOYENNE SECTION

Expression corporelle

3/4 ANS

Samedi	15:15 16:00	GB
---------------	-------------	----

Initiation à la danse

6/7 ANS

Mardi 18:00 19:00 **JV**
CP-CE1

7/8 ANS

Jedi 18:00 19:00 **JV**
CE1-CE2

Hip hop

6/9 ANS

Mercredi  17:15 18:00 **GB**

7/10 ANS

Samedi 14:30 16:00 **CL**

7/9 ANS

Mercredi 14:00 15:00 **JV**

8/12 ANS

Mercredi 15:00 16:00 **EJ**

10/11 ANS

Mercredi 15:00 16:00 **JV**

10/14 ANS

Mercredi 18:00 19:15 **GB**
Samedi 16:00 17:30 **CL**

Moderne

7/10 ANS

Mercredi 14:00 15:00 **JV**

Modern'jazz

5/7 ANS

Vendredi 17:00 18:00 **GB**

7/9 ANS

Mercredi 13:00 14:00 **EJ**

Mercredi 13:00 14:00 **CL**

8/9 ANS

Vendredi 18:00 19:00 **GB**

10/11 ANS

Samedi 14:00 15:00 **GB**
AVANCÉ

10/12 ANS

Mercredi 14:00 15:00 **EJ**

10/13 ANS

Mercredi 17:00 18:30 **CL**

12/13 ANS

Samedi 15:00 16:00 **GB**

Orientale

6/12 ANS

Mercredi 17:30 18:30 **CL**

DÉVELOPPEMENT DURABLE

Atelier jardinage

ACTIVITÉ GRATUITE POUR TOUS
(+10€ DE PARTICIPATION AUX FRAIS)

Samedi 14:30 16:00 **GB**

Mercredi 14:00 18:00 **EJ**
LES INCROYABLES COMESTIBLES

Atelier pour la planète

SCIENCES ET DÉVELOPPEMENT DURABLE

6/9 ANS

Lundi 17:00 18:30 **EJ**



© Baptiste Faucheux

** BASSIN ÉCOLE & GYMNASSE PARMETIER:
155, avenue Parmentier, Paris 10^e

*** GYMNASSE DELESSERT:
10, rue Pierre-Dupont, Paris 10^e

**** GYMNASSE & SALLE DE DANSE MARIE PARADIS:
5, rue Léon Schwartzberg, Paris 10^e

LANGUE ET ACCOMPAGNEMENT À L'APPRENTISSAGE

Accompagnement scolaire (PAF 5 EUROS)

6/10 ANS (ÉCOLE PRIMAIRE)

Lu/ma/je/ve 17:00 18:00 **CL**

Mar. au ven. 17:00 18:00 **EJ**

Mardi et jeu. 17:00 18:00 **JV**

ÉLÉMENTAIRES

Mer. et ven. 17:00 18:30 **JV**
COLLÈGES

7/15 ANS

lundi et ven. 16:30 18:00 **GB**

Anglais

Vendredi 17:30 19:00 **CL**

10/13 ANS

Vendredi 19:00 20:30 **CL**

Anglais par le jeu...

3/5 ANS **N**

Vendredi 16:30 17:30 **CL**

5/6 ANS

Samedi 10:30 11:15 **GB**
... ET LE CHANT

Samedi 11:15 12:00 **GB**
... ET LE CHANT

7/10 ANS

Samedi 09:45 10:30 **GB**
... ET LE CHANT

Arabe

À PARTIR DE 9 ANS

Vendredi 18:00 19:30 **CL**
DÉBUTANT

vendredi 19:30 21:00 **CL**
AVANCÉ

MUSIQUE ET CHANT

L'ENSEIGNEMENT D'UN INSTRUMENT OU DU CHANT EST PROPOSÉ EN

ATELIERS SEMI-COLLECTIFS D'UNE HEURE POUR 3, 4 OU 5 PARTICIPANTS SUIVANT LES CAS ; OU EN ATELIERS INDIVIDUELS DE 30 MINUTES.

CF : DÉTAIL DANS LA PLAQUETTE MUSIQUE ET CHANT.

Éveil musical

3/4 ANS

Mercredi 12:00 13:00 **EJ**

Mercredi 14:00 15:00 **EJ**

Mercredi 14:30 15:30 **CL**

Mercredi 16:00 17:00 **JV**
PETITE SECTION

Samedi **N** 09:45 10:30 **GB**

4/5 ANS

Mercredi 14:00 15:00 **JV**

Mercredi 15:00 16:00 **JV**

Mercredi 15:00 16:00 **JV**
MOYENNE SECTION

Samedi 10:30 11:15 **GB**

Samedi **N** 11:15 12:00 **GB**

5/6 ANS

Mercredi 13:00 14:00 **EJ**

Mercredi 17:00 18:00 **JV**
GRANDE SECTION

Mercredi 15:30 16:30 **CL**

Samedi **N** 12:00 12:45 **GB**

Initiation musicale

6/8 ANS

APPRENTISSAGE COLLECTIF PAR LE JEU DU VIOLON ET DU PIANO

Jeudi 17:00 18:00 **JV**

Jeudi 18:00 19:00 **JV**

7/9 ANS

RYTHME ET CHANT PAR LE CUP SONG

Mardi 17:00 18:30 **CL**

Chorale Urban singers

10/14 ANS

Samedi 14:30 16:00 **CL**

Percussions

6/10 ANS

Mardi 17:00 18:00 **GB**

Mardi **N** 18:00 19:00 **GB**

Batterie

À PARTIR DE 13 ANS

Mardi 15:30 21:00 **CL**

Mercredi 16:00 17:00 **GB**

Flute traversière

À PARTIR DE 6 ANS

Lun/mer/ven 16:00 20:00 **JV**

Lundi 16:00 21:00 **CL**

7/8 ANS

COURS COLLECTIF DE 1H (SIX ÉLÈVES)

Lundi 17:00 18:00 **CL**

Guitare classique ou moderne

À PARTIR DE 6 ANS

Du lundi au samedi **EJ**
SE RENSEIGNER AU SECRÉTARIAT POUR LES HORAIRES

Piano

À PARTIR DE 6 ANS

Lun/mer/jeu **JV**
SE RENSEIGNER AU SECRÉTARIAT POUR LES HORAIRES

Du lundi au samedi **EJ**
SE RENSEIGNER AU SECRÉTARIAT POUR LES HORAIRES

Mercredi et samedi **CL**
SE RENSEIGNER AU SECRÉTARIAT POUR LES HORAIRES

Saxophone

À PARTIR DE 8 ANS

Mardi 17:00 21:00 **JV**

Violon

À PARTIR DE 6 ANS

Du mardi au vendredi **CL**

SE RENSEIGNER AU SECRÉTARIAT POUR LES HORAIRES

PHOTO ET VIDÉO

Cinéma **N**

(TOURNAGE ET MONTAGE)

10/12 ANS

Jedi 18:00 19:00 **JV**

SPORTS ET ARTS MARTIAUX

Badminton

5/6 ANS

Mercredi 16:00 17:00 **CL**

7/10 ANS

Mercredi 17:00 18:30 **CL**

Basket

7/10 ANS

Mercredi 17:00 18:15 **CL*****

7/12 ANS

Mercredi **N** 12:00 13:30 **JV**

10/13 ANS

Mardi 17:30 19:00 **EJ**

Boxe éducative

7/12 ANS

Mardi 17:00 18:30 **CL**

Capoeira

7/12 ANS

Mardi 17:00 18:00 **EJ**
DÉBUTANT

Mercredi 13:00 14:00 **GB**

Vendredi 17:30 18:30 **JV**

Escrime

5/7 ANS

Mercredi 14:00 15:00 **CL**

7/11 ANS

Mercredi 15:00 16:00 **CL**



© Baptiste Fauchoux

** BASSIN ÉCOLE & GYMNASSE PARMENTIER:
155, avenue Parmentier, Paris 10^e

*** GYMNASSE DELESSERT:
10, rue Pierre-Dupont, Paris 10^e

**** GYMNASSE & SALLE DE DANSE MARIE PARADIS:
5, rue Léon Schwartzberg, Paris 10^e

Football et multisport

6 ANS

Samedi 09:00 10:30 **GB****

7 ANS

Samedi 09:30 11:00 **CL*****

8 ANS

Samedi 11:00 12:30 **CL*****

9 ANS

Samedi 12:30 14:00 **CL*****

10/12 ANS

Samedi 14:00 15:30 **CL*****

Gymnastique aux agrès

8/14 ANS

Mercredi 17:30 19:00 **GB**

Gymnastique du tout-petit

3/4 ANS

Mercredi 13:00 14:00 **EJ**

3/4 ANS

Jeu 17:00 18:00 **JV**

Lundi  16:45 17:45 **JV**
PETITE ET MOYENNE SECTION (GYM ET YOGA)

5/6 ANS

Mercredi 14:00 15:00 **EJ**

Initiation aux arts martiaux

3/5 ANS

Mardi 17:00 18:00 **EJ**

Vendredi 17:00 18:00 **EJ**

4/5 ANS

Mercredi 15:00 16:00 **JV**

5/6 ANS

Mercredi 14:00 15:00 **JV**

6/10 ANS

Mercredi 17:00 18:00 **EJ**

Vendredi 18:00 19:00 **EJ**

Judo (+ LICENCE FFJDA)

5/6 ANS

Mercredi 13:30 14:30 **GB**
INITIATION (SANS LICENCE)

Jeu 17:00 18:00 **GB**
INITIATION (SANS LICENCE)

6/10 ANS

Samedi 14:30 15:30 **GB**
NIVEAU 2

7/11 ANS

Lundi 17:00 18:00 **GB**
NIVEAU 2

Mercredi 12:30 13:30 **GB**
NIVEAU 2

Jeu 18:00 19:00 **GB**
NIVEAU 2

Karaté (+ LICENCE FFKAMA)

5/6 ANS

Mercredi 14:00 15:00 **CL**
INITIATION (SANS LICENCE)

Mercredi 15:00 16:00 **CL**
INITIATION (SANS LICENCE)

Samedi 10:15 11:00 **GB***
INITIATION (SANS LICENCE)

7/9 ANS

Lundi 18:00 18:45 **GB**
DÉBUTANT

Mercredi 16:00 17:00 **GB**
INITIÉ

Mercredi 16:00 17:00 **CL**
DÉBUTANT

Vendredi 17:00 18:00 **CL**
DÉBUTANT

10/14 Ans

Lundi 17:00 18:00 **CL**
INITIÉ

Lundi 18:45 19:30 **GB**
DÉBUTANT

Mercredi 17:00 18:00 **GB**
INITIÉ

Vendredi 18:00 19:00 **CL**
DÉBUTANT

TOUT ÂGE

Samedi 08:45 10:15 **GB***
COMPÉTITION

Kung fu

6/10 ANS

Vendredi 17:00 17:45 **GB**
DÉBUTANT

Vendredi 17:45 18:30 **GB**
INITIÉ

Soo bahk do (+ LICENCE FFSDB)

6/10 ANS

Mercredi 16:00 17:00 **JV**

Vendredi 18:00 19:00 **JV**
INITIÉ

6/12 ANS

Samedi 13:00 14:30 **JV**

Sport en famille

ENFANT/ADO/ADULTE

Dimanche 10:00 11:30 **CL******

Tae kwon do (+ LICENCE FFTDA)

8/14 ANS

Vendredi 19:00 20:30 **JV**

Tennis

6/7 ANS

Mercredi 12:00 13:00 **EJ**

7/8 ANS

Mercredi 13:00 14:00 **EJ**

Mercredi 14:00 15:00 **EJ**

Mercredi 15:00 16:00 **EJ**

8/10 ANS

Samedi 15:00 16:00 **EJ**

9/10 ANS

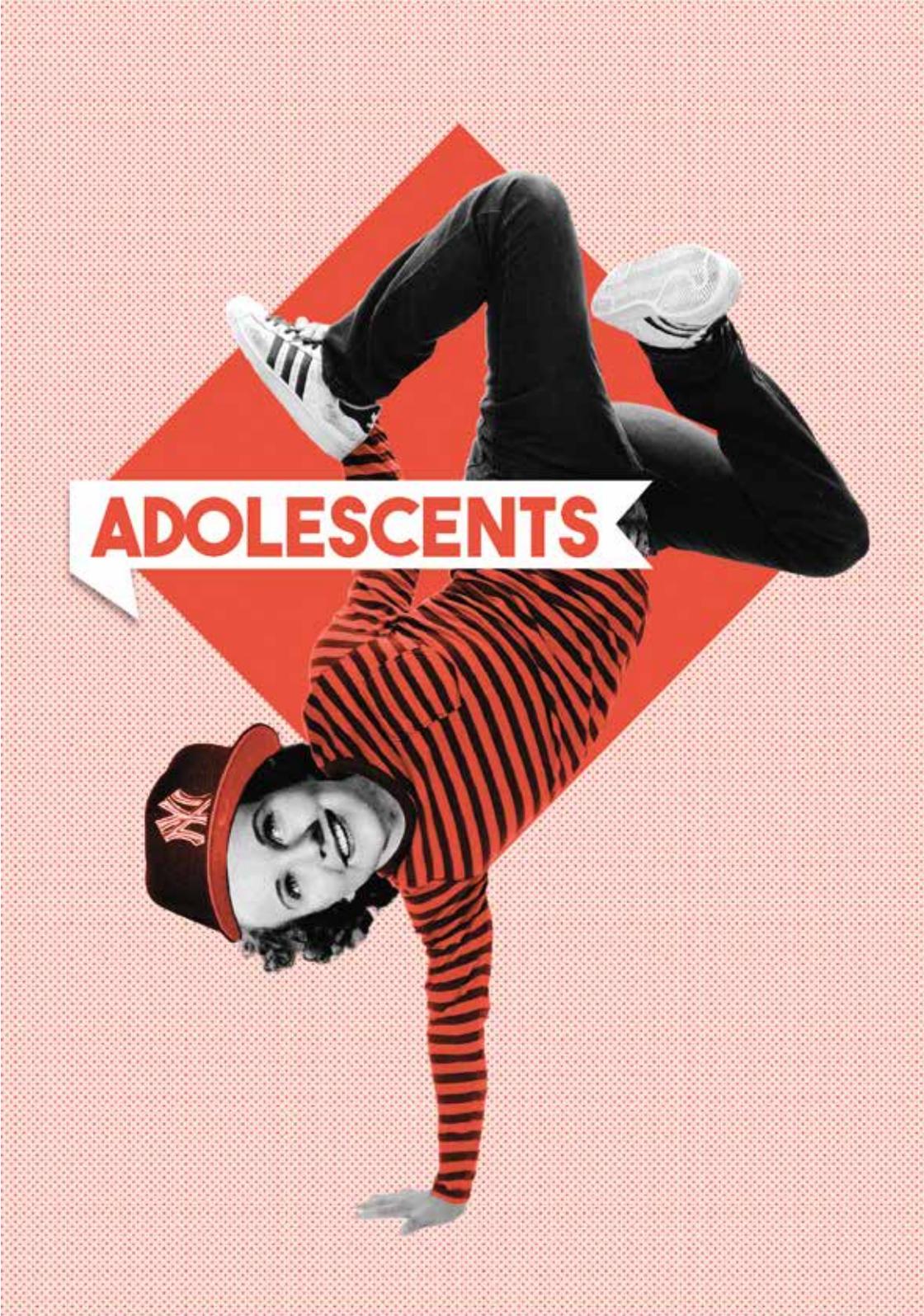
Mercredi 16:00 17:00 **EJ**

Mercredi 17:00 18:00 **EJ**

10/11 ANS

Mercredi 18:00 19:00 **EJ**
2 ET 3 ANS DE PRATIQUE

Samedi 14:00 15:00 **EJ**



ADOLESCENTS



© Saïda Berbour

ACTIVITÉS AQUATIQUES

Aqua jeux

8/14 ANS

Samedi 18:15 19:15 **GB**
BALLET AQUATIQUE

8/14 ANS

Vendredi 18:15 19:15 **GB**
NATATION PERFECTIONNEMENT

10/12 ANS

Lundi 17:45 18:30 **GB****

12/15 ANS

Lundi 18:30 19:15 **GB****

ARTS DU SPECTACLE

Acro et trapèze

10/15 ANS

Mardi 17:30 19:00 **GB***

Acrobatie ^N

Mercredi 16:00 17:00 **EJ**
ACROBATIE AU SOL

Judi 17:30 18:30 **EJ**
ACROBATIE AU SOL

Cirque

10/15 ANS

Mercredi 17:00 18:30 **GB***

Judi 17:30 19:00 **GB***

Samedi 12:30 14:00 **GB***

À PARTIR DE 15 ANS

Vendredi 17:30 19:00 **GB***
PERFECTIONNEMENT (+ 1 DIMANCHE PAR MOIS)

Comédie musicale

8/14 ANS

Mercredi 14:00 16:00 **GB**

11/16 ANS

Mercredi 16:00 18:00 **GB**
AVANCÉ (+ 1 DIMANCHE PAR MOIS)

A PARTIR DE 15 ANS

Vendredi 19:30 22:30 **EJ**

Théâtre

11/12 ANS

Mercredi 16:00 17:15 **JV**
CM1-CM2

11/15 ANS

Lundi 18:30 20:30 **CL**

Mercredi 15:30 17:00 **EJ**

12/13 ANS

Vendredi 17:00 18:30 **JV**
6ÈME-5ÈME

13/16 ANS

Mercredi 17:30 19:00 **EJ**

Vendredi 18:30 20:00 **JV**
5ÈME-4ÈME

15/16 ANS

Vendredi ^N 20:00 21:30 **JV**
3ÈME-2ÈME

15/17 ANS

Vendredi 18:30 20:30 **EJ**

CULTURES NUMÉRIQUES

Infographie ^N

INITIATION AUX TECHNIQUES DE L'IMAGE NUMÉRIQUE ET DU DESSIN CRÉATIF

8/14 ANS

Vendredi 17:30 19:00 EJ

Création film animation en 3D

12/17 ANS

Mercredi 15:30 17:00 EJ
INITIATION

Cinéma ^N

(TOURNAGE ET MONTAGE)

12/17 ANS

Judi 18:00 19:00 JV

ARTS PLASTIQUES

Atelier planète ^N

ENVIRONNEMENT, ARTS ET RÉCUPÉRATION, EXPÉRIENCES SCIENTIFIQUES (À PARTIR D'OCTOBRE 2016)

10/12 ANS

Vendredi 18:00 19:30 CL

Bande dessinée

9/12 ANS ^N

Mercredi 16:30 17:45 CL

11/17 ANS

Mercredi 13:30 15:30 EJ

13/15 ANS

Mercredi 17:45 19:00 CL

Dessin peinture

8/11 ANS

Mercredi 16:00 18:00 EJ

À PARTIR DE 15 ANS

Judi 18:30 20:30 GB

Vendredi 18:00 20:00 GB

Illustration et BD

À PARTIR DE 13 ANS

Lundi 18:00 20:00 GB

À PARTIR DE 15 ANS ^N

Mercredi 19:00 20:30 CL

Poterie

11/13 ANS

Mercredi 15:00 16:30 JV

10/15 ANS

Judi 17:00 19:00 CL

Z'architectes

MAQUETTES ET CRÉATIONS

8/12 ANS

Mercredi 15:00 16:30 EJ



© Baptiste Faucheux

** BASSIN ÉCOLE & GYMNASSE PARMENTIER: 155, avenue Parmentier, Paris 10^e

*** GYMNASSE DELESSERT: 10, rue Pierre-Dupont, Paris 10^e

**** GYMNASSE & SALLE DE DANSE MARIE PARADIS: 5, rue Léon Schwartzberg, Paris 10^e

DANSE

Africaine ^N

COURS HEBDOMADAIRE OU AU FORFAIT
(GRILLE TARIFAIRE 3H)

À PARTIR DE 15 ANS

Lundi 18:00 19:30 **CL**
AVEC PERCUSSION

Lundi 19:30 21:00 **CL**
AVEC PERCUSSION

Vendredi 19:00 20:30 **CL**
AVEC PERCUSSION

Classique

10/15 ANS

Vendredi 17:00 18:30 **GB**
AVANCÉ

11/13 ANS

Vendredi 18:00 19:15 **CL**

12/13 ANS

Vendredi 18:45 20:15 **JV**

14/17 ANS

Judi 18:45 20:15 **JV**

Samedi 11:00 12:45 **JV**
POINTES

À PARTIR DE 16 ANS

Judi 18:30 19:30 **EJ**
DÉBUTANT

Judi 19:30 21:00 **EJ**
INTERMÉDIAIRE

Contemporaine

10/16 ANS

Mercredi 14:00 15:30 **GB**

Falling and rolling ^N

À PARTIR DE 16 ANS

Mardi 18:00 19:30 **EJ**
DÉBUTANT

Hip hop

8/12 ANS

Mercredi 15:00 16:00 **EJ**

10/14 ANS

Mercredi 18:00 19:15 **GB**

12/13 ANS

Mercredi 16:00 17:00 **JV**

11/15 ANS

Samedi 16:00 17:30 **CL**

13/16 ANS

Mercredi 16:00 17:30 **EJ**

14/17 ANS

Mercredi 17:00 18:00 **JV**

À PARTIR DE 15 ANS

Mercredi 19:15 20:30 **GB**

Hip hop new style

À PARTIR DE 16 ANS

Judi 19:00 20:30 **JV**

Modern'jazz

10/13 ANS

Mercredi 17:00 18:30 **CL**

10/12 ANS

Mercredi 14:00 15:00 **EJ**

12/13 ANS

Samedi 15:00 16:00 **GB**
AVANCÉ

13/15 ANS

Mercredi 15:00 16:30 **EJ**

14/16 ANS

Vendredi 19:00 20:00 **GB**
AVANCÉ

À PARTIR DE 14 ANS

Mercredi 17:30 19:00 **JV**
DÉBUTANT-INTERMÉDIAIRE

16/19 ANS

Samedi 16:00 17:00 **GB**

À PARTIR DE 16 ANS

Mardi 19:30 21:00 **JV**
DÉBUTANT

Mercredi 19:00 20:30 **JV**
DÉBUTANT-INTERMÉDIAIRE



Neo classique

13/16 ANS

Vendredi 19:15 20:30 **CL**

Orientale

6/12 ANS

Mercredi 17:30 18:30 **CL**

À PARTIR DE 15 ANS

COURS HEBDOMADAIRE OU AU FORFAIT
(GRILLE TARIFAIRE 3H)

Jeudi **N** 20:30 22:00 **CL**
CABARET ORIENTAL

Samedi 14:30 16:00 **CL**
DÉBUTANT

Samedi 16:00 17:30 **CL**
AVANCÉ

Salsa

À PARTIR DE 16 ANS

Mardi 20:00 21:15 **JV**
TOUT NIVEAU

Street jazz

12/17 ANS

Lundi 18:00 19:30 **CL**

Mercredi **N** 18:30 19:30

GB*****

Samedi **N** 17:00 18:00

GB*****

À PARTIR DE 16 ANS

Mardi 18:00 19:30 **JV**
RNB



© Nadia Boukouti

LANGUE ET ACCOMPAGNEMENT À L'APPRENTISSAGE

Accompagnement
scolaire (ACTIVITÉ GRATUITE)

7/15 ANS

Lun. et ven. 16:30 18:00 **GB**

11/15 ANS (COLLÈGE)

Lu/ma/je 18:00 19:00 **CL**

Mar. au ven. 18:00 19:00 **EJ**

Mer. et ven. 17:00 18:30 **JV**

Anglais

10/13 ANS

vendredi 19:00 20:30 **CL**

Arabe

À PARTIR DE 9 ANS

Vendredi 18:00 19:30 **CL**
DÉBUTANT

Vendredi 19:30 21:00 **CL**
AVANCÉ



© Nadia El Ghazi

MUSIQUE ET CHANT

L'ENSEIGNEMENT D'UN INSTRUMENT OU DU CHANT EST PROPOSÉ EN ATELIERS SEMI-COLLECTIFS D'UNE HEURE POUR 3, 4 OU 5 PARTICIPANTS SUIVANT LES CAS ; OU EN ATELIERS INDIVIDUELS DE 30 MINUTES.

CF : DÉTAIL DANS LA PLAQUETTE MUSIQUE ET CHANT.

Atelier chanson

À PARTIR DE 16 ANS

Mercredi 12:15 13:45 **GB**

Atelier musique actuelle ^N

GRUPE STUDIO POP/ROCK (6 PERS.)

15/20 ANS

Mercredi 18:30 20:00 **CL**

Atelier Pop-rock ^N

À PARTIR DE 14 ANS

Lundi 18:30 20:00 **EJ**

Chorale Urban singers SOUL, FUNKY, R&B, BLUES ET POP

10/14 ANS

Samedi 14:30 16:00 **CL**

À PARTIR DE 15 ANS

Samedi 16:00 17:30 **CL**

Batterie

Mardi 15:30 19:30 **CL**

Mercredi 17:00 19:30 **GB**

Flute traversière

Lun/mer/jeu 16:00 20:00 **JV**

Mardi **CL**

SE RENSEIGNER AU SECRÉTARIAT POUR LES HORAIRES

Guitare ^N

11/15 ANS

Mercredi 14:00 18:00 **CL**

Guitare basse

À PARTIR DE 14 ANS

Lundi 17:00 21:00 **EJ**

Guitare classique ou moderne

Du lundi au samedi

EJ
SE RENSEIGNER AU SECRÉTARIAT POUR LES HORAIRES

Piano

Lun/mer/jeu

JV
SE RENSEIGNER AU SECRÉTARIAT POUR LES HORAIRES

Du lundi au samedi

EJ
SE RENSEIGNER AU SECRÉTARIAT POUR LES HORAIRES

Mercredi et samedi

CL
SE RENSEIGNER AU SECRÉTARIAT POUR LES HORAIRES

Saxophone

Mardi 17:00 21:00 **JV**

SE RENSEIGNER AU SECRÉTARIAT POUR LES HORAIRES

Violon

Mar/mer/ven

CL
SE RENSEIGNER AU SECRÉTARIAT POUR LES HORAIRES

DÉVELOPPEMENT DURABLE ET SAVEURS

Atelier jardinage

ACTIVITÉ GRATUITE
(10€ DE PARTICIPATION AUX FRAIS)

À PARTIR DE 11 ANS

Samedi 14:30 16:00 GB

Atelier planète ^N

ENVIRONNEMENT, ARTS ET
RÉCUPÉRATION, EXPÉRIENCES
SCIENTIFIQUES

(À PARTIR D'OCTOBRE 2016)

10/12 ANS

Vendredi 18:00 19:30 CL

PHOTO ET VIDÉO

Cinéma ^N

12/17 ANS

Jeudi 17:00 18:00 JV

SPORTS ET ARTS MARTIAUX

Badminton

12/17 ANS

Mardi 19:00 20:30 EJ

À PARTIR DE 13 ANS

Lundi 18:30 20:00 GB

À PARTIR DE 14 ANS

Samedi 12:00 13:00 JV

Basket

7/14 ANS

Mercredi ^N 12:00 13:30 JV

10/13 ANS

Mardi 17:30 19:00 EJ

11/15 ANS

Mercredi 18:15 19:30

CL***

14/17 ANS

Mercredi 19:00 20:30 EJ

Vendredi ^N 21:00 22:30 JV

Boxe éducative

7/12 ANS

Mardi 17:00 18:30 CL

Boxe féminine

À PARTIR DE 14 ANS

Samedi 11:00 13:00 CL

À PARTIR DE 16 ANS

Vendredi 18:30 20:00 GB

Lundi ^N 19:00 20:30 GB***

Mardi ^N 19:30 21:00 GB***

Boxe thaï

À PARTIR DE 14 ANS

Mardi 18:30 20:30 CL

jeudi 19:30 21:30 CL***

Capoeira

7/12 ANS

Mardi 17:00 18:00 EJ
DÉBUTANT

Mercredi 13:00 14:00 GB

Vendredi 17:30 18:30 JV
TOUT NIVEAU



** BASSIN ÉCOLE & GYMNASÉ PARMENTIER:
155, avenue Parmentier, Paris 10^e

*** GYMNASÉ DELESSERT:
10, rue Pierre-Dupont, Paris 10^e

**** GYMNASÉ & SALLE DE DANSE MARIE PARADIS:
5, rue Léon Schwartzberg, Paris 10^e



© Marcel Ratinaud

Escalade

13/15 ANS

Vendredi 18:30 20:00 **EJ**

Football et multisports

10/12 ANS

Samedi 14:00 15:30 **CL*****

13/15 ANS

Samedi 15:30 17:00 **CL*****

Gymnastique aux agrès

8/14 ANS

Mercredi 17:30 19:00 **GB**

Handball

À PARTIR DE 14 ANS

Judi 18:30 20:30 **CL******

Judo

(+ LICENCE FFJDA)

12/16 ANS

Mercredi 14:30 16:00 **GB**
NIVEAU 3 ET 4

À PARTIR DE 16 ANS

Judi 19:00 20:30 **GB**
NIVEAU 3 ET 4

Karaté

(+ LICENCE FFKAMA)

À PARTIR DE 9 ANS

Samedi 08:45 10:15 **GB***
COMPÉTITION

10/14 ANS

Lundi 18:45 19:30 **GB**
DÉBUTANT

lundi 17:00 18:00 **CL**
INITIÉ

Mercredi 17:00 18:00 **GB**
INITIÉ

Vendredi 18:00 19:00 **CL**
DÉBUTANT-INTERMÉDIAIRE

À PARTIR DE 16 ANS

Lundi 19:30 20:45 **GB**
INITIÉ

Mardi 19:00 20:30 **GB**
AVANCÉ

Krav-martial ^N

À PARTIR DE 16 ANS

Lundi 19:00 20:30 **EJ**

Kung fu

11/14 ANS

Mercredi 18:00 19:00 **GB**
INITIÉ

Multisports

ACTIVITÉ GRATUITE

14/18 ANS

Judi 18:30 20:30 **CL**
FOOT EN SALLE

Vendredi 17:30 19:00 **GB**

Self-défense ^N

À PARTIR DE 15 ANS

Mercredi 16:00 17:30 **JV**
MAÎTRISE AUTO-DÉFENSE

À PARTIR DE 16 ANS

Mercredi 19:00 20:30 **GB**
FÉMININ UNIQUEMENT

Mardi 21:00 22:30 **CL*****

Soo bahk do

(+ LICENCE FFSDB)

6/14 ANS

Samedi 13:00 14:30 **JV**

Sport en famille

ENFANT/ADO/ADULTE

Dimanche 10:00 11:30 **CL******

Tae kwon do

(+ LICENCE FFTDA)

8/14 ANS

Vendredi 19:00 20:30 **JV**

À PARTIR DE 15 ANS

Judi 18:00 20:00 **JV**

Tir à l'arc

12/16 ANS

Judi 18:30 19:30 **EJ**
COURS / TIR LIBRE

Zumba

À PARTIR DE 16 ANS

Lundi 19:00 20:00 **JV**

Mardi 19:00 20:00 **JV**

Mardi 19:00 20:00 **CL*****

Mardi 20:00 21:00 **CL*****

ADULTES



ACTIVITÉS AQUATIQUES

Aqua gym

Lundi	12:15 13:15	GB
Lundi	20:00 21:00	GB
Mardi	19:30 20:30	GB
Mercredi	11:30 12:15	GB
Mercredi	19:15 20:15	GB
Vendredi	20:30 21:30	GB
Samedi	13:45 14:45	GB
Samedi	14:45 15:45	GB

Aqua gym douce

Mercredi	12:15 13:15	GB
Judi	11:30 12:15	GB

Aqua palmes

Mardi	20:30 21:30	GB
--------------	-------------	----

Aquapunch ^N

Judi	19:30 20:30	GB
-------------	-------------	----

Aquattack ^N

Lundi	21:00 21:45	GB
Mercredi	09:00 09:45	GB

Aqua phobie

Mercredi	20:15 21:45	GB
-----------------	-------------	----

RELAXATION ET PHOBIE AQUATIQUE

Natation tous niveaux

Judi	20:30 21:30	GB
-------------	-------------	----

Natation maternité

Vendredi	19:15 20:45	GB
-----------------	-------------	----

Natation perfectionnement

Lundi	19:15 20:15	GB**
Judi	12:15 13:15	GB

ARTS DU SPECTACLE

Acrobatie

Mercredi	18:30 20:00	GB*
Judi	18:30 20:30	EJ

ACROBATIE AU SOL

Samedi	11:00 12:30	GB*
---------------	-------------	-----

Atelier écriture

Mardi	19:30 22:30	EJ
--------------	-------------	----

Cirque

Vendredi	17:30 19:00	GB*
-----------------	-------------	-----

PERFECTIONNEMENT (+ 1 DIMANCHE PAR MOIS)

Comédie musicale

Vendredi	19:30 22:30	EJ
-----------------	-------------	----

Conte

Mardi	18:30 21:30	CL
--------------	-------------	----

En forme de bruits

Mercredi	19:00 21:00	EJ
-----------------	-------------	----

POUR SOURDS ET ENTENDANTS



Théâtre

Lundi	19:00 22:00	JV
--------------	-------------	----

INITIÉ

Lundi	19:30 22:30	EJ
--------------	-------------	----

DÉBUTANT

Lundi	19:30 22:30	EJ
--------------	-------------	----

AVANCÉ

Mardi	19:00 22:00	CL
--------------	-------------	----

TOUT NIVEAU

Mardi	19:30 22:30	EJ
--------------	-------------	----

MOYEN

Mardi	19:30 22:30	EJ
--------------	-------------	----

AVANCÉ

Mercredi	19:00 22:00	JV
-----------------	-------------	----

DÉBUTANT

Mercredi	19:00 22:00	CL
-----------------	-------------	----

AVANCÉ

Mercredi	19:30 22:30	EJ
-----------------	-------------	----

CLASSE LIBRE

Mercredi	19:30 22:30	EJ
-----------------	-------------	----

ATELIER THÉÂTRAL

Judi	19:00 22:00	CL
-------------	-------------	----

ATELIER CRÉATION

Judi ^N	19:30 22:30	EJ
--------------------------	-------------	----

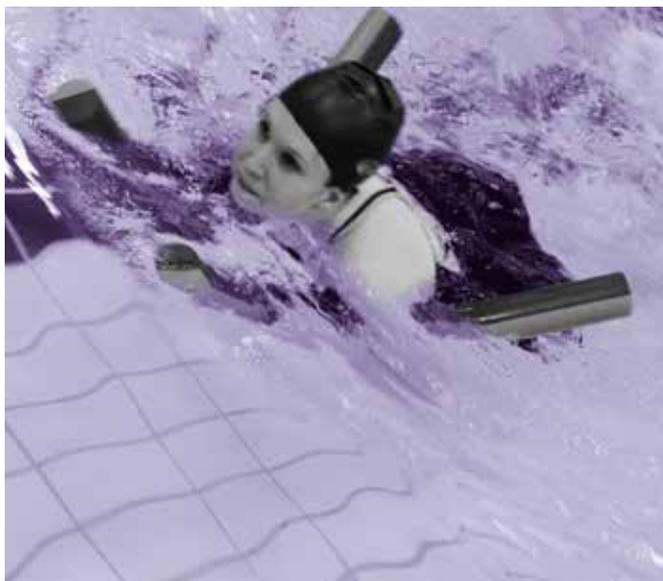
THÉÂTRE PHYSIQUE LABORATOIRE CRÉATION COLLECTIVE - MOYEN

Judi	19:30 22:30	EJ
-------------	-------------	----

AVANCÉ

Samedi ^N	15:00 17:00	GB
----------------------------	-------------	----

ATELIER THÉÂTRAL



© B. Cano



© Charline Gentilhomme

Trapèze

Vendredi	12:30 14:00	GB*
Samedi	17:00 18:30	GB*
Samedi	18:30 20:00	GB*

AVANÇÉ

Acrobaties aériennes (TRAPÈZE, TISSU, CERCEAU, CORDE)

Mercredi	18:30 20:00	GB*
Judi	12:30 14:00	GB*
Samedi	11:00 12:30	GB*

CULTURES NUMÉRIQUES

Infographie **N**

INTRODUCTION AUX TECHNIQUES
DE L'IMAGE NUMÉRIQUE, DESSIN
CRÉATIF AVEC COLORISATION

Vendredi	19:30 21:30	EJ
-----------------	-------------	-----------

DÉBUTANT

Informatique **N**

CYCLES DE 10 SÉANCES

Mardi-samedi		CL
---------------------	--	-----------

SE RENSEIGNER AU SECRÉTARIAT POUR LES HORAIRES

Lundi	14:00 16:00	JV
--------------	-------------	-----------

INITIATION PC ET INTERNET

ARTS PLASTIQUES

(+20€ DE PARTICIPATION AUX FRAIS)

Couture

Lundi	15:00 18:00	EJ
Vendredi	15:00 18:00	EJ
Vendredi	18:00 21:00	EJ

Couture créative

Judi N	18:30 20:00	JV
----------------------	-------------	-----------

Dessin peinture

Lundi	18:30 21:00	CL
--------------	-------------	-----------

ART PICTURAL : EXPLORER LE DESSIN ET LA PEINTURE
À TRAVERS L'HISTOIRE DE L'ART

Mardi	18:30 20:30	EJ
--------------	-------------	-----------

DÉBUTANT

Mardi	19:00 21:00	JV
--------------	-------------	-----------

TOUT NIVEAU

Mercredi	18:30 20:30	EJ
-----------------	-------------	-----------

AVANÇÉ

Mercredi	19:00 21:00	JV
-----------------	-------------	-----------

TOUT NIVEAU

Judi	18:30 20:30	GB
-------------	-------------	-----------

Vendredi	13:30 16:30	GB
-----------------	-------------	-----------

Vendredi	18:00 20:00	GB
-----------------	-------------	-----------

Samedi	10:30 13:00	CL
---------------	-------------	-----------

ART PICTURAL : EXPLORER LE DESSIN ET LA PEINTURE
À TRAVERS L'HISTOIRE DE L'ART

Illustration et BD

Lundi	18:00 20:00	GB
Mercredi N	19:00 20:30	CL

Mosaïque décorative et romaine

Mardi	16:30 18:30	JV
Vendredi	18:00 20:30	JV

Poterie

Lundi	14:00 16:30	JV
--------------	-------------	-----------

TOUR-MODELAGE

Lundi	18:30 21:00	JV
--------------	-------------	-----------

TOUR-MODELAGE

Mardi	18:00 20:30	CL
--------------	-------------	-----------

TOUR-CÉRAMIQUE

Mercredi	09:30 12:00	JV
-----------------	-------------	-----------

TOUR-MODELAGE

Mercredi	10:00 12:30	CL
-----------------	-------------	-----------

TOUR-CÉRAMIQUE

Mercredi	18:00 20:30	CL
-----------------	-------------	-----------

TOUR-CÉRAMIQUE

Judi	19:00 21:30	CL
-------------	-------------	-----------

TOUR-CÉRAMIQUE

** BASSIN ÉCOLE & GYMNASSE PARMENIER:
155, avenue Parmentier, Paris 10^e

*** GYMNASSE DELESSERT:
10, rue Pierre-Dupont, Paris 10^e

**** GYMNASSE & SALLE DE DANSE MARIE PARADIS:
5, rue Léon Schwartzberg, Paris 10^e



© André Bartheaux

DANSE

Africaine

Lundi 18:00 19:30 **CL**
AVEC PERCUSSION (COURS HEBDO OU AU FORFAIT 3H)

Lundi 19:30 21:00 **CL**
AVEC PERCUSSION (COURS HEBDO OU AU FORFAIT 3H)

Mardi 19:00 20:30 **EJ**
TOUT NIVEAU

Vendredi **N** 19:00 20:30 **CL**
AVEC PERCUSSION (COURS HEBDO OU AU FORFAIT 3H)

Afro jazz

Mardi 19:00 20:30 **JV**
DÉBUTANTS

Mercredi 19:00 20:30 **JV**
INTERMÉDIAIRE-AVANCÉ

Atelier chorégraphique

Judi 19:00 21:00 **EJ**
2 ANS DE PRATIQUE DE DANSE

Barre au sol

Lundi 18:00 19:30 **EJ**

Mardi 20:30 22:00 **EJ**

Judi 15:30 16:45 **JV**

Bharata natyam

Judi 18:30 20:00 **JV**
TOUT NIVEAU

Bollywood

Lundi 18:30 19:45 **JV**
TOUT NIVEAU

Vendredi 19:00 20:30 **EJ**
TOUT NIVEAU

Brésilienne

Lundi 18:30 20:00 **JV**
DÉBUTANTS

Lundi 20:00 21:30 **JV**
INTERMÉDIAIRE

Claquettes

Mardi 19:00 20:30 **CL**
DÉBUTANT

Mardi 20:30 22:00 **CL**
AVANCÉ

Classique

Lundi 19:15 20:45 **CL**

Judi 18:30 19:30 **EJ**
DÉBUTANT

Judi 19:30 21:00 **EJ**
INTERMÉDIAIRE

Judi 20:15 22:15 **JV**
TOUT NIVEAU

Vendredi 20:15 22:15 **JV**
TOUT NIVEAU

Classique et barre au sol

Samedi 09:00 11:00 **JV**

Contemporaine

Lundi 20:30 22:00 **JV**
INTERMÉDIAIRE-AVANCÉ

Mercredi 20:30 22:00 **JV**
DÉBUTANT

Mercredi 17:30 19:30 **EJ**

Judi 09:30 11:30 **EJ**

Vendredi 18:30 20:00 **GB**

Samedi 13:30 15:30 **EJ**

Samedi 15:30 17:00 **EJ**

Danse de salon

Mercredi 20:30 22:00 **EJ**
DANSE DE SOCIÉTÉ OU DE BAL

Dancing sport

DANSEZ COMME VOUS VOULEZ!

Vendredi 19:30 20:30 **EJ**

Flamenco

Mercredi 18:00 19:15 **GB**
DÉBUTANT

Mercredi 19:15 20:30 **GB**
INTERMÉDIAIRE

Hip hop

Mercredi 19:15 20:30 **GB**

Falling and rolling ^N

Mardi 18:00 19:30 **EJ**
DÉBUTANT

Hip hop new style

Judi 19:00 20:30 **JV**

Martiale

COMBINAISON DU VENT ET DE LA DANSE

Lundi 20:30 22:00 **EJ**

Modern jazz

Mardi 18:00 19:00 **EJ**
DÉBUTANT

Mardi 19:00 20:30 **EJ**
AVANCÉ

Mardi 19:30 21:00 **JV**
DÉBUTANT

Mardi 21:00 22:30 **JV**
INTERMÉDIAIRE

Mercredi 17:30 19:00 **JV**
DÉBUTANTS

Mercredi 18:30 20:00 **CL**
DÉBUTANT

Mercredi 19:00 20:30 **JV**
DÉBUTANT-INTERMÉDIAIRE

Mercredi 20:00 21:30 **CL**
AVANCÉ

Judi 20:30 22:00 **JV**
INTERMÉDIAIRE-AVANCÉ

Orientale

Lundi 19:30 21:00 **EJ**
TOUT NIVEAU

Judi ^N 20:30 22:00 **CL**
CABARET ORIENTAL (COURS HEBDO OU AU FORFAIT 3H)

Samedi 10:00 11:30 **JV**
DÉBUTANT

Samedi 11:30 13:00 **JV**
INTERMÉDIAIRE-AVANCÉ

Samedi 14:30 16:00 **CL**
DÉBUTANT (COURS À L'UNITÉ OU AU FORFAIT)

Samedi 16:00 17:30 **CL**
AVANCÉ (COURS À L'UNITÉ OU AU FORFAIT)

Rock'n'roll

Mercredi 19:30 20:30 **EJ**

Mercredi 18:30 19:30 **EJ**

Salsa

Lundi 19:30 20:45 **GB**

Mardi 20:00 21:15 **JV**
TOUT NIVEAU

Mardi 21:15 22:30 **JV**
TOUT NIVEAU

Vendredi 18:30 20:00 **EJ**

Street jazz

Mardi 18:00 19:30 **JV**
RNB

Mercredi ^N 19:30 20:30 **GB*****

Samedi ^N 18:00 19:00 **GB*****

Tango argentin

Lundi 20:00 21:30 **JV**
DÉBUTANT-INTERMÉDIAIRE

Judi 18:00 19:30 **EJ**
DÉBUTANT

Judi 19:30 21:00 **EJ**
INTERMÉDIAIRE

DÉVELOPPEMENT DURABLE ET SAVEURS

Cuisine du jardin

(+ 5 € DE PARTICIPATION AUX FRAIS PAR SÉANCE)

Lundi 19:30 22:30 **EJ**
TOUT NIVEAU

Couture créative et customisation ^N

Judi 18:30 20:00 **JV**

Atelier jardinage

ACTIVITÉ GRATUITE

(+ 10 € DE PARTICIPATION AUX FRAIS)

Samedi 14:30 16:00 **GB**

Mercredi 14:00 18:00 **EJ**
LES INCROYABLES COMESTIBLES

Œnologie

CYCLES DE 10 SÉANCES

(+ 60 € DE PARTICIPATION AUX FRAIS)

Judi 19:00 21:30 **CL**

GYM, FORME

Cross-fit

Judi	11:45 12:30	GB***
Judi	12:30 13:15	GB***

Fitness

Lundi	12:00 13:00	GB
--------------	-------------	----

TONIQUE

Gymnastique barre au sol

Judi	09:00 10:00	JV
-------------	-------------	----

TONUS ET FERMETÉ

Gymnastique

Lundi	12:00 13:00	EJ
--------------	-------------	----

AÉROBIC

Lundi	13:00 14:00	EJ
--------------	-------------	----

AÉROBIC

Lundi	16:00 17:00	CL
--------------	-------------	----

GYM ABDO FESSIERS

Lundi	18:00,19:00	EJ
--------------	-------------	----

TONIQUE

Mardi	10:30 11:30	GB
--------------	-------------	----

MISE EN FORME

Mardi	19:30 20:30	EJ
--------------	-------------	----

TONIQUE

Mercredi	18:00 19:00	JV
-----------------	-------------	----

MÉTHODE MAÏA HELES

Mercredi	19:00 20:00	JV
-----------------	-------------	----

MÉTHODE MAÏA HELES

Judi	10:30 11:30	GB
-------------	-------------	----

MISE EN FORME

Judi	18:30 19:30	CL
-------------	-------------	----

TONICITÉ MUSCULAIRE

Judi	19:30 20:30	CL
-------------	-------------	----

TONICITÉ MUSCULAIRE

Vendredi	12:00 13:00	GB
-----------------	-------------	----

FITNESS

Vendredi	16:00 17:00	CL
-----------------	-------------	----

GYM ABDO FESSIERS

Samedi	11:00 12:00	JV
---------------	-------------	----

TRAVAIL CORPOREL

Samedi	13:00 14:00	EJ
---------------	-------------	----

TRAVAIL CORPOREL

Gymnastique douce

Mardi	10:00 11:00	JV
Judi	10:00 11:00	JV
Vendredi	10:00 11:00	JV

Gymnastique entretien

Lundi	13:00 14:00	JV
--------------	-------------	----

Mardi	11:30 12:30	CL
--------------	-------------	----

TONIC +

Mardi	12:30 13:30	CL
--------------	-------------	----

STRECH +

Mercredi	12:00 13:00	JV
-----------------	-------------	----

Mercredi	12:00 13:00	JV
-----------------	-------------	----

TONIQUE

Mercredi	18:00 19:00	JV
-----------------	-------------	----

+ STRECH ANTI-STRESS

Mercredi	19:00 20:00	JV
-----------------	-------------	----

Vendredi	12:00 13:00	JV
-----------------	-------------	----

Gymnastique et pilates

Mercredi	11:00 12:00	CL
-----------------	-------------	----

Mercredi	13:00 14:00	CL
-----------------	-------------	----

Judi	12:00 13:00	JV
-------------	-------------	----

Vendredi	14:00 15:00	JV
-----------------	-------------	----

Samedi	12:00 13:00	CL
---------------	-------------	----

Gymnastique et relaxation

Mardi	09:45 10:30	GB
--------------	-------------	----

BIEN ÊTRE ET RELAXANTE

Mardi	11:00 12:00	JV
--------------	-------------	----

Mardi	11:30 12:30	GB
--------------	-------------	----

GYM DOUCE

Judi	09:45 10:30	GB
-------------	-------------	----

SPÉCIFIQUE DOS INFLUENCE PILATES

Judi	11:00 12:00	JV
-------------	-------------	----

Judi	11:30 12:30	GB
-------------	-------------	----

GYM DOUCE

Vendredi	14:15 15:15	CL
-----------------	-------------	----

GYM DOUCE



© Nancy Pratt

FORFAITS GYM

FORFAIT GYM/DÉTENTE À CL

LUNDI	
Gym abdo/fessiers	16:00 17:00
Dessin* ATELIER ART PICTURAL	18:30 21:00
Zumba	19:30 20:30

MARDI	
Gym entretien TONIC	11:30 12:30
Gym entretien STRETCH	12:30 13:30
Initiation tai chi	13:30 14:00

MERCREDI	
Gym et pilates	11:00 12:00
Gym stretching	12:00 13:00
Gym et pilates	13:00 14:00

JEUDI	
Yoga HATHA	10:00 11:30
Yoga HATHA	11:30 13:00
Sophrologie	13:00 14:00
Sophrologie	14:00 15:00
Gym tonicite musculaire	18:30 19:30
Gym tonicite musculaire	19:30 20:30

VENDREDI	
Gym relaxation GYM DOUCE	14:15 15:15
Gym abdo/fessiers	16:00 17:00

SAMEDI	
Dessin* ATELIER ART PICTURAL	10:30 13:00
Gym et pilates	12:00 13:00

Le forfait gym/détente vous permet d'accéder à l'ensemble de ces cours selon disponibilités, il correspond à la tarification d'une activité de 2 heures (**3 heures avec dessin)

FORFAIT GYM/DÉTENTE À GB

LUNDI	
Fitness	12:00 13:00
Stretching	13:00 14:00

MARDI	
Gym bien-être et relaxante	09:45 10:30
Mise en forme et tonifiant	10:30 11:30
Gymnastique senior	11:30 12:30
Stretching	12:30 13:30

JEUDI	
Spécifique dos influence pilates	09:45 10:30
Mise en forme et tonifiant	10:30 11:30
Gymnastique senior	11:30 12:30
Stretching	12:30 13:30
Do in	13:00 14:00

VENDREDI	
Fitness	12:00 13:00
Yoga	12:30 13:30
Yoga	14:00 15:30
Dessin	13:30 16:30

Deux tarifs en fonction de la formule avec ou sans le dessin (cf. La grille tarifaire 2 heures ou 3 heures)

FORFAITS GYM À JV

LUNDI	
Gym d'entretien	13:00 14:00
Stretching	14:00 15:00

MARDI	
Gym douce	10:00 11:00
Gym et relaxation	11:00 12:00
Pilates AVANCÉ	12:00 13:00
Pilates DÉBUTANT	13:00 14:00
Stretching anti-stress	18:00 19:00

MERCREDI	
Gym d'entretien	12:00 13:00
Stretching anti-stress	13:00 14:00
Gym d'entretien tonic	12:00 13:00
Stretching	13:00 14:00
Gym méthode Maia Heles	18:00 19:00
Gym + stretching anti-stress	18:00 19:00
Gym méthode Maia Heles	19:00 20:00

JEUDI	
Gym douce	10:00 11:00
Gym et relaxation	11:00 12:00
Gym et pilates	12:00 13:00
Pilates AVANCÉ	12:00 13:00
Gym et stretching	13:00 14:00

VENDREDI	
Gym douce	10:00 11:00
Gym d'entretien	12:00 13:00
Stretching	13:00 14:00
Gym et pilates	14:00 15:00
Pilates	18:30 19:30
Stretching	19:30 20:30

SAMEDI	
Stretching	10:00 11:00
Gym dynamique et rythmée	11:00 12:00

Une heure par semaine tarif 1 heure

Forfait gym ou détente : tous les ateliers dans un seul centre : tarif sur la base de 2 heures par semaines ou 3 heures par semaines avec le dessin.

Gymnastique régénérative

Jeudi 12:00 13:00 **EJ**

Jeudi 13:00 14:00 **EJ**

Gymnastique stretching

Lundi 14:00 15:00 **JV**

Mercredi 12:00 13:00 **CL**

Jeudi 13:00 14:00 **JV**

Samedi 10:00 11:00 **JV**

Méditation

Jeudi 19:00 19:45 **GB**

Jeudi 19:45 20:30 **GB**

Pilates

Mardi 12:00 13:00 **JV**

AVANCÉ

Mardi 13:00 14:00 **JV**

DÉBUTANT

Mardi 17:00 18:30 **CL**

DÉBUTANT

Mardi 18:30 19:30 **GB**

Mardi 19:30 20:30 **GB**

Mercredi 10:15 11:15 **GB**

Mercredi 18:30 20:00 **CL**

Mercredi 20:00 21:30 **CL**

Jeudi 12:00 13:00 **JV**

AVANCÉ

Vendredi  11:00 12:00 **GB**

Vendredi  16:30 18:00 **CL**

THERAPEUTIQUE

Vendredi 18:30 19:30 **JV**

Release pilates

Mercredi 09:45 11:15 **EJ**

Vendredi 10:00 11:30 **EJ**

PILATES

Mardi 20:30 22:00 **EJ**

Mercredi 19:30 21:00 **EJ**

Mercredi 21:00 22:30 **EJ**

Specifique dos influence pilates



© Solange Didier Mal

Jeudi 09:45 10:30 **GB**

Stretching

Lundi 13:00 14:00 **GB**

Mardi 12:30 13:30 **GB**

Mardi 18:00 19:00 **JV**
STRETCHING ANTI-STRESS

Mercredi 13:00 14:00 **JV**

Mercredi 13:00 14:00 **JV**
STRETCHING ANTI-STRESS

Jeudi 12:30 13:30 **GB**

Vendredi 13:00 14:00 **JV**

Vendredi 19:30 20:30 **JV**

Zumba

Lundi 18:30 19:30 **GB**

Lundi 19:00 20:00 **JV**

Lundi 19:30 20:30 **CL**

Lundi 19:30 20:30 **EJ**

Mardi 19:00 20:00 **JV**

Mardi 19:00 20:00 **CL*****

Mardi 20:00 21:00 **CL*****

Jeudi 17:45 18:45 **GB**

Jeudi 18:45 19:45 **GB**

Jeudi 19:45 20:45 **GB**

LANGUE ET ACCOMPAGNEMENT À L'APPRENTISSAGE

Anglais

Jeudi 19:00 20:30 **JV**

conversation

Lundi 18:30 20:00 **EJ**

débutant

Lundi 20:00 21:30 **EJ**

intermédiaire

Apprendre le français pour vivre en france

ATELIER 11H/SEMAINE

Lundi 09:30 13:30 **JV**

Mardi 09:30 12:30 **JV**

Jeudi 09:30 13:30 **JV**

PRÉPARATION À LA CERTIFICATION

VOLTAIRE

Vendredi 10:00 12:00 **JV**

Arabe

Vendredi 18:00 19:30 **CL**

DÉBUTANT

Vendredi 19:30 21:00 **CL**

AVANCÉ

Italien

Mercredi 19:00 20:30 **EJ**

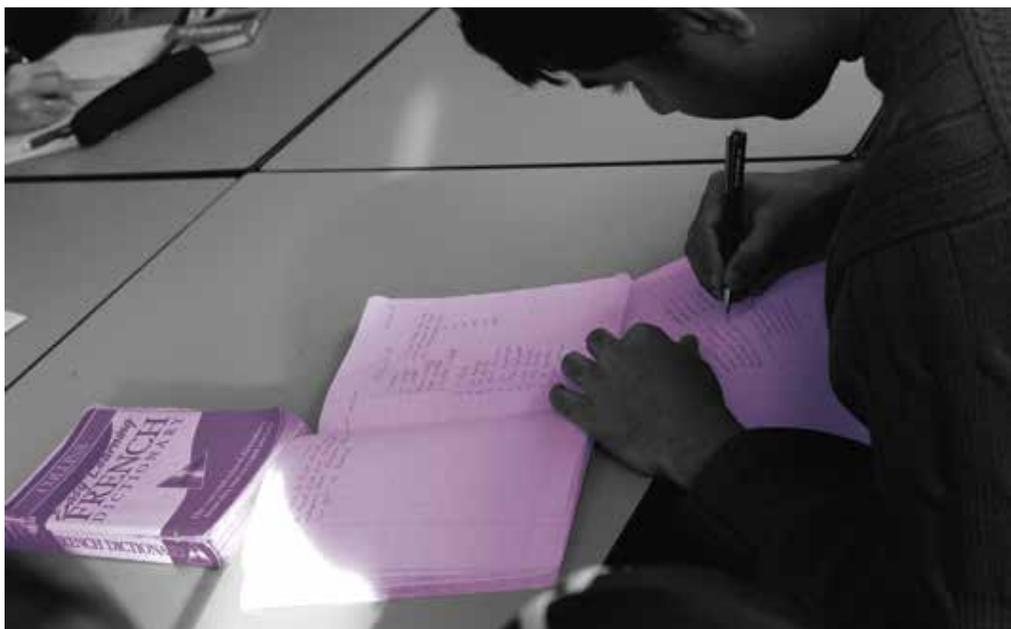
DÉBUTANT

Jeudi 18:30 20:00 **EJ**

AVANCÉ

Jeudi 20:00 21:30 **EJ**

MOYEN



© Baptiste Faucheux

** BASSIN ÉCOLE & GYMNASSE PARMENTIER:
155, avenue Parmentier, Paris 10^e

*** GYMNASSE DELESSERT:
10, rue Pierre-Dupont, Paris 10^e

**** GYMNASSE & SALLE DE DANSE MARIE PARADIS:
5, rue Léon Schwartzberg, Paris 10^e

2015-2016 #ADULTES

33



© Saïda Berbour

MUSIQUE ET CHANT

L'ENSEIGNEMENT D'UN INSTRUMENT OU DU CHANT EST PROPOSÉ EN ATELIERS SEMI-COLLECTIFS D'UNE HEURE POUR 3, 4 OU 5 PARTICIPANTS SUIVANT LES CAS ; OU EN ATELIERS INDIVIDUELS DE 30 MINUTES.

CF : DÉTAIL DANS LA PLAQUETTE MUSIQUE ET CHANT.

Accordéon diatonique

Lundi 16:30 18:00 **CL**
SPÉCIAL 3 RANGS

Lundi 18:30 20:00 **CL**
DÉBUTANT

Judi 18:30 20:00 **CL**
AVANCÉ

Atelier chanson

Mardi 18:30 20:30 **EJ**

Mardi 20:30 22:30 **EJ**

Mercredi 12:15 13:45 **GB**

Atelier musique actuelle **N**

GRUPE STUDIO POP/ROCK (6 PERS.)

15/20 ANS

Mardi 19:30 21:00 **CL**

Mercredi 18:30 20:00 **CL**

Atelier pop-rock **N**

Lundi 18:30 20:00 **EJ**

Atelier d'orchestre

Mercredi 20:00 22:00 **CL**
ORCHESTRE ZIC O CHÂTEAU : MUSIQUE TRADITIONNELLE

Chant oud **N**

Mercredi 18:30 20:00 **CL**

Chorale

Mercredi 20:00 22:00 **JV**

CHANTER RÉSISTER

Judi 18:30 20:00 **CL**

CHATÔLANDÓN : CHANTS DU MONDE

Samedi 16:00 17:30 **CL**

URBAN SINGERS : SOUL, FUNKY, R&B, BLUES ET POP

Djembe

Mardi 19:00 20:30 **GB**

TOUT NIVEAU

Ensemble impro jazz

Lundi 21:00 22:30 **EJ**

Ensemble vocal

Judi 19:30 21:30 **JV**

CHOEUR BAROQUE

Percussions africaines

Judi 19:00 21:00 **CL**

Swing manouche

ARRANGEMENTS ET IMPROVISATIONS
PRATIQUE INSTRUMENTAL NÉCESSAIRE

Lundi	19:00 20:30	JV
Lundi	20:30 22:00	JV
Mardi	19:00 20:30	JV
Mardi	20:30 22:00	JV
Vendredi	19:00 20:30	JV
Vendredi	20:30 22:00	JV

Batterie

Mardi	15:30 21:00	CL
Mercredi	17:00 19:30	GB

Chant technique vocale et interprétation

Lundi	15:00 20:00	JV
Mardi	15:00 17:00	JV
Mercredi	15:00 20:00	JV
Jeudi	15:00 21:00	JV
Vendredi	16:00 19:00	JV
Jeudi	17:00 21:00	EJ

Flute traversière

Lundi/mercredi/jeudi	JV	
SE RENSEIGNER AU SECRÉTARIAT POUR LES HORAIRES		
Lundi	16:00 21:00	CL

Guitare

COURS SEMI-COLLECTIF DE 1H (TROIS ÉLÈVES)

Mercredi	20:00 21:00	CL
-----------------	-------------	-----------

Guitare basse

Lundi	17:30 21:00	EJ
--------------	-------------	-----------

Guitare classique ou moderne

Du lundi au samedi	EJ
SE RENSEIGNER AU SECRÉTARIAT POUR LES HORAIRES	

Piano

Lundi/mercredi/jeudi	JV
SE RENSEIGNER AU SECRÉTARIAT POUR LES HORAIRES	

Du lundi au vendredi	EJ
SE RENSEIGNER AU SECRÉTARIAT POUR LES HORAIRES	

Mercredi	20:00 21:00	CL
-----------------	-------------	-----------

Saxophone

Mardi	17:00 21:00	JV
SE RENSEIGNER AU SECRÉTARIAT POUR LES HORAIRES		

Violon

Mardi/mercredi/vendredi	CL
SE RENSEIGNER AU SECRÉTARIAT POUR LES HORAIRES	

PHOTO ET VIDÉO

Vidéo atelier création

Samedi	13:30 16:30	EJ
AVANCÉ		
Samedi	16:30 19:30	EJ
AVANCÉ		

Photographie

SESSION DE 15 SEMAINES

Cycle 1 – BASES	JV
REPORTAGE ET PRISE DE VUE SUR LE VIF TIRAGE N/B + COULEUR – COMPOSER L'IMAGE	

Cycle 2 – NUMÉRIQUE	JV
PRISE DE VUE NUMÉRIQUE – CRÉATION ET RETOUCHE PHOTOSHOP DIFFUSION DE VOS PHOTOS PAR SITE WEB	

Cycle 3 – STUDIO	JV
ÉCLAIRAGE TUNGSTÈNE ET ÉLECTRONIQUE PORTRAIT, MODE, OBJET D'ART – CHAMBRE 4X5	

Cycle R – RECHERCHE ARTISTIQUE	JV
HISTOIRE LA PHOTOGRAPHIE INTENSIFIER SA DÉMARCHE ARTISTIQUE	

Cycle 9 cours – WEEK-END INTENSIFS	JV
---	-----------

BROCHURE SPÉCIFIQUE À L'ACCUEIL DES CENTRES
OU SUR WWW.VERDIERPHOTO.FR
RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS À L'ACCUEIL

Vidéo

Lundi	19:30 22:30	EJ
DÉBUTANT		
Jeudi	19:30 22:30	EJ
DÉBUTANT		



© Charline Gentilhomme



© Claudia Waldmann

SPORTS ET ARTS MARTIAUX

Badminton

Lundi	18:30 20:00	GB
Lundi	19:00 20:30	EJ
Lundi	20:00 21:30	GB
Lundi	21:00 22:30	CL
Mardi	20:30 22:30	EJ
Mercredi	19:00 20:30	GB
Mercredi	19:30 21:00	CL***
Mercredi	20:30 22:00	GB
Mercredi	21:00 22:30	CL***
Jeudi	12:00 13:30	JV
Vendredi	18:30 20:00	EJ
Samedi	13:00 14:00	JV
Dimanche	11:30 13:00	CL***

Basket ^N

Vendredi 21:00 22:30 **JV**

Boxe féminine

Lundi ^N 19:00 20:30 **GB*****
Mardi ^N 19:30 21:00 **GB*****
Mercredi ^N 20:30 22:00 **GB****
Vendredi 18:30 20:00 **GB**
Samedi 11:00 13:00 **CL**

Boxe thaï

Mardi 18:30 20:30 **CL**
Jeudi 19:00 21:00 **CL*****

Escalade

Jeudi 20:00 22:00 **EJ******
AUTONOME
Vendredi 20:00 22:00 **EJ******
DÉBUTANT

Foot en salle

ACTIVITÉ GRATUITE
Vendredi 20:30 22:30 **GB**

Handball

Jeudi 18:30 20:30 **CL*****

Judo

(+ LICENCE FFJD)
Jeudi 19:00 20:30 **GB**
NIVEAU 3 ET 4

Karaté

(+ LICENCE FFKAMA)
Lundi 19:30 20:45 **GB**
INITIÉ
Mardi 19:00 20:30 **GB**
AVANCÉ
Jeudi 20:00 22:00 **GB**
TOUT NIVEAU
Jeudi 21:00 22:00 **GB**
AVANCÉ
Samedi 08:45 10:15 **GB***
COMPÉTITION

Krav-martial ^N

Lundi 19:00 20:30 **EJ**

Self-défense ^(N)

Mardi 21:00 22:30 **CL*****

Mercredi ^(N) 19:00 20:30 **GB**
FÉMININ UNIQUEMENT

Samedi ^(N) 14:00 15:30 **JV**
LADY FIGHT

Sport en famille

ENFANT/ADO/ADULTE

Dimanche 10:00 11:30 **CL******

Tae kwon do

(+ LICENCE FFTDA)

Lundi 20:00 22:00 **JV**

Jeudi 18:00 20:00 **JV**

Vendredi 20:30 22:30 **JV**

Tir à l'arc

Jeudi 19:30 20:30 **EJ**

Volley-ball

Lundi 20:30 22:30 **EJ**

Mardi 20:30 22:30 **CL**

Mercredi 20:30 22:30 **EJ**

RELAXATION

Aquazen

Mercredi 20:15 21:45 **GB**
RELAXATION ET PHOBIE AQUATIQUE

Do in

Jeudi 13:00 14:00 **GB**

Méditation ^(N)

Jeudi 19:00 19:45 **GB**

Jeudi 19:45 20:30 **GB**

Massage traditionnel thaï

Mardi 21:00 22:30 **JV**
INITIÉS

Jeudi 21:00 22:30 **EJ**
DÉBUTANT

Qi gong

Mardi 19:00 20:30 **GB**

Shiatsu ^(N)

Vendredi 18:00 19:30 **CL**
INITIATION

Sophrologie

Lundi 12:00 13:00 **JV**

Mardi 20:45 21:45 **EJ**
HARMONIE PHYSIQUE ET MENTALE

Jeudi ^(N) 13:00 14:00 **CL**

Jeudi ^(N) 14:00 15:00 **CL**

Taï-chi-chuan

Mercredi 19:30 21:00 **EJ**
DÉBUTANT

Mardi ^(N) 13:30 14:30 **CL**
INITIATION

Yoga

Lundi ^(N) 17:00 18:00 **GB**
HATHA

Lundi 18:00 19:15 **GB**
HATHA

Lundi 19:15 20:30 **GB**
HATHA

Mardi 18:00 19:00 **JV**
HATHA

Mardi 18:30 20:00 **CL**
IYENGAR

Mardi 19:00 20:00 **JV**
VINYASA

Mardi 20:00 21:00 **JV**
VINYASA

Mardi 20:00 21:30 **CL**
IYENGAR

Mardi 21:00 22:00 **JV**
HATHA

Mercredi 18:30 19:30 **EJ**

Jeudi 10:00 11:30 **CL**
HATHA

Jeudi 11:30 12:45 **CL**
HATHA

Vendredi 12:30 13:30 **GB**
HATHA

Vendredi 14:00 15:30 **GB**
HATHA

Vendredi 18:00 19:00 **EJ**



© B. Cano

L'ADHÉSION

Comme dans toute association, la **cotisation (de 8 € ou de 22 €) est fondamentale** : elle concrétise son « adhésion » à l'objet décrit dans ses statuts : [...] *favoriser l'autonomie et l'épanouissement des personnes, de permettre à tous d'accéder à l'éducation et à la culture, notamment dans les principes de l'éducation populaire, afin que chacun participe à la construction d'une société plus solidaire, organiser et promouvoir dans un but pédagogique, social et culturel des activités répondant aux besoins des habitants, assurer la gestion des locaux et établissements socio-éducatifs, existants ou à créer dont l'administration lui a été confiée ou pourrait lui être confiée.* [...]

Cette libre adhésion vous permet de prendre une part active à la vie démocratique du CRL10, d'intervenir dans ses choix, ses décisions et ses orientations. Les Conseils de Maison, d'Administration, les Bureaux et Assemblées Générales sont là pour vous donner la parole et pour vous permettre d'exercer vos droits citoyens et responsables.

Les jeunes de moins de 16 ans sont valablement représentés par leurs parents.

L'association CRL10 porte la responsabilité sociale (elle rémunère les plus de 200 animateurs et personnels administratifs), **juridique** (elle assure l'ensemble des adhérents et du personnel dans les activités), **financière** (elle assume son budget et son bilan), et **pédagogique** (elle construit et suit son

programme d'activités).

L'association CRL10 agit pour l'animation de la vie de la Cité (elle est à l'initiative ou participe à de nombreux événements culturels au bénéfice des habitants) et **gère depuis le 1^{er} septembre 2012 une nouvelle Délégation de Service Public pour la Ville de Paris pour 5 ans.**

TARIFS DES ACTIVITÉS :

En 2012 la Ville de Paris a établi une grille et actualisé celle-ci en 2015 puis en 2016. L'objectif étant d'harmoniser l'ensemble des tarifs des 50 centres d'animation parisiens avec les autres dispositifs de la Ville. En favorisant la justice sociale et en permettant que toutes les catégories de publics puissent avoir accès à l'offre de loisirs des centres d'animation (se reporter pour plus de détails aux grilles tarifaires).

Le montant des activités courantes est calculé sur l'ensemble de la saison, **payable à l'année** du lundi 12 septembre 2016 au dimanche 25 juin 2017. **Toutes les activités courantes sont soumises à l'application du quotient familial** modulé selon les durées, les tranches d'âges (moins de 26 ans et plus de 26 ans). Certains tarifs de stages et sessions de stages ne sont pas soumis à l'application du quotient (un tarif horaire unique est appliqué pour les stages enfants et adolescents).

Les tarifs tiennent compte des vacances scolaires, des jours fériés, des absences pour maladie des animateurs techniciens et des fermetures pour problèmes techniques des équipements sportifs. Nous

assurons ainsi un minimum de 28 séances annuelles. En cours d'année, les tarifs sont calculés « prorata temporis » entre novembre 2016 et juin 2017. Durant les vacances scolaires, des modules de stages sont proposés à tous.

COMMENT CALCULER LE QUOTIENT FAMILIAL ?

$$\frac{\text{Revenu fiscal de référence} / 12}{\text{Nombre de parts}}$$

Les personnes qui ne souhaitent pas ou ne peuvent pas fournir de pièces justificatives de leur situation, se verront appliquer automatiquement le tarif 10 de la grille des quotients familiaux.

Le quotient familial est calculé lors de l'inscription sur la base du dernier avis d'imposition. **Il ne peut être modifié en cours d'année**, malgré des changements de situation. Il s'applique à tous, parisiens ou non. **Le personnel du CRL10 est astreint à la confidentialité des informations fournies par les usagers.**

PIÈCES À FOURNIR OBLIGATOIREMENT LORS DE L'INSCRIPTION

- Une fiche d'inscription dûment remplie.
- Une notification de tranche tarifaire de la Caisse des Écoles de moins de 1 an ou une attestation de la CAF de moins de 3 mois, votre dernier avis d'imposition (l'original et sa copie).
- Un certificat médical de non contre indication à la pratique d'une

activité aquatique ou d'art martial ou d'escrime.

► Trois enveloppes vierges timbrées.

LE PAIEMENT

Le paiement des activités s'effectuera annuellement avec la possibilité d'échelonner les règlements en cas de difficulté.

Les chèques vacances (ANCV), les « R'éduc-sport » (DRDJS), sont acceptés comme mode de paiement. Remboursement par la CAF de votre activité ; sous certaines conditions : être âgé de 11 ans à 17 ans et être bénéficiaire du Ticket Loisirs.

REMBOURSEMENT

Les activités ne sont pas remboursables sauf sur présentation d'un document officiel ou médical dans les 48 heures consécutives à l'arrêt de l'activité **pour raison médicale, pour un déménagement ou perte d'emploi** et sur présentation de justificatifs. Aucun remboursement partiel ne pourra être envisagé (arrêt momentané de l'activité.)

Nous pouvons être amenés à annuler une activité notamment si elle ne réunit pas un nombre suffisant de participants. Dans ces cas, l'association procède à un remboursement total ou partiel des sommes perçues par chèque bancaire, se libérant ainsi de tout engagement.

DROIT À L'IMAGE

Lors de votre inscription ou celle d'un enfant mineur par le représentant légal, vous acceptez que votre image ou celle de l'enfant (prises lors des activités ou événements



© Sylvain Deblaine

organisés par le centre d'animation) soient utilisées sur les supports de communication (brochure, affiche, site Internet, document édité par la Mairie de Paris) du Centre d'animation CRL10.

Sur simple demande écrite auprès du centre d'animation tout participant peut demander à ce que son image ne soit pas utilisée.

IMPORTANT

La Direction du CRL10 décline toute responsabilité en cas de :

► **Fermeture des équipements sportifs de la Ville de Paris** où se déroulent ses activités. Les usagers ne pourront prétendre au remboursement des sommes versées du fait de cette fermeture, en cas de force majeure ou imposée par le délégataire.

En cas de litige le médiateur de la Ville de Paris pourra être saisi.

► **Perte ou vol de tout objet de valeur** dans ses locaux ou dans les équipements sportifs de la Ville de Paris.

TARIFS ANNUELS DES ACTIVITÉS COURANTES*

| TARIFS - de 26 ans |

Durée Hebdomadaire	QF1	QF2	QF3	QF4	QF5	QF6	QF7	QF8	QF9	QF10
-----------------------	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	------

1 | TARIFS ANNUELS DES ACTIVITÉS HORS ATELIERS INDIVIDUELS DE MUSIQUE

De 30 à 45 mn	68,81 €	74,06 €	106,86 €	148,02 €	190,14 €	211,36 €	242,99 €	274,70 €	363,60 €	456,52 €
1h	74,60 €	80,28 €	115,76 €	160,46 €	206,11 €	229,05 €	263,35 €	297,75 €	391,88 €	481,77 €
1h15	80,28 €	86,50 €	124,65 €	172,67 €	221,98 €	246,73 €	283,50 €	320,70 €	417,13 €	502,98 €
1h30	86,06 €	92,61 €	133,65 €	185,10 €	237,95 €	264,42 €	303,86 €	343,62 €	448,44 €	539,34 €
2h	97,54 €	105,04 €	151,45 €	209,76 €	269,67 €	299,58 €	344,38 €	389,50 €	500,96 €	572,67 €
2h30	114,69 €	123,47 €	178,13 €	246,73 €	317,05 €	352,41 €	405,04 €	458,10 €	586,81 €	663,57 €
3h	131,94 €	142,13 €	204,93 €	283,82 €	364,74 €	405,36 €	465,92 €	526,91 €	667,61 €	764,57 €

2 | TARIFS ANNUELS POUR LES ATELIERS DE MUSIQUE ET DE CHANT INDIVIDUELS

20 minutes	120,37 €	129,69 €	187,03 €	259,05 €	332,91 €	369,99 €	425,30 €	480,93 €	636,30 €	798,91 €
30 minutes	183,60 €	197,65 €	285,11 €	394,97 €	507,50 €	563,99 €	648,23 €	733,02 €	970,61 €	1 218,06 €

3 | TARIFS ANNUELS POUR LES ATELIERS SEMI-COLLECTIFS DE MUSIQUE ET DE CHANT*

1h	115,30 €	124,23 €	179,15 €	248,14 €	318,88 €	354,40 €	407,37 €	460,66 €	609,48 €	765,25 €
1h15	124,09 €	133,84 €	192,92 €	267,02 €	343,43 €	381,77 €	438,55 €	496,17 €	648,75 €	798,93 €
1h30	133,02 €	143,30 €	206,85 €	286,24 €	368,13 €	409,13 €	470,04 €	531,64 €	697,46 €	856,69 €
2h	150,75 €	162,53 €	234,39 €	324,37 €	417,21 €	463,53 €	532,72 €	602,62 €	779,13 €	909,63 €

4 | TARIFS ANNUELS POUR LES ATELIERS CHORALES

1h30	42,98 €	46,31 €	66,78 €	92,39 €	118,86 €	132,05 €	151,77 €	171,70 €	227,25 €	285,83 €
2h	48,77 €	52,52 €	75,67 €	104,72 €	134,62 €	149,63 €	172,02 €	194,53 €	257,55 €	323,20 €

* Ces tarifs sont prévus pour les ateliers de 3 à 5 personnes.

Groupe tarifaire	Quotient familial
QF1	Inférieur à 234 €
QF2	De 235 € à 384 €
QF3	De 385 € à 548 €
QF4	De 549 € à 959 €
QF5	De 960 € à 1 370 €
QF6	De 1 371 € à 1 900 €
QF7	De 1 901 € à 2 500 €
QF8	De 2 501 € à 3 333 €
QF9	De 3 334 € à 5 000 €
QF10	Supérieur à 5 000 €

À NOTER : Des licences sportives sont obligatoires pour la pratique de certaines activités sportives. Le prix de ces licences est à régler en supplément de l'inscription.

Certaines activités sont organisées sous forme de cycles ou de stages (exemple: Photos et vidéo). Le détail des tarifs est à retirer dans les centres d'animation concernés. Pour certaines activités d'arts plastiques, un complément de matériel pourra être demandé en supplément par les animateurs concernés.

| TARIFS + de 26 ans |

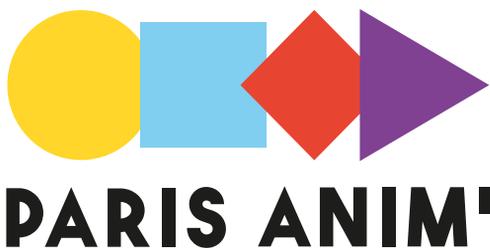
* DU 14 SEPTEMBRE 2015 AU 26 JUIN 2016.

Les grilles tarifaires sont votées chaque année par le Conseil de Paris.

Durée Hebdomadaire	QF1	QF2	QF3	QF4	QF5	QF6	QF7	QF8	QF9	QF10
1 TARIFS ANNUELS DES ACTIVITÉS HORS ATELIERS INDIVIDUELS DE MUSIQUE										
De 30 à 45 mn	74,60 €	80,28 €	115,75 €	160,45 €	206,11 €	229,04 €	263,35 €	297,75 €	393,90 €	494,90 €
1h	80,28 €	86,50 €	124,65 €	172,67 €	221,98 €	246,73 €	283,50 €	320,69 €	422,18 €	519,14 €
1h15	86,06 €	92,60 €	133,66 €	185,11 €	237,95 €	264,42 €	303,86 €	343,62 €	447,43 €	539,34 €
1h30	91,75 €	98,82 €	142,55 €	197,43 €	253,81 €	282,00 €	324,12 €	366,45 €	477,73 €	574,69 €
2h	103,22 €	111,15 €	160,34 €	222,18 €	285,53 €	317,36 €	364,74 €	412,44 €	530,25 €	606,00 €
2h30	120,37 €	129,69 €	187,03 €	259,05 €	332,91 €	370,00 €	425,30 €	480,93 €	616,10 €	696,90 €
3h	137,73 €	148,24 €	213,83 €	296,04 €	380,61 €	422,94 €	486,07 €	549,74 €	696,90 €	797,90 €
2 TARIFS ANNUELS POUR LES ATELIERS DE MUSIQUE ET DE CHANT INDIVIDUELS										
20 minutes	131,94 €	142,13 €	204,93 €	283,82 €	364,74 €	405,36 €	465,92 €	526,91 €	696,90 €	875,67 €
30 minutes	195,07 €	210,08 €	302,90 €	419,62 €	539,34 €	599,26 €	688,86 €	779,00 €	1 031,21 €	1 294,82 €
3 TARIFS ANNUELS POUR LES ATELIERS SEMI-COLLECTIFS DE MUSIQUE ET DE CHANT*										
1h	123,39 €	132,93 €	191,66 €	265,45 €	341,13 €	379,12 €	435,75 €	492,80 €	651,78 €	818,98 €
1h15	132,27 €	142,32 €	205,49 €	284,56 €	365,67 €	406,29 €	467,05 €	528,03 €	690,76 €	850,84 €
1h30	141,02 €	151,86 €	219,18 €	303,51 €	390,05 €	433,30 €	498,20 €	563,11 €	737,54 €	906,62 €
2h	158,63 €	170,81 €	246,53 €	341,56 €	438,78 €	487,65 €	560,64 €	633,78 €	818,63 €	956,01 €
4 TARIFS ANNUELS POUR LES ATELIERS CHORALES										
1h30	45,97 €	49,41 €	71,28 €	98,61 €	126,80 €	140,83 €	161,94 €	183,17 €	242,40 €	304,01 €
2h	51,55 €	55,52 €	80,17 €	111,05 €	142,66 €	158,42 €	182,21 €	206,00 €	272,70 €	342,39 €



© Nicolas Portnoi



▶ Château Landon

31, rue de Château-Landon 75010 Paris

Contacts

Tél. : 01 46 07 84 12
information-cl@asso-crl10.net
www.crl10.net

Horaires d'accueil

Lundi de 12 h 30 à 20 h 30
Mardi et vendredi de 11 h 30 à 20 h 30
Mercredi et jeudi de 10 h 00 à 20 h 30
Le samedi de 10 h 00 à 17 h 00

Accès

Métro : Louis-Blanc ou Stalingrad
Bus : 46

◆ Grange aux Belles

55, rue de la Grange-aux-Belles 75010 Paris

Accès piéton :

6, rue Boy-Zelenski par la rue des Écluses-Saint-Martin

Contacts

Tél. : 01 42 03 40 78
information-gab@asso-crl10.net
www.crl10.net

Horaires d'ouverture

Du lundi au vendredi de 9 h 45 à 20 h 00
Le samedi de 10 h 00 à 17 h 00
Sauf le jeudi fermeture au public entre 14 h 00 et 16 h 30

Accès

Métro : Colonel-Fabien
Bus : 46 ou 75

■ Espace Jemmapes

116, quai de Jemmapes 75010 Paris

Contacts

Tél. : 01 48 03 33 22
information-ej@asso-crl10.net
reservation-ej@asso-crl10.net
www.crl10.net

Horaires d'ouverture de l'Espace Jemmapes

Du lundi au vendredi de 9 h 00 à 22 h 30
Le samedi de 13 h 00 à 22 h 30

Horaires d'ouverture de La scène du Canal, salle de concert

Du mardi au samedi de 19 h 30 à 22 h 30

Accès

Métro : Jacques-Bonsergent ou Gare-de-l'Est

● Jean Verdier

11, rue de Lancry 75010 Paris

Contacts

Tél. : 01 42 03 00 47
information-jv@asso-crl10.net
www.crl10.net

Horaires d'ouverture

Du lundi au vendredi de 9 h 45 à 22 h 30
sauf le mercredi de 9 h 00 à 22 h 30
Le samedi de 9 h 30 à 13 h 00 et de 14 h 00 à 17 h 30

Accès

Métro : République ou Jacques-Bonsergent

ADRESSES

DES ÉQUIPEMENTS

SPORTIFS

dans lesquels les centres d'animation pratiquent leurs activités (école du cirque, natation perfectionnement** ou football***)*

* Gymnase du Buisson Saint-Louis

2, rue du Buisson Saint-Louis – Paris 10

Accès : Métro Belleville et Goncourt

** Bassin école et gymnase Parmentier

155, avenue Parmentier – Paris 10

Accès : Métro Goncourt

*** Gymnase Delessert

10, rue Pierre-Dupont

Accès : Métro Château-Landon

**** Gymnase et salle

de danse Marie-Paradis

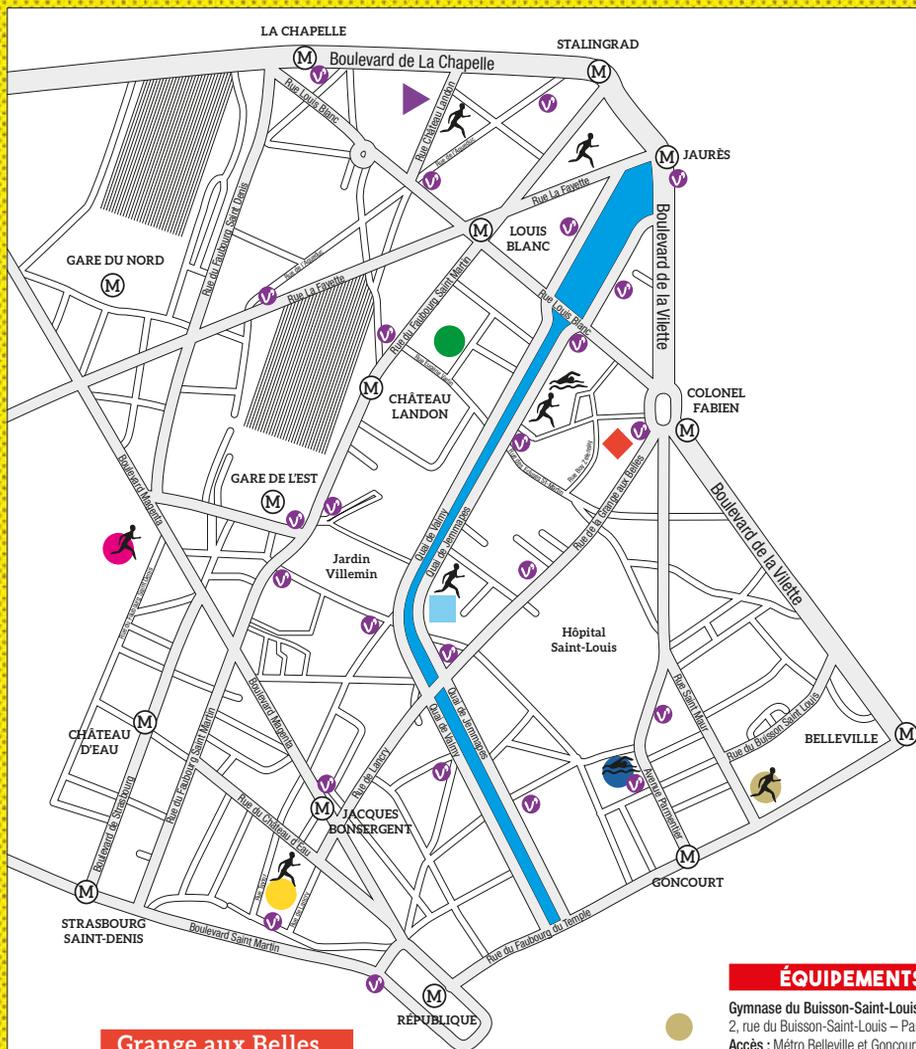
5, rue Léon Schwartzberg – Paris 10

Accès : Métro Gare-de-l'Est



Pour avoir **toutes les informations au jour le jour** ainsi que le programme complet des événements Hors les Murs, la programmation de la Scène du Canal, rendez-vous sur le site internet de l'association :

WWW.CRL10.NET



Grange aux Belles

◆ 55, rue de la Grange-aux-Belles 75010 Paris
 Accès piéton : 6, rue Boy-Zelenski
 Tél. : 01 42 03 40 78
 information-gab@asso-cr110.net

Espace Jemmapes

■ 116, quai de Jemmapes 75010 Paris
 Tél. : 01 48 03 33 22
 information-ej@asso-cr110.net

Jean Verdier

● 11, rue de Lancry 75010 Paris
 Tél. : 01 42 03 00 47
 information-jv@asso-cr110.net

Château Landon

▲ 31, rue de Château-Landon 75010 Paris
 Tél. : 01 46 07 84 12
 information-cl@asso-cr110.net

ÉQUIPEMENTS

- Gymnase du Buisson-Saint-Louis
 2, rue du Buisson-Saint-Louis – Paris 10
 Accès : Métro Belleville et Goncourt

- Bassin École et gymnase Parmentier
 155, avenue Parmentier – Paris 10
 Accès : Métro Goncourt

- Gymnase Delessert
 10, rue Pierre-Dupont – Paris 10
 Accès : Métro Château-Landon

- Gymnase et salle de danse Marie-Paradis
 5, rue Léon Schwartzberg – Paris 10
 Accès : Métro Gare-de-l'Est

- Ⓜ Station de métro

- Ⓥ Station Vélib'

- 🏊 Équipement sportif aquatique

- 🏃 Équipement sportif aquatique



WWW.CRL10.NET

CRL 10: Association loi 1901, d'Éducation Populaire, affiliée à la FRMJC en Île-de-France, agréée par le ministère des Droits des femmes, de la Ville, de la Jeunesse et des Sports, en Délégation de Service Public de la Mairie de Paris..

Imprimé sur papier recyclé Cyclus offset.