

Danse - théâtre  
musique - cirque  
arts plastiques...

ENFANTS + ADULTES



Centres  
culturels  
de Toulouse

# Les activités de mon quartier



Aimer Vivre à Toulouse

MAIRIE DE  TOULOUSE



## Présentation

Les Centres culturels et Centres culturels de quartier de Toulouse proposent à tous les publics une offre d'ateliers de pratique de loisirs artistiques, culturels, éducatifs, sportifs et de bien-être dans un esprit d'échange et de mixité sociale au plus près de chez vous. Ces ateliers, organisés par la Mairie et par les associations accueillies, vous proposent un espace d'apprentissage et d'accompagnement à la découverte de disciplines variées.

Par ailleurs, la Mairie accompagne également l'offre de pratique amateur proposée par les MJC Ancely, Croix-Daurade, Pont des Demoiselles, Pont Jumeaux, Jacques Prévert, Roguet, Toulouse Empalot et les associations conventionnées ASC Montaudran, Cercle Laïque Jean Chaubet, Foyer d'Education Populaire Etienne Billières, Centre culturel des Minimes, Comité des sports et de loisirs de Pouvoirville, Comité La Terrasse et Collectif JOB. Retrouvez le détail de leurs offres sur leurs sites internet et dans leurs équipements.

Cette brochure rassemble l'offre de tous les quartiers.

Le détail de chaque activité est disponible dans les plaquettes de chaque centre sur [toulouse.fr](http://toulouse.fr)

Modalités d'inscription et tarifs en fin de brochure (pp.136-137)

# Sommaire

ARTS DE L'IMAGE.....	4
ARTS PLASTIQUES.....	10
CIRQUE.....	24
DANSE.....	30
FORME & BIEN-ÊTRE.....	58
LANGUES & ÉCRITURE.....	94
MUSIQUE.....	104
THÉÂTRE.....	126



The background is a solid reddish-orange color. A large, white, organic, wavy shape occupies the upper left and center. Two thin, dark red lines cross the white shape: one from the top left towards the center, and another from the top right towards the center. At the bottom of the page, there are several horizontal, wavy bands in shades of red and orange, creating a layered, wave-like effect.

# Arts de l'image



# Index

CENTRE CULTUREL DE QUARTIER RENAN .....	6-7, 8-9
CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN .....	6-7, 8-9
CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE .....	6-7, 8-9

# Enfant

	Pour qui ?	Quand ?
CENTRE CULTUREL DE QUARTIER RENAN		
ATELIER CINÉMA D'ANIMATION	9 – 13 ans	Mercredi : 14h – 15h30
CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN		
ATELIER PHOTO ADOS	12 – 17 ans	Mercredi : 14h – 16h
CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE		
MÉDIA LAB, REPORTERS D'IMAGES	Dès 15 ans	Mardi : 18h-19h30
LA FABRIQUE À IMAGE, ATELIER PHOTOGRAPHIQUE	Dès 15 ans	Mercredi : 18h – 19h30
SMARTPHONE CRÉATIF, LA CAMÉRA DE POCHE	12 – 18 ans	Mercredi : 14h30 – 16h

# Arts de l'image

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?

Renseignements et inscriptions

La Ménagerie

06 84 84 99 42 - [joanna@lamenagerie.com](mailto:joanna@lamenagerie.com)

Centre Culturel Saint-Cyprien

05 61 22 27 77 - <https://tinyurl.com/4kwwesy4>

Centre Culturel Alban-Minville

05 67 73 87 60 - <https://tinyurl.com/4kwwesy4>



# Adulte

## Quand ?

### CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE

MÉDIA LAB, REPORTERS D'IMAGES (DÈS 15 ANS)	Mardi : 18h – 19h30
LA FABRIQUE À IMAGE, ATELIER PHOTOGRAPHIQUE	Mercredi : 18h – 19h30
FRAGMENTS PHOTOGRAPHIQUES DE L'ARGENTIQUE AU NUMÉRIQUE	Jeudi : 19h30 – 22h30
PHOTO ET IMAGE DE SOI	Samedi : 15h30 – 16h30, 1 fois/mois

### CENTRE CULTUREL DE QUARTIER RENAN

ATELIER PHOTO THÉMATIQUE DÉBUTANT	Mardi : 17h – 20h
-----------------------------------	-------------------

### CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN

ATELIER INSTANTS PHOTO	Jeudi : 9h – 12h
ATELIER PHOTO CONFIRMÉ	Mardi : 19h – 22h
ATELIER PHOTO PERFECTIONNEMENT	Jeudi : 19h – 22h
ATELIER PHOTO PROJETS	9 samedis
ATELIER PHOTO RECHERCHE	Mardi : 19h – 22h

# Arts de l'image

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Centre Culturel Alban-Minville	05 67 73 87 60 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesyl">https://tinyurl.com/4kwwesyl</a>
Centre Culturel Alban-Minville	05 67 73 87 60 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesyl">https://tinyurl.com/4kwwesyl</a>
Association Zorba Édition - Jean-Luc Aribaud	06.26.76.82.91 - <a href="mailto:jlucaribaud@gmail.com">jlucaribaud@gmail.com</a>
Association Mieux être XL	07 83 87 47 31 - <a href="mailto:lsangline@gmail.com">lsangline@gmail.com</a>
Centre culturel de quartier Renan	05 34 24 58 06 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesyl">https://tinyurl.com/4kwwesyl</a>
Centre Culturel Saint-Cyprien	05 61 22 27 77 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesyl">https://tinyurl.com/4kwwesyl</a>





# Arts plastiques



# Index

CENTRE CULTUREL BELLEGARDE .....	12-13, 16-17
CENTRE CULTUREL BONNEFOY .....	12-13, 18-19
MAISON DE QUARTIER LALANDE .....	12-13, 18-19
MAISON DE QUARTIER AMOUROUX .....	12-13, 18-19
CENTRE CULTUREL DE QUARTIER SOUPETARD .....	12-13, 20-21
CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE .....	14-15, 20-21
CENTRE CULTUREL THÉÂTRE DES MAZADES .....	14-15, 22-23
CENTRE CULTUREL DE QUARTIER RENAN .....	14-15
CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN .....	14-15, 22-23
MAISON DE QUARTIER DE L'HERS .....	20-21
CENTRE CULTUREL DE QUARTIER SAINT-SIMON .....	22-23
CENTRE CULTUREL DE QUARTIER BORDEBLANCHE .....	22-23
CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS .....	14-15, 22-23
SITE SAINT-JEAN .....	12-13, 18-19
SITE JULES-JULIEN .....	16-17

# Enfant

	Pour qui ?	Quand ?
<b>CENTRE CULTUREL BELLEGARDE</b>		
ÉVEIL À LA CRÉATION	3 – 5 ans	Mercredi : 15h30 – 16h30
EXPÉRIMENTATIONS PLASTIQUES	5 – 7 ans	Mercredi : 14h – 15h30
	8 – 11 ans	Mercredi : 15h30 – 17h
<b>SITE SAINT JEAN</b>		
HISTOIRES DE FORMES	6 – 10 ans	Mardi : 17h – 18h30
<b>CENTRE CULTUREL BONNEFOY</b>		
ATELIERS CRÉATIFS	6 – 12 ans	2 samedis / mois : 13h – 17h
ARTS GRAPHIQUES ILLUSTRATION	Dès 9 ans	Mercredi : 18h30 – 20h
BD MANGA	8 – 14 ans	Mardi : 17h15 – 18h45
DESSIN PEINTURE	6 – 10 ans	Jeudi : 17h15 – 18h45
EXPRESSION PLASTIQUE	6 – 8 ans	Mercredi : 14h – 15h30
	4 – 5 ans	Mercredi : 15h30 – 17h
	9 – 12 ans	Mercredi : 17h – 18h30
<b>MAISON DE QUARTIER LALANDE</b>		
DESSIN PEINTURE	Dès 8 ans	Mardi : 17h – 18h30
<b>MAISON DE QUARTIER AMOUROUX</b>		
DESSIN – PEINTURE	5 – 16 ans	1 samedi par mois : 13h30 – 18h45
<b>CENTRE CULTUREL DE QUARTIER SOUPETARD</b>		
BD MANGA	12 – 15 ans	Mardi : 17h30 – 19h
DESSIN PEINTURE	10 – 13 ans	Mercredi : 14h – 15h30
	6 – 9 ans	Mercredi : 15h30 – 17h

# Arts plastiques

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Audrey Momo - Centre culturel Bellegarde	05 62 27 44 88 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesyl">https://tinyurl.com/4kwwesyl</a>
Marta Espinos - Centre culturel Bellegarde	
Claire Michel - Centre culturel Bellegarde	05 62 27 44 88 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesyl">https://tinyurl.com/4kwwesyl</a>
Atelier Des Bricoles	<a href="mailto:atelierdesbricoles@gmail.com">atelierdesbricoles@gmail.com</a> - <a href="http://www.atelierdesbricoles.com">www.atelierdesbricoles.com</a>
La Lucarne	06 81 86 17 00 - <a href="mailto:lefebvre.samuel@gmail.com">lefebvre.samuel@gmail.com</a>
Centre culturel Bonnefoy	05 67 73 83 60 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesyl">https://tinyurl.com/4kwwesyl</a>
Fleurs Aux Sept Couleurs	06 42 54 78 73 - <a href="mailto:fleurs7couleurs@orange.fr">fleurs7couleurs@orange.fr</a>
Association Atelier D'elyvne	06 88 93 03 36 - <a href="mailto:marielouise_francis.sanchez@orange.fr">marielouise_francis.sanchez@orange.fr</a>
Centre culturel de quartier Soupetard	05 31 22 99 70 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesyl">https://tinyurl.com/4kwwesyl</a>



# Enfant

Pour qui ?	Quand ?
------------	---------

## CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE

ARTS PLASTIQUES	6 – 10 ans	Mercredi : 14h – 15h30
ARTS PLASTIQUES	10 – 14 ans	Mercredi : 15h30 – 17h
BD MANGA ET ILLUSTRATION	10 – 16 ans	Jeudi : 18h – 19h
ATELIER TERRE, HISTOIRE À MODELER	5 – 9 ans	Mercredi : 14h30 – 16h
TERRE MODELAGE	9 – 14 ans	Mercredi : 14h – 15h30
TERRE MODELAGE	Dès 15 ans	Mercredi: 18h-21h & Jeudi 17h-20h
VITRAIL	Dès 15 ans	Mercredi : 10h-13,14h-17h et 18h-21h
L'ATELIER DU LIVRE CRÉATIF	Dès 15 ans	Mardi 18h-20h

## CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS

BANDE DESSINÉE CRÉATION	8 – 16 ans	Mercredi : 14h – 15h15
-------------------------	------------	------------------------

## CENTRE CULTUREL THÉÂTRE DES MAZADES

DESSIN PEINTURE	6 – 11 ans	Jeudi : 17h30 – 19h
-----------------	------------	---------------------

## CENTRE CULTUREL DE QUARTIER RENAN

DESSIN BD MANGA	8 – 12 ans	Mercredi : 16h30 – 17h30
	12 – 17 ans	Mercredi : 17h30 – 18h30

## CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN

DESSIN PEINTURE VOLUME INITIATION	6 – 11 ans	Mercredi : 14h – 15h30
-----------------------------------	------------	------------------------

# Arts plastiques

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Centre culturel Alban-Minville	05 67 73 87 60 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Centre culturel Henri-Desbals	05 36 25 25 73 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Centre culturel Théâtre des Mazades	05 31 22 98 00 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Centre culturel de quartier Renan	05 34 24 58 06 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Centre culturel Saint-Cyprien	05 61 22 27 77 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>



# Adulte

## Quand ?

### CENTRE CULTUREL BELLEGARDE

AQUARELLE	Mardi : 14h – 16h
	Mardi : 16h – 18h
	Mardi : 18h – 20h
	Jeudi : 14h – 16h
	Jeudi : 16h – 18h
ARTS TEXTILES	Mercredi : 19h – 21h
BRODERIE & TRICOT	Lundi : 14h – 17h30
COULEUR ET COMPOSITION	Jeudi : 18h30 – 20h30
	Vendredi : 15h – 17h
	Vendredi : 17h – 19h
DESSIN	Lundi : 10h – 12h
	Lundi : 15h30 – 17h30
	Lundi : 17h30 – 19h30
PATCHWORK	Vendredi : 14h – 17h30
PEINTURE	Mardi : 14h – 17h30
PEINTURE & DESSIN	Mardi : 14h – 18h
	Jeudi : 14h – 18h
VOYAGE AVEC LES COULEURS	Mardi : 18h – 20h

### SITE JULES JULIEN

DESSIN MODÈLE VIVANT	Lundi : 19h30 – 22h30
	Mercredi : 14h – 17h
	Mercredi : 17h – 20h
	Jeudi : 19h15 – 22h15
PEINTURE DESSIN MATIÈRE	Lundi : 13h – 16h
	Lundi : 16h – 19h

# Arts plastiques

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Atelier Aquarelle 31	06 16 03 22 02 - <a href="mailto:jacquez.atelieraquarelle31@orange.fr">jacquez.atelieraquarelle31@orange.fr</a>
Marie Mélis - Centre culturel Bellegarde	05 62 27 44 88 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Cercle Bellegarde	06 67 60 68 22 - <a href="mailto:cerclebellegarde@free.fr">cerclebellegarde@free.fr</a>
Christophe Montagut Centre culturel Bellegarde	05 62 27 44 88 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Centre culturel Bellegarde	
Cercle Bellegarde	06 67 60 68 22 - <a href="mailto:cerclebellegarde@free.fr">cerclebellegarde@free.fr</a>
Les Chevalets De Jules	06 13 81 59 09 - 06 20 04 76 72
Express Yourself	06 50 76 40 82 - <a href="mailto:isa.morales@yahoo.fr">isa.morales@yahoo.fr</a>
Martine Coste - Centre culturel Bellegarde	05 62 27 44 88 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Lys Friedrich - Centre culturel Bellegarde	05 62 27 44 88 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>



# Adulte

## Quand ?

### SITE SAINT JEAN

SCULPTURE ET MODELAGE	Lundi : 14h – 17h
	Lundi : 18h30 – 21h30
TERRE RECHERCHE EXPÉRIMENTATION	Mardi : 19h – 22h
	Mardi : 9h30 – 12h30
	Mardi : 13h45 – 16h45
TERRE RECHERCHE EXPÉRIMENTATION CONFIRMÉ	Mardi : 17h – 20h
	Jeudi : 9h30 – 17h30

### CENTRE CULTUREL BONNEFOY

BD MANGA DÉBUTANT (DÈS 15 ANS)	Mardi : 19h – 21h
CALLIGRAPHIE ET PEINTURE CHINOISE	Jeudi : 19h30 – 22h
COUTURE	1 samedi par mois : 9h30 – 12h30 & 13h30–16h30
ATELIER DÉCOUVERTE TROIS TECHNIQUES : CYANOTYPE - GRAVURE VERTE - PAPER CUT	Mercredi : 18h45 – 20h45
DESSIN AQUARELLE DÉBUTANT	Lundi : 18h30 – 20h
DESSIN AQUARELLE INTERMÉDIAIRE	Lundi : 20h – 22h
MODÈLE VIVANT	Lundi : 16h – 18h
PEINTURE – SENTIER DES COULEURS	Jeudi : 14h – 17h
PEINTURE – SENTIER DES COULEURS	Vendredi : 10h - 13h & 14h - 17h

### MAISON DE QUARTIER LALANDE

DESSIN PEINTURE	Mardi : 18h30 – 20h30
-----------------	-----------------------

### MAISON DE QUARTIER AMOUROUX

PATCHWORK – DENTELLE	Vendredi : 9h30 – 18h
TRAVAUX MANUELS	Lundi : 14h – 17h30

# Arts plastiques

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Claire Michel - Centre culturel Bellegarde	05 62 27 44 88 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesyl4">https://tinyurl.com/4kwwesyl4</a>
Cécilia Olabarrieta - Centre culturel Bellegarde	05 62 27 44 88 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesyl4">https://tinyurl.com/4kwwesyl4</a>
Centre culturel Bonnefoy	05 67 73 83 60 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesyl4">https://tinyurl.com/4kwwesyl4</a>
Papier De Riz	06 31 49 87 17 - <a href="mailto:ozon86@free.fr">ozon86@free.fr</a>
Kiko	06 64 99 22 12 - <a href="mailto:atelierkiko31@gmail.com">atelierkiko31@gmail.com</a>
Centre culturel Bonnefoy	05 67 73 83 60 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesyl4">https://tinyurl.com/4kwwesyl4</a>
Atelier Des Arènes	05 61 48 76 10 - <a href="mailto:as.vitrac@orange.fr">as.vitrac@orange.fr</a>
Le Sentier Des Couleurs	06 08 11 17 06 - <a href="mailto:cathysaintecatherine@yahoo.fr">cathysaintecatherine@yahoo.fr</a>
Le Sentier Des Couleurs	06 08 11 17 06 - <a href="mailto:cathysaintecatherine@yahoo.fr">cathysaintecatherine@yahoo.fr</a>
Fleurs Aux Sept Couleurs	06 42 54 78 73 - <a href="mailto:fleurs7couleurs@orange.fr">fleurs7couleurs@orange.fr</a>
Association Surcouf Solidarité Patricia Possamai	06 83 51 53 61 - <a href="mailto:patyposs@live.fr">patyposs@live.fr</a>
Association Interage 31 Mme Garcia	05 61 48 27 07 - <a href="mailto:interage31@hotmail.fr">interage31@hotmail.fr</a>



# Adulte

## Quand ?

### MAISON DE QUARTIER DE L'HERS

<b>PEINTURE</b>	Jeudi : 9h30 – 16h
-----------------	--------------------

### CENTRE CULTUREL DE QUARTIER SOUPETARD

<b>COUTURE</b>	Un samedi par mois : 9h30 – 12h30
	Un samedi par mois : 13h30 – 16h30
<b>DESSIN PEINTURE</b>	Mardi : 14h – 16h
	Mercredi : 17h – 19h
<b>ORIGAMI (PLIAGE PAPIER)</b>	2 mardis par mois : 19h30–22h

### CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE

<b>ATELIER ART THÉRAPIE</b>	Samedi : 15h30 - 16h30, 1 fois/mois
<b>ARTS PLASTIQUES ADAPTÉS</b>	Vendredi : 14h – 16h
<b>DESSIN AQUARELLE (DÈS 15 ANS)</b>	Mercredi : 17h – 19h
<b>PEINTURE DESSIN</b>	Jeudi : 14h – 16h
	Vendredi : 10h – 12h
<b>RELIURE TRADITIONNELLE (DÈS 15 ANS)</b>	Mardi : 16h – 18h
<b>L'ATELIER DU LIVRE CRÉATIF (DÈS 15 ANS)</b>	Mardi : 18h – 20h
<b>SCULPTURE MODELAGE (DÈS 15 ANS)</b>	Mercredi : 18h – 21h
	Jeudi : 13h30 – 16h30
	Jeudi : 17h – 20h
<b>VITRAIL (DÈS 15 ANS)</b>	Mardi : 10h – 13h
	Mercredi : 10h – 13h
	Mardi : 14h – 17h
	Mercredi : 14h – 17h
	Mercredi : 18h – 21h

# Arts plastiques

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Association Heredi'art	06 67 06 38 07 - <a href="mailto:Yseulttd@Numericable.Fr">Yseulttd@Numericable.Fr</a>
Association Kiko Kristel Riethmuller	06 64 99 22 12 - <a href="mailto:Atelierkiko31@Gmail.Com">Atelierkiko31@Gmail.Com</a>
Centre culturel de quartier Soupetard	05 31 22 99 70 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Association Le Mouvement Français Des Pleurs De Papier Robert Loubet	06 41 93 75 66 / 05 61 62 94 12 - <a href="mailto:robert.loubet@wanadoo.fr">robert.loubet@wanadoo.fr</a>
Association Mieux être XL	07 89 65 07 84 - <a href="mailto:salomehazan@hotmail.com">salomehazan@hotmail.com</a>
Association Paralysés de France	05.34.50.85.50 / 06.72.41.30.91 - <a href="mailto:marion.jeannot@apf.asso.fr">marion.jeannot@apf.asso.fr</a>
Centre culturel Alban-Minville	05 67 73 87 60 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>



# Adulte

## Quand ?

### CENTRE CULTUREL DE QUARTIER BORDEBLANCHE

DESSIN - PEINTURE

Vendredi : 17h - 22h

DESSIN ET PEINTURE

Mercredi 14h-17h,  
Jeudi 10h-12h et 17h30-19h30

### CENTRE CULTUREL DE QUARTIER SAINT-SIMON

DENTELLE AU FUSEAU

Mardi : 14h - 17h

Jeudi : 14h - 17h

### CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS

AQUARELLE

Vendredi : 14h - 16h

Vendredi : 16h - 18h

### CENTRE CULTUREL THÉÂTRE DES MAZADES

DESSIN MODÈLE VIVANT

Mardi : 20h - 22h

DESSIN PEINTURE

Lundi : 10h - 12h

Lundi : 16h - 18h

Mardi : 17h30 - 19h30

### CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN

ARTS PLASTIQUES : EN MATIÈRE DE COULEURS  
DÉBUTANT / CONFIRMÉ

Lundi : 14h30 - 16h30

COUTURE

Lundi : 9h - 12h30

Lundi : 14h - 17h30

DESSIN PEINTURE

Jeudi : 9h30 - 11h30

DESSIN PEINTURE DÉBUTANT / CONFIRMÉ

Lundi : 19h30 - 21h30

GRAVURE IMPRESSION DE TIRAGE UNIQUE  
DÉBUTANT / CONFIRMÉ

Mardi : 18h30 - 20h30

MODELAGE DÉBUTANT / CONFIRMÉ

Mercredi : 18h30 - 20h30

# Arts plastiques

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Les Talents Caches	06 58 51 35 53 - <a href="mailto:Brigitte.Gaillard51@Free.Fr">Brigitte.Gaillard51@Free.Fr</a>
Crescendo	06 58 51 35 53 - <a href="mailto:assoc-crescendo-pradettes@yahoo.fr">assoc-crescendo-pradettes@yahoo.fr</a>
Association La Dentelle De Jeanny	05 61 07 66 97 - <a href="mailto:Rosinepinelli@Hotmail.com">Rosinepinelli@Hotmail.com</a>
Centre culturel Henri-Desbals	05 36 25 25 73 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Centre culturel Théâtre des Mazades	05 31 22 98 00 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Centre culturel Saint-Cyprien	05 61 22 27 77 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>





# Cirque



# Index

CENTRE CULTUREL BONNEFOY .....	26-27, 28-29
CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE .....	26-27
CENTRE CULTUREL THÉÂTRE DES MAZADES .....	26-27
CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN .....	26-27, 28-29
LIDO - CENTRE MUNICIPAL DES ARTS DU CIRQUE .....	26-27, 28-29

# Enfant

Pour qui ?	Quand ?
------------	---------

## CENTRE CULTUREL BONNEFOY

CLOWN, CIRQUE ARCOBATIQUE	4 – 6 ans	Mercredi : 13h – 14h
	6 – 7 ans	Mercredi : 14h – 15h
	9 – 13 ans	Samedi : 10h45 – 12h45
	7 – 11 ans	Samedi : 9h – 10h30

## CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE

CIRQUE ARCOBATIQUE CLOWN	12 – 18 ans	Vendredi : 17h30-18h30
--------------------------	-------------	------------------------

## LIDO - CENTRE MUNICIPAL DES ARTS DU CIRQUE

BULLES	9 – 12 ans	Mercredi : 15h30 – 18h
CIRCASTICS	9 – 17 ans	Lundi & Jeudi : 18h30 – 21h
DIABLOTRAINS	9 – 12 ans	Mercredi : 13h15 – 15h45
JOKERS	13 – 17 ans	Mardi : 18h30 – 21h30 & mercredi : 18h30 – 19h30
OTARIES	7 – 9 ans	Samedi : 11h – 13h
SIMILI	13 – 17 ans	Mercredi : 18h30 – 20h30 & vendredi : 18h30 – 21h30
SINGES	7 – 9 ans	Samedi : 9h30 – 11h30

## CENTRE CULTUREL THÉÂTRE DES MAZADES

CIRQUE	8 – 12 ans	Mercredi : 13h30 – 15h
	6 – 8 ans	Mercredi : 15h – 16h30
CIRQUE DÉBUTANT	6 – 8 ans	Mardi : 17h – 18h
	9 – 12 ans	Mardi : 18h – 19h

## CENTRE CULTUREL DE QUARTIER REYNERIE

ARTS DU CIRQUE	6 – 8 ans	Mardi : 17h – 18h
	9 – 12 ans	Mardi : 18h – 19h

# Cirque

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Centre culturel Bonnefoy	08 67 73 83 60 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesyl4">https://tinyurl.com/4kwwesyl4</a>
Centre culturel Alban-Minville	05 67 73 87 60 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesyl4">https://tinyurl.com/4kwwesyl4</a>
Lido - Centre municipal des Arts du Cirque	05 36 25 22 20 - <a href="http://Circolido.fr">Circolido.fr</a> <a href="mailto:accueil.lido@mairie-toulouse.fr">accueil.lido@mairie-toulouse.fr</a>
Centre culturel Théâtre des Mazades	05 31 22 98 00 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesyl4">https://tinyurl.com/4kwwesyl4</a>
Centre culturel Alban-Minville	05 67 73 87 60 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesyl4">https://tinyurl.com/4kwwesyl4</a>



# Adulte

## Quand ?

### CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN

#### CLOWN THÉÂTRE

Jeudi : 19h – 21h50

### CENTRE CULTUREL BONNEFOY

#### CIRQUE AÉRIEN

Jeudi : 20h45–22h15

### LIDO - CENTRE MUNICIPAL DES ARTS DU CIRQUE

#### ACROBATIE

Lundi : 21h – 23h

#### AÉRIEN

Lundi : 21h – 23h

#### ÉQUILIBRE

Lundi : 21h – 23h

#### JONGLAGE

Lundi : 19h – 21h

#### KIPROCOLLECTIF

Jeudi : 18h30 – 21h30

# Cirque

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?

Renseignements et inscriptions

À la ciboulette

06 98 35 17 72 - [clownciboulette@gmail.com](mailto:clownciboulette@gmail.com)

en attente

06 20 49 03 92 - [tiauu.gs@gmail.com](mailto:tiauu.gs@gmail.com)

Lido - Centre municipal des Arts du Cirque

05 36 25 22 20 - [Circolido.fr](http://Circolido.fr)  
[accueil.lido@mairie-toulouse.fr](mailto:accueil.lido@mairie-toulouse.fr)





# Danse



# Index

CENTRE CULTUREL BELLEGARDE .....	34-35, 46-47
CENTRE CULTUREL BONNEFOY .....	34-35, 46-47
MAISON DE QUARTIER LALANDE .....	48-49
MAISON DE QUARTIER AMOUROUX .....	36-37, 50-51
CENTRE CULTUREL DE QUARTIER SOUPETARD .....	36-37, 48-49
CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE .....	38-39, 54-55
CENTRE CULTUREL THÉÂTRE DES MAZADES .....	32-33, 44-45
SALLE 2M .....	32-33, 44-45
CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN .....	36-37, 50-51
MAISON DE QUARTIER DE L'HERS .....	36-37, 50-51
CENTRE CULTUREL DE QUARTIER SAINT-SIMON .....	40-41, 42-43
CENTRE CULTUREL DE QUARTIER BORDEBLANCHE .....	38-39, 54-55
CENTRE CULTUREL DE QUARTIER LA BRIQUE ROUGE .....	44-45
MAISON DE QUARTIER CROIX DAURADE .....	34-35, 44-45
CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS .....	34-35, 48-49
CENTRE CULTUREL DE QUARTIER RENAN .....	34-35
MAISON DE QUARTIER ARÈNES ROMAINES .....	40-41, 56-57
MAISON DE QUARTIER GRAND SELVE .....	48-49
MAISON DE QUARTIER LA VACHE .....	48-49
GYMNASE DES ACCACIAS .....	50-51
CENTRE CULTUREL DE QUARTIER REYNERIE .....	56-57

# Enfant

Pour qui ?	Quand ?
------------	---------

## CENTRE CULTUREL THÉÂTRE DES MAZADES

<b>BREAK DÉBUTANT</b>	8 – 12 ans	Jeudi : 17h30 – 18h30
<b>CAPOEIRA</b>	4 – 8 ans	Mercredi : 17h15 – 18h15
	Dès 8 ans	Mercredi : 18h15 – 19h30
<b>CLASSIQUE</b>	8 - 10 ans	Mercredi : 14h – 15h
	11 - 13 ans	Mercredi : 15h – 16h
<b>CONTEMPORAINE</b>	8 - 12 ans	Lundi : 17h30 – 18h30
<b>FLAMENCO CREATIVO</b>	6 – 9 ans	Mardi : 17h – 18h30
<b>HIP-HOP</b>	8 – 11 ans	Jeudi : 17h30 – 18h45
<b>HIP-HOP</b>	11 – 14 ans	Mercredi : 17h30 – 18h30
	15 – 18 ans	Mercredi : 18h30 – 19h45
<b>HIP-HOP</b>	12 - 15 ans	Jeudi : 18h45 – 20h
<b>INITIATION - ÉVEIL</b>	4 - 5 ans	Mercredi : 16h – 17h
	6 - 7 ans	Mercredi : 17h – 18h
<b>JAZZ</b>	13 - 17 ans	Mardi : 17h45 – 18h45

## SALLE 2M

<b>CONTEMPORAINE</b>	Dès 12 ans	Vendredi : 19h30 – 20h30
<b>DANSES DU MONDE</b>	8 – 10 ans	Mardi : 17h15 – 18h15
<b>ÉVEIL DANSE CLASSIQUE</b>	Dès 5 ans	Lundi : 18h30 – 19h30
	Dès 13 ans	Lundi : 19h30 – 20h30
<b>ÉVEIL MODERN JAZZ</b>	4 – 6 ans	Mercredi : 13h45 – 14h30
<b>INITIATION JAZZ</b>	Dès 5 ans	Samedi : 10h – 11h
<b>K-POP STREET JAZZ</b>	Dès 12 ans	Vendredi : 18h30 – 19h30
<b>MODERN JAZZ</b>	Dès 7 ans	Samedi : 11h – 12h
	Dès 12 ans	Samedi : 12h – 13h30

# Danse

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Le cercle des danseurs disparus	06 74 04 80 03 - <a href="mailto:cercleddanseursdisparus@gmail.com">cercleddanseursdisparus@gmail.com</a>
Association Embora	06 12 63 61 79 - <a href="mailto:Associationembora@gmail.com">Associationembora@gmail.com</a>
Centre culturel Théâtre des Mazades	05 31 22 98 00 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesyl4">https://tinyurl.com/4kwwesyl4</a>
Cie La Maleta	06 16 46 58 44 - <a href="mailto:cielamaleta@gmail.com">cielamaleta@gmail.com</a>
Association Abc Actions Culturelles Adrien Fabiani	<a href="mailto:fabianiadrien@gmail.com">fabianiadrien@gmail.com</a>
Le cercle des danseurs disparus	06 74 04 80 03 - <a href="mailto:cercleddanseursdisparus@gmail.com">cercleddanseursdisparus@gmail.com</a>
Centre culturel Théâtre des Mazades	05 31 22 98 00 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesyl4">https://tinyurl.com/4kwwesyl4</a>

Compagnie Une Histoire	06 62 72 17 18 - <a href="mailto:compagnieunehistoire@gmail.com">compagnieunehistoire@gmail.com</a>
Association Abc Actions Culturelles – Valérie Siegler	06 64 09 44 57 - <a href="mailto:am-metis@hotmail.com">am-metis@hotmail.com</a>
Compagnie Une Histoire	06 62 72 17 18 - <a href="mailto:compagnieunehistoire@gmail.com">compagnieunehistoire@gmail.com</a>
Mjc Croix Daurade	05 61 48 64 03 - <a href="mailto:contact@mjcCroixDaurade.fr">contact@mjcCroixDaurade.fr</a>
Compagnie Une Histoire	06 62 72 17 18 - <a href="mailto:compagnieunehistoire@gmail.com">compagnieunehistoire@gmail.com</a>
Compagnie Une Histoire	06 62 72 17 18 - <a href="mailto:compagnieunehistoire@gmail.com">compagnieunehistoire@gmail.com</a>



# Enfant

Pour qui ?	Quand ?
------------	---------

## SALLE 2M

MODERN JAZZ	14 – 18 ans	Mercredi : 14h30 – 15h30
	6 – 8 ans	Mercredi : 16h – 17h
	6 – 8 ans	Mercredi : 16h – 17h
ORIENTALE	5 – 11 ans	Jeudi : 18h15 – 19h15
	Dès 12 ans	Jeudi : 19h15 – 20h30

## MAISON DE QUARTIER CROIX DAURADE

AFRICAINNE	5 – 7 ans	Mercredi : 15h30 – 16h30
------------	-----------	--------------------------

## CENTRE CULTUREL BELLEGARDE

CLASSIQUE – ÉVEIL	4 - 6 ans	Mercredi : 14h30 – 15h15
CLASSIQUE INITIATION	7 - 9 ans	Mercredi : 13h30 – 14h30
CLASSIQUE - RENFORCEMENT	10 - 13 ans	Mercredi : 15h15 – 16h30
ÉVEIL CORPOREL ET RYTHMIQUE	3 - 5 ans	Jeudi : 16h30 – 17h30

## CENTRE CULTUREL BONNEFOY

AFROPOP	7 – 11 ans	Vendredi : 17h15 – 18h15
CONTEMPORAINE	7 - 9 ans	Mercredi : 15h15 – 16h15
	10 - 13 ans	Mercredi : 16h15 – 17h15
	6 ans	Mercredi : 17h15 – 18h15
ÉVEIL	4 - 5 ans	Jeudi : 16h45 – 17h45
	5 - 6 ans	Jeudi : 18h – 19h
HIP-HOP	7 – 11 ans	Lundi : 17h-18h

## CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS

AFRO DANCEHALL	8 - 17 ans	Mercredi : 15h – 19h
DÉCOUVERTE DANSE CLASSIQUE	6 - 12 ans	Mercredi : 14h – 15h
INITIATION HIP-HOP	6 – 10 ans	Vendredi : 18h – 19h
	11 – 15 ans	Vendredi : 19h – 20h

# Danse

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Mjc Croix Daurade	05 61 48 64 03 - <a href="mailto:contact@mjcCroixDaurade.fr">contact@mjcCroixDaurade.fr</a>
Mjc Croix Daurade	05 61 48 64 03 - <a href="mailto:contact@mjcCroixDaurade.fr">contact@mjcCroixDaurade.fr</a>
Paola Maureso - Centre culturel Bellegarde	05 62 27 44 88 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwes4">https://tinyurl.com/4kwwes4</a>
Centre culturel Bellegarde	
Arts Foundation	06 33 97 92 73 – 06 79 31 50 47 <a href="mailto:kehindesarah@artsfactory.com">kehindesarah@artsfactory.com</a>
Centre culturel Bonnefoy	05 67 73 83 60 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwes4">https://tinyurl.com/4kwwes4</a>
A.J.D.R Factory	06 88 06 46 79 - <a href="mailto:a.j.dr@hotmail.fr">a.j.dr@hotmail.fr</a>
Fidia Diala	06 44 11 80 57 - <a href="mailto:fidiadiala@yahoo.fr">fidiadiala@yahoo.fr</a>
Centre culturel Henri-Desbals	05 36 25 25 73 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwes4">https://tinyurl.com/4kwwes4</a>
Centre Des Arts Urbains	06 47 27 20 33 - <a href="mailto:artsurbains31@gmail.com">artsurbains31@gmail.com</a>



# Enfant

Pour qui ?	Quand ?
------------	---------

## CENTRE CULTUREL DE QUARTIER RENAN

ÉVEIL	3 - 5 ans	Mercredi : 15h30 – 16h30
HIP-HOP	6 - 11 ans	Mardi : 17h – 18h
	12 - 17 ans	Mardi : 18h – 19h
MODERN JAZZ	Dès 7 ans	Mercredi : 18h30 – 19h30

## CENTRE CULTUREL DE QUARTIER SOUPETARD

ÉVEIL	4 - 6 ans	Vendredi : 17h – 18h
HIP-HOP	10 - 12 ans	Mercredi : 16h30 – 17h30
	13 - 16 ans	Mercredi : 17h30 – 19h
K-POP	12 - 15 ans	Lundi : 18h30 – 20h
MODERN JAZZ	6 - 8 ans	Mercredi : 14h – 15h
	8 - 10 ans	Mercredi : 15h – 16h

## MAISON DE QUARTIER DE L'HERS

ÉVEIL CORPOREL & DANSES DU MONDE	De 3 - 10 ans	Jeudi : 17h – 18h30
DANSE ET MUSIQUE AFRICAINES	Dès 6 ans	Mercredi : 18h15 – 20h

## MAISON DE QUARTIER AMOUROUX

COUNTRY	Dès 12 ans	Mercredi : 19h – 20h30
	Dès 12 ans	Mercredi : 20h30 – 22h
DANSE	Dès 10 ans	Mercredi : 18h30 – 20h

## CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN

CLASSIQUE DÉBUTANT	8 - 10 ans	Mercredi : 14h45 – 15h45
CLASSIQUE INTERMÉDIAIRE	10 - 12 ans	Mercredi : 13h45 – 14h45
CLASSIQUE INTERMÉDIAIRE-AVANCÉ	Dès 17 ans	Mercredi 17h30 – 19h
CLASSIQUE INTERMÉDIAIRE-CONFIRMÉ	13 - 16 ans	Mercredi : 15h45 – 17h
CONTEMPORAINE	Tous niveaux	Mardi : 17h – 18h

# Danse

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Centre culturel de quartier Renan	05 34 24 58 06 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Cie James Carlès – Junior Ballet	05 34 24 58 06 - <a href="mailto:accueil.renan@mairie-toulouse.fr">accueil.renan@mairie-toulouse.fr</a>
Centre culturel de quartier Soupetard	05 31 22 99 70 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Mond'arts 31 Sarah Jean	06 64 20 76 27 - <a href="mailto:sarahjean031@gmail.com">sarahjean031@gmail.com</a>
Association Dall Diamm Franck Noirot	06 58 39 41 72 - <a href="mailto:dalldiamm@outlook.fr">dalldiamm@outlook.fr</a>
Coyote Line Dance Hélène Le Floch	06 35 32 18 73 - <a href="mailto:hlfh.helene@gmail.com">hlfh.helene@gmail.com</a>
Association L'esperluette	06 61 80 89 34 - <a href="mailto:lespurlette31@gmail.com">lespurlette31@gmail.com</a>
Centre culturel Saint-Cyprien	05 61 22 27 77 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>



# Enfant

Pour qui ?	Quand ?
------------	---------

## CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN

ÉVEIL	Dès 4 ans	Jeudi : 16h45-17h30
	Dès 4 ans	Jeudi : 17h30-18h15
HIP-HOP	7 - 9 ans	Mercredi : 15h45-16h45
	Dès 10 ans	Mercredi : 13h45-14h45
	Dès 10 ans	Mercredi : 14h45-15h45
INITIATION	6 - 8 ans	Mercredi : 14h45 - 15h45
MODERN JAZZ DÉBUTANT	8 - 10 ans	Mercredi : 13h45 - 14h45
MODERN JAZZ	10 - 13 ans	Mercredi : 15h45 - 16h45
	14 - 17 ans	Mercredi : 17h - 18h15
ZUMBINI ÉVEIL ENFANT (ZUMBA)	0 - 4 ans	Lundi : 17h30 - 18h15

## CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE

BÈLÈ, DANSE MARTINICAISE	Dès 5 ans	Samedi : 16h - 17h, tous les 15 jours
BREAKDANCE	Dès 10 ans	Samedi : 11h - 12h30
CLASSIQUE ÉVEIL	4 - 6 ans	Mercredi : 14h - 15h
CLASSIQUE INITIATION	6 - 8 ans	Mercredi : 15h - 16h
DANSE STREET JAZZ	Dès 15 ans	Jeudi : 18h30-19h30
HIP-HOP	6 - 15 ans	Vendredi : 18h30 - 20h30
	11 - 17 ans	Dimanche : 14h - 16h
GWOKA, DANSE GUADELOUPÉENNE	Dès 5 ans	Samedi : 15h - 16h, tous les 15 jours
KASEKO, DANSE GUYANAISE	Dès 5 ans	Samedi : 17h - 18h, tous les 15 jours
DANSE AFRO LATINO	6 - 12 ans	Jeudi : 17h - 18h30

# Danse

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Maygetsin	06 32 72 97 30 - <a href="mailto:production.legoffandcie@yahoo.fr">production.legoffandcie@yahoo.fr</a>
L'danse	06 83 54 53 72 - <a href="mailto:association.ldanse@gmail.com">association.ldanse@gmail.com</a>
Centre culturel Saint-Cyprien	05 61 22 27 77 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Centre culturel Saint-Cyprien	05 61 22 27 77 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Tribal Vibes	06 41 88 88 61 - <a href="mailto:tribalvibes@gmail.com">tribalvibes@gmail.com</a> <a href="http://tribalvibes.wixiste.com/france">http://tribalvibes.wixiste.com/france</a>
Agart 31 Occitanie	06.51.22.52.02 - 06.46.10.09.93 - <a href="mailto:agart31occitanie@gmail.com">agart31occitanie@gmail.com</a>
Toulouse B-Boying Club	07.71.88.68.54 - <a href="mailto:toulousebboyingclub@yahoo.fr">toulousebboyingclub@yahoo.fr</a>
Centre culturel Alban-Minville	05 67 73 87 60 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Lien Horizon Danse	06.30.79.49.51 - <a href="mailto:lienhorizondanse@gmail.com">lienhorizondanse@gmail.com</a>
Agart 31 Occitanie	06.51.22.52.02 - 06.46.10.09.93 - <a href="mailto:agart31occitanie@gmail.com">agart31occitanie@gmail.com</a>
Ylakombo	06.95.41.04.31 - <a href="mailto:yalakombo@hotmail.fr">ylakombo@hotmail.fr</a>



# Enfant

Pour qui ?

Quand ?

## CENTRE CULTUREL DE QUARTIER BORDEBLANCHE

BOLLYWOOD	7 – 8 ans	Mercredi : 16h30 – 17h30
	9 – 11 ans	Mercredi : 17h30 – 18h30
	12 – 17 ans	Mercredi : 18h30 – 19h45
DANCEHALL	13 – 17 ans	Mercredi : 19h45 – 20h45
ÉVEIL MUSICAL ET DANSE	0 – 3 ans	Mardi : 8h30 – 11h30
K-POP	12 – 17 ans	Mardi : 17h30 – 19h30

## MAISON DE QUARTIER DES ARÈNES ROMAINES

BARRE À TERRE	Dès 12 ans	Samedi : 12h15 – 13h
CLASSIQUE	Dès 8 ans	Samedi : 11h15 – 12h15
DANSE CHORÉGRAPHIQUE	7 - 9 ans	Mercredi : 15h – 16h
	Dès 10 ans	Mercredi : 16h – 18h30
ÉVEIL	Dès 4 ans	Samedi : 9h30 – 10h15
INITIATION	Dès 6 ans	Samedi : 10h15 – 11h15
K-POP	Dès 13 ans	Mercredi : 19h – 20h

## CENTRE CULTUREL DE QUARTIER SAINT-SIMON

CLASSIQUE	6 – 7 ans	Mardi : 17h30 – 18h30
	7 - 8 ans	Mardi : 18h30 – 19h30
	15 – 18 ans	Mardi : 19h30 – 21h
	7 – 8 ans	Mercredi : 13h – 14h
	4 – 6 ans	Mercredi : 14h – 15h
	7 – 9 ans	Jeudi : 17h30 – 18h30
DANSE DU MONDE	6 - 7 ans	Samedi : 10h45 – 11h45
	8 - 12 ans	Samedi : 11h45 – 12h45
	4 - 5 ans	Samedi : 9h45 – 10h45
FOLKLORIQUE	Dès 8 ans	Samedi : 18h – 20h

# Danse

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Vire&Volte	06 78 80 62 93 - <a href="mailto:vivilucet32@orange">vivilucet32@orange</a> <a href="mailto:claire.binder1@gmail.com">claire.binder1@gmail.com</a>
Les Pitchounets	06 69 35 27 74 - <a href="mailto:kristindangles@aol.com">kristindangles@aol.com</a>
Vire&Volte	06 78 80 62 93 - <a href="mailto:vivilucet32@orange">vivilucet32@orange</a> - <a href="mailto:claire.binder1@gmail.com">claire.binder1@gmail.com</a>
Chore A Corps	06 09 10 14 38 - <a href="mailto:choreacorps@gmail.com">choreacorps@gmail.com</a>
Chore A Corps	06 09 10 14 38 - <a href="mailto:choreacorps@gmail.com">choreacorps@gmail.com</a>
Mjc Ancely	05 61 31 86 58 - <a href="mailto:direction@mjcancely.fr">direction@mjcancely.fr</a>
Chore A Corps	06 09 10 14 38 - <a href="mailto:choreacorps@gmail.com">choreacorps@gmail.com</a>
Chore A Corps	06 09 10 14 38 - <a href="mailto:choreacorps@gmail.com">choreacorps@gmail.com</a>
Mjc Ancely	05 61 31 86 58 - <a href="mailto:direction@mjcancely.fr">direction@mjcancely.fr</a>
Association Jomavi	06 06 58 68 13 - <a href="mailto:virginie.thiere@gmail.com">virginie.thiere@gmail.com</a>
Centre culturel de quartier Saint-Simon	05 31 22 96 80 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Association Le Ramelet Moundi	06 79 02 32 28 - <a href="mailto:jean-paul.segui@wanadoo.fr">jean-paul.segui@wanadoo.fr</a>



# Enfant

Pour qui ?

Quand ?

## CENTRE CULTUREL DE QUARTIER SAINT-SIMON

HIP-HOP	9 – 12 ans	Lundi : 19h15 – 20h30
	9 – 12 ans	Samedi : 10h – 11h
	13 – 16 ans	Samedi : 11h – 12h
JAZZ URBAIN	9 – 10 ans	Mercredi : 15h – 16h
	9 – 11 ans	Samedi : 13h – 14h
	11 – 13 ans	Mercredi : 16h – 17h
	13 – 15 ans	Mercredi : 17h – 18h
	13 – 15 ans	Samedi : 14h – 15h
POINTES	11 – 13 ans	Jeudi : 18h30 – 19h
	Dès 14 ans	Jeudi : 19h – 20h30

## CENTRE CULTUREL DE QUARTIER REYNERIE

CAPOEIRA DÉBUTANTS	11 - 16 ans	Mercredi : 16-17h
MODERN JAZZ	6-8 ans	Jeudi 16h30-17h30
	9-11 ans	Jeudi 17h30-18h30
DANSES URBAINES	11-17ans	Jeudi 18h30-19h45
DANSE AFROLATINO	6-10 ans	Mercredi 14h-15h

# Danse

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Association Jomavi	06 06 58 68 13 - <a href="mailto:virginie.thiere@gmail.com">virginie.thiere@gmail.com</a>
Association Jomavi	06 06 58 68 13 - <a href="mailto:virginie.thiere@gmail.com">virginie.thiere@gmail.com</a>
Association Jomavi	06 06 58 68 13 - <a href="mailto:virginie.thiere@gmail.com">virginie.thiere@gmail.com</a>
Centre culturel de quartier Reynerie	05 31 22 99 21 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Club Vitafédé	05 59 17 53 58 - <a href="mailto:hautegaronne@club-vitafede.fr">hautegaronne@club-vitafede.fr</a>
Fidia Diala	06 44 11 80 57 - <a href="mailto:fidiadiala@yahoo.fr">fidiadiala@yahoo.fr</a>
Ylakombo	06 95 41 04 31 - <a href="mailto:ylakombo@hotmail.fr">ylakombo@hotmail.fr</a>



# Adulte

## Quand ?

### CENTRE CULTUREL THÉÂTRE DES MAZADES

AFRICAINA	Vendredi : 20h – 21h
BACHATA	Vendredi : 19h – 20h
CAPOEIRA	Lundi : 18h30 – 20h Mercredi : 19h30 – 22h
CONTEMPORAINE INTERMÉDIAIRE	Mardi : 19h – 20h30
CONTEMPORAINE	Samedi : 10h30 – 12h30
DANSE ÉTIREMENTS	Jeudi : 12h15 – 13h45
FLAMENCO CREATIVO	Mardi : 20h – 21h30
FLOWWORK	Mercredi : 20h30 – 21h45
HIP-HOP FUSION – ATELIER CREATION	Mardi : 20h30 – 21h45
MODERNE	Lundi : 18h30 – 20h
MOUVEMENT COLLECTIF MULTIDISCIPLINAIRE	Jeudi : 9h – 12h
ORIENTALE	Mercredi : 18h15 – 19h15 Mercredi : 19h – 20h
SALSA	Jeudi : 20h – 21h30 Vendredi : 20h – 21h30
SALSAFRO FUSION	Vendredi : 19h – 20h

### SALLE 2M

ORIENTALE	Jeudi : 20h30 – 21h45
-----------	-----------------------

### MAISON DE QUARTIER CROIX DAURADE

AFRICAINA	Jeudi : 19h15 – 22h15
SALON	Mardi : 17h – 19h Jeudi : 17h – 19h30

# Danse

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Association Abc Actions Culturelles Valérie Siegler	06 64 09 44 57 - <a href="mailto:am-metis@hotmail.com">am-metis@hotmail.com</a>
Association Salsa Color	07 86 24 52 13 - <a href="mailto:salsacolor31@gmail.com">salsacolor31@gmail.com</a>
Association Embora	06 12 63 61 79 - <a href="mailto:associationembora@gmail.com">associationembora@gmail.com</a>
Centre culturel Théâtre des Mazades	05 31 22 98 00 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Cie La Maleta	06 16 46 58 44 - <a href="mailto:cielamaleta@gmail.com">cielamaleta@gmail.com</a>
Le cercle des danseurs disparus	06 74 04 80 03 - <a href="mailto:cercledesdanseursdisparus@gmail.com">cercledesdanseursdisparus@gmail.com</a>
Centre culturel Théâtre des Mazades	05 31 22 98 00 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Pop's - Association La Passante	06 24 13 02 98 - 06 73 43 05 13 - <a href="mailto:popstoulouse@gmail.com">popstoulouse@gmail.com</a>
Association La Toricaine	07 74 64 40 90 - <a href="mailto:caroline.achouri@free.fr">caroline.achouri@free.fr</a>
Association Salsa Color	07 86 24 52 13 - <a href="mailto:salsacolor31@gmail.com">salsacolor31@gmail.com</a>
Association Abc Actions Culturelles Valérie Siegler	06 64 09 44 57 - <a href="mailto:am-metis@hotmail.com">am-metis@hotmail.com</a>
Mjc Croix Daurade	05 61 48 64 03 - <a href="mailto:contact@mjjcroixdaurade.fr">contact@mjjcroixdaurade.fr</a>
Mjc Croix Daurade	05 61 48 64 03 - <a href="mailto:contact@mjjcroixdaurade.fr">contact@mjjcroixdaurade.fr</a>
Association Les Amis De La Danse	06 80 20 10 55 - <a href="mailto:gilbert.greco@free.fr">gilbert.greco@free.fr</a>



# Adulte

## Quand ?

### CENTRE CULTUREL DE QUARTIER LA BRIQUE ROUGE

AFRICAINA	Mercredi : 19h – 20h30
BRÉSILIENNE	Lundi : 20h30 – 22h
DANSE ET PERCUSSION AFRICAINES	Vendredi : 19h – 22h

### CENTRE CULTUREL BONNEFOY

AFRO - CONTEMPORAINE	Lundi : 20h30 – 22h
FREE-DANCE (DANSE LIBRE)	Mardi : 14h – 15h30
AFROPOP (DÈS 15 ANS)	Vendredi : 18h15–19h15
BARRE À TERRE	Mercredi : 18h30 – 20h
DANSES DU MONDE	Mardi : 20h–21h15
ENTRAÎNEMENT LIBRE DANSEUR ET DANSEUSE	Vendredi : 19h30–21h30
HIP-HOP	Lundi : 18h–19h
DANSE INCLUSIVE	Lundi : 19h15 – 20h30
JAZZ	Jeudi : 19h15 – 20h45
LINDY HOP	Mercredi : 20h15–22h30

### CENTRE CULTUREL BELLEGARDE

BARRE À TERRE ADO / ADULTE	Mardi 19h15-20h30
	Jeudi 11h15-12h30
	Jeudi 12h30-13h45
DANSE CONTEMPORAINE ADO / ADULTE	Mercredi : 18h30-20h
MODERN JAZZ ADO / ADULTE	Lundi : 12h45 - 14h15
	Mardi : 17h45-19h15
MODERNE	Lundi : 10h30 –12h
ORIENTALE	Lundi : 20h30 – 21h45
	Jeudi : 14h30 – 16h
SWING, SOLO JAZZ, CHARLESTON ADO / ADULTE	Jeudi : 18h30-20h
TANGO ARGENTIN	Vendredi : 19h30-21h30

# Danse

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Baga Percussion	07 81 64 50 44 - <a href="http://www.bagapercussion.com">www.bagapercussion.com</a>
Selvagem Latino's	06 25 62 68 44 - <a href="mailto:selvagemlatinos@gmail.com">selvagemlatinos@gmail.com</a>
Baga Percussion	07 81 64 50 44 - <a href="http://www.bagapercussion.com">www.bagapercussion.com</a>

Centre culturel Bonnefoy	05 67 73 83 60 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
ABC Actions culturelles	05 34 41 14 44 <a href="mailto:communication@abcactionsculturelles.com">communication@abcactionsculturelles.com</a>
Arts Foundation	06 33 97 92 73 - 06 79 31 50 47
Centre culturel Bonnefoy	05 67 73 83 60 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Blossom Danse, Théâtre, Yoga	06 43 25 43 62 - <a href="mailto:blossomdansetheatre@gmail.com">blossomdansetheatre@gmail.com</a>
Funky Swing Danseurs	07 62 14 37 64 - <a href="mailto:funkyswingdancers@gmail.com">funkyswingdancers@gmail.com</a>
A.J.D.R Factory	06 88 06 46 79 - <a href="mailto:a.j.dr@hotmail.fr">a.j.dr@hotmail.fr</a>
Contrescarpe	06 25 17 50 61 - <a href="mailto:alice.maurissanne@gmail.com">alice.maurissanne@gmail.com</a>
Centre culturel Bonnefoy	05 67 73 83 60 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Funky Swing Danseurs	07 62 14 37 64 - <a href="mailto:funkyswingdancers@gmail.com">funkyswingdancers@gmail.com</a>

Alice Maurissanne - Centre culturel Bellegarde	05 62 27 44 88 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Charlotte Delcurou - Centre culturel Bellegarde	
Thierry Vosdey - Centre culturel Bellegarde	
Lila Pizzuto - Centre culturel Bellegarde	
Cercle Bellegarde	06 67 60 68 22 - <a href="mailto:cerclebellegarde@free.fr">cerclebellegarde@free.fr</a>
Association Taksim Oriental	06 33 32 71 97 - <a href="http://danse-orientale-toulouse.fr">danse-orientale-toulouse.fr</a>
Mathilde Ciais - Centre culturel Bellegarde	05 62 27 44 88 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Association Aqui Macorina	06 65 40 77 83 - <a href="mailto:cie.aquimacorina@gmail.com">cie.aquimacorina@gmail.com</a>



# Adulte

## Quand ?

### CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS

COLLECTIVE	Mercredi : 20h30 – 22h
GUINÉENNES	Mercredi : 19h – 20h30
MODERN JAZZ ADAPTÉE ET INCLUSIVE	Jedi : 18h30 – 22h
ORIENTALE	Mardi : 19h30 – 21h30
RECHERCHE CHORÉGRAPHIQUE	Lundi : 9h15 – 12h

### MAISON DE QUARTIER LALANDE

DANSE EN LIGNE	Vendredi : 13h30 – 17h
GUINÉENNE	Lundi : 19h – 22h
K-POP	Samedi : 14h – 18h
	Dimanche : 14h – 18h

### MAISON DE QUARTIER GRAND SELVE

COUNTRY	Mardi : 20h – 22h30
	Mercredi : 19h – 22h30

### MAISON DE QUARTIER LA VACHE

DANSE ADAPTÉE	Mercredi : 18h – 20h
GUADELOUPÉENNE	Mercredi : 20h – 22h
	Vendredi : 19h – 22h
GUINÉENNE	Mardi : 18h30 – 20h
SALSA	Dimanche : 14h30 – 20h

### CENTRE CULTUREL DE QUARTIER SOUPETARD

COUNTRY	1 samedi par mois : 19h – 23h45
DANSES DE SALON	Lundi : 20h – 22h
DANSES DE SALON	Mardi : 20h – 22h

# Danse

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Retser31 (Réseau Toulousain en Soutien aux Exilés et Réfugiés)	<a href="mailto:retser31@gmail.com">retser31@gmail.com</a>
Dell'arte	05 61 76 58 48 ou 06 03 51 78 33 - <a href="mailto:dellarte.asso@gmail.com">dellarte.asso@gmail.com</a>
Incorporel	06 19 56 16 68 - <a href="mailto:association@incorporel.com">association@incorporel.com</a>
Mille Danses D'orient	07 82 41 97 98 - <a href="mailto:milledansesdoriant@free.fr">milledansesdoriant@free.fr</a>
Cie Contremarches	06 44 11 80 57 - <a href="mailto:cie.contremarches@gmail.com">cie.contremarches@gmail.com</a>
Astors	06 84 84 20 97 - <a href="mailto:astors@orange.fr">astors@orange.fr</a>
Baga Percussion	07 81 64 50 44 - <a href="mailto:info@bagapercussion.com">info@bagapercussion.com</a>
Roller Dance Cool	06 84 12 96 48 - <a href="mailto:x_crown@rollerdancecool.com">x_crown@rollerdancecool.com</a>
Jack's Sons Country	06 12 62 95 65 - <a href="mailto:jackssoncountry@gmail.com">jackssoncountry@gmail.com</a>
Agir Soigner Éduquer Insérer (Asei)	06 01 28 45 74 - <a href="mailto:christophe.fayet@asei.asso.fr">christophe.fayet@asei.asso.fr</a>
Liyannaj – K	06 03 79 28 17 - <a href="mailto:liyannajk971@hotmail.com">liyannajk971@hotmail.com</a>
Baga Percussion	07 81 64 50 44 - <a href="mailto:info@bagapercussion.com">info@bagapercussion.com</a>
Cuba Libre	<a href="mailto:cuba.libre.toulouse@gmail.com">cuba.libre.toulouse@gmail.com</a>
Association 3zé4pas De Danse Sylvie Albert	06 32 51 23 44 - <a href="mailto:daniel.lacruz@wanadoo.fr">daniel.lacruz@wanadoo.fr</a>
Association 3zé4pas De Danse Daniel Lacruz	06 32 51 23 44 - <a href="mailto:lacruz.angel-daniel@orange.fr">lacruz.angel-daniel@orange.fr</a>
Association 3zé4pas De Danse Sylvie Albert	06 32 51 23 44 - <a href="mailto:lacruz.angel-daniel@orange.fr">lacruz.angel-daniel@orange.fr</a>



# Adulte

## Quand ?

### MAISON DE QUARTIER DE L'HERS

#### DANSE ET MUSIQUE AFRICAINES

Jeudi : 20h – 21h45

### MAISON DE QUARTIER AMOUROUX

#### COUNTRY

Lundi : 19h30 – 20h30

Lundi : 20h30 – 22h30

#### DANSE

Mardi : 14h – 18h

#### FOLKLORE

Jeudi : 14h–17h30

#### HANDI-DANSE

Mardi : 13h45 – 16h15

### GYMNASE DES ACACIAS

#### AFRO-CONTEMPORAINE

Mercredi : 20h – 22h

### CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN

#### AFRICAIN DÉBUTANT

Lundi : 18h – 19h30

#### AFRICAIN CONFIRMÉ

Lundi : 19h30 – 21h00

#### AFRICAIN INTERMÉDIAIRE - AVANCÉ

Vendredi : 18h – 19h30

#### AFRO-MODERNE INTERMÉDIAIRE - CONFIRMÉ

Jeudi : 19h45 – 21h15

#### AFRO

Lundi : 21h–21h50

#### AFRO LATINO INTERMÉDIAIRE

Vendredi : 18h30 – 20h

#### BAL

Jeudi : 14h–17h30

#### BARRE À TERRE TOUS NIVEAUX

Vendredi : 18h – 19h30

#### BARRE À TERRE INTERMÉDIAIRE

Jeudi : 12h15 – 13h45

#### BARRE À TERRE INTERMÉDIAIRE - AVANCÉ

Mardi : 11h – 12h30

#### CAPOEIRA

Lundi : 20h–21h50

# Danse

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Association Dall Diamm Franck Noirot	06 58 39 41 72 - <a href="mailto:dalldiamm@outlook.fr">dalldiamm@outlook.fr</a>
Coyote Line Dance Hélène Le Floch	06 35 32 18 73 - <a href="mailto:hlfh.helene@gmail.com">hlfh.helene@gmail.com</a>
Association Interage 31	05 61 48 27 07 - <a href="mailto:interage31@hotmail.fr">interage31@hotmail.fr</a>
Association Interage 31 Mme Garcia	05 61 48 27 07 - <a href="mailto:interage31@hotmail.fr">interage31@hotmail.fr</a>
Association Incorporéel Sabine Bouchet	06 19561668 - <a href="mailto:helene.merideau@gmail.com">helene.merideau@gmail.com</a>
Association Capuccino Claire Burgain	06 17 03 46 57 - <a href="mailto:capuccino.danse@gmail.com">capuccino.danse@gmail.com</a>
Centre culturel Saint-Cyprien	05 61 22 27 77 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwes4">https://tinyurl.com/4kwwes4</a>
L'danse	06 83 54 53 72 - <a href="mailto:association.ldanse@gmail.com">association.ldanse@gmail.com</a>
Centre culturel Saint-Cyprien	05 61 22 27 77 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwes4">https://tinyurl.com/4kwwes4</a>
Club Olivier	06 61 90 25 27 - <a href="mailto:olivierclub@orange.fr">olivierclub@orange.fr</a>
Centre culturel Saint-Cyprien	05 61 22 27 77 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwes4">https://tinyurl.com/4kwwes4</a>
Capoeir'axe	06 52 03 52 45 - <a href="mailto:capoeirabrasiltoulouse@gmail.com">capoeirabrasiltoulouse@gmail.com</a>



# Adulte

## Quand ?

### CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN

CLASSIQUE DÉBUTANT	Vendredi : 12h30 – 14h
CLASSIQUE INTERMÉDIAIRE	Jeudi : 18h – 19h30
CLASSIQUE INTERMÉDIAIRE - AVANCÉ	Mercredi : 17h30 – 19h
	Vendredi : 11h – 12h30
CONTEMPORAIN - ATELIER CHORÉGRAPHIQUE	Mardi : 19h40 – 21h40
	Mercredi : 19h – 20h30
	Mercredi : 20h30 – 22h
CONTEMPORAIN - CRÉATION INTERMÉDIAIRE - AVANCÉ	Mercredi : 18h15 – 19h45
CONTEMPORAINE DÉBUTANT	Lundi : 12h15 – 13h45
	Lundi : 18h – 19h30
CONTEMPORAINE DÉBUTANT - INTERMÉDIAIRE ADOS 13 -17 ANS	Mardi : 18h – 19h30
CONTEMPORAINE INTERMÉDIAIRE - CONFIRMÉ	Lundi : 19h30 – 21h
DANCEHALL	Lundi : 19h45–20h45
E.R.D.D.	Mercredi : 9h–12h
	Jeudi : 10h30–12h
HIP-HOP	Vendredi : 20h15 – 21h45
IMPROVISATION LE PLI	Mardi : 9h30–12h
MODERN JAZZ AVANCÉ	Jeudi : 20h15 – 21h45
MODERN JAZZ DÉBUTANT	Mardi : 18h – 19h30
MODERN JAZZ DÉBUTANT - INTERMÉDIAIRE	Mercredi : 18h15 – 19h45
MODERN JAZZ INTERMÉDIAIRE - AVANCÉ	Mardi : 19h30 – 21h
	Mercredi : 19h45 – 21h15
	Vendredi : 19h40 – 21h10
ROLFING FASCIAS ET MOUVEMENT	1 samedi par mois : 9h30–12h30
RYTHME ET DÉTENTE	Jeudi : 10h45–12h
SAMEDIS PÉDAGOGIQUES	1 samedi par mois : 10h–12h30
	1 samedi par mois : 11h–17h30
	1 samedi par trimestre : 10h–16h

# Danse

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Centre culturel Saint-Cyprien	05 61 22 27 77 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesyl4">https://tinyurl.com/4kwwesyl4</a>
L'danse	06 83 54 53 72 - <a href="mailto:association.ldanse@gmail.com">association.ldanse@gmail.com</a>
Les Gens Charles	06 69 13 88 87 - <a href="mailto:lesgenscharles@gmail.com">lesgenscharles@gmail.com</a> <a href="http://www.lesgenscharles.com">www.lesgenscharles.com</a>
Centre culturel Saint-Cyprien	05 61 22 27 77 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesyl4">https://tinyurl.com/4kwwesyl4</a>
Cie Contremarches	06 59 07 32 20 - <a href="mailto:cie.contremarches@gmail.com">cie.contremarches@gmail.com</a>
Centre culturel Saint-Cyprien	05 61 22 27 77 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesyl4">https://tinyurl.com/4kwwesyl4</a>
Akasha	06 77 23 87 47 - <a href="mailto:deneuceline@hotmail.fr">deneuceline@hotmail.fr</a>
Fjep Section Danse	<a href="mailto:fjep.danse@gmail.com">fjep.danse@gmail.com</a>
La Canine	06 64 39 41 49 - <a href="mailto:cielacanine@gmail.com">cielacanine@gmail.com</a>
Maygetsin	06 86 50 19 98 - <a href="mailto:production_legoffandcie@yahoo.fr">production_legoffandcie@yahoo.fr</a>
Cie Contremarches	06 59 07 32 20 - <a href="mailto:cie.contremarches@gmail.com">cie.contremarches@gmail.com</a>



# Adulte

## Quand ?

### CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN

SAMEDIS PÉDAGOGIQUES	1 samedi par trimestre : 10h–13h
	1 samedi par mois : 15h–18h30
STREET JAZZ INTERMÉDIAIRE	Jeudi : 18h30 – 20h
TANGO ET TECHNIQUE CORPORELLE	1 samedi par mois : 14h–17h30
TRADITIONNELLE	Lundi : 9h05–10h15
ZUMBA	Lundi : 18h30–20h

### CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE

BREAKDANCE	Lundi : 19h – 20h30
	Mercredi : 20h – 21h30
DANSE CARAIBES	Jeudi : 9h30 – 12h
SAMBA DE GAFIEIRA (DANSE BRÉSILIEUNE DE COUPLE)	Jeudi : 20h – 22h
STREET JAZZ (DÈS 15 ANS)	Jeudi : 18h30 – 19h30

### CENTRE CULTUREL DE QUARTIER BORDEBLANCHE

COUPÉ-DÉCALÉ	Jeudi : 20h15 – 21h30
BOLLYWOOD DÉBUTANT	Lundi : 18h30 – 20h
BOLLYWOOD INTERMÉDIAIRE	Lundi : 20h – 21h30
CHARLESTON	Jeudi : 21h30 – 22h30
CLAQUETTES	Mardi : 20h30 – 21h45
	Mardi : 12h30 – 13h30
CLAQUETTES DÉBUTANT	1 mardi sur 2 : 19h30–20h30
DANCEHALL	Mercredi : 20h45 – 21h45
LINDY DÉBUTANT	Jeudi : 20h – 21h30
SÉVILLANE ET RUMBA GIPSY	Jeudi : 16h30 – 20h15
	Vendredi : 12h30 – 14h30
ZUMBA	Mardi : 20h30 – 21h30

# Danse

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
La Pista	07 60 46 89 04 - <a href="mailto:annhivert@gmail.com">annhivert@gmail.com</a>
Alexander Technique Et Art	06 51 62 36 68 - <a href="mailto:u.funke31@gmail.com">u.funke31@gmail.com</a>
Centre culturel Saint-Cyprien	05 61 22 27 77 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Aqui Y Ahora	06 64 54 44 97 - <a href="mailto:aquihora7@gmail.com">aquihora7@gmail.com</a>
Club Olivier	06 84 36 78 34 - <a href="mailto:olivierclub@orange.fr">olivierclub@orange.fr</a>
Tribal Vibes	06 41 88 88 61 - <a href="mailto:tribalvibes@gmail.com">tribalvibes@gmail.com</a> <a href="http://tribalvibes.wixiste.com/france">http://tribalvibes.wixiste.com/france</a>
Toulouse B-Boying Club	07.71.88.68.54 - <a href="mailto:toulousebboyingclub@yahoo.fr">toulousebboyingclub@yahoo.fr</a>
Association Artis Terra	06.86.73.65.15 - 06.43.01.87.19 - <a href="mailto:artisterra@gmail.com">artisterra@gmail.com</a> <a href="mailto:kribesoy.danse@hotmail.com">kribesoy.danse@hotmail.com</a>
Ylakombo	06.95.41.04.31 - <a href="mailto:yalakombo@hotmail.fr">yalakombo@hotmail.fr</a>
Centre culturel Alban-Minville	05 67 73 87 60 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Vire&Volte	06 78 80 62 93 - <a href="mailto:vivilucet32@orange">vivilucet32@orange</a> <a href="mailto:claire.binder1@gmail.com">claire.binder1@gmail.com</a>
Tyka Toucan	07 13 06 88 45 - 07 67 39 69 18 - <a href="mailto:cie.tyka.toucan@gmail.com">cie.tyka.toucan@gmail.com</a>
Vire&Volte	06 78 80 62 93 - <a href="mailto:vivilucet32@orange">vivilucet32@orange</a> <a href="mailto:claire.binder1@gmail.com">claire.binder1@gmail.com</a>
Arte Del Alma	06 64 79 12 83 - <a href="mailto:artedelalma31@gmail.com">artedelalma31@gmail.com</a>
Vire&Volte	06 78 80 62 93 - <a href="mailto:vivilucet32@orange">vivilucet32@orange</a> <a href="mailto:claire.binder1@gmail.com">claire.binder1@gmail.com</a>



# Adulte

## Quand ?

### MAISON DE QUARTIER DES ARÈNES ROMAINES

DANSE	Mardi : 13h30 – 15h
DANSE HORS FORMAT	Mardi : 20h – 22h30
LATINO	Lundi : 19h45 – 20h45

### CENTRE CULTUREL DE QUARTIER REYNERIE

AFRO POP	Lundi : 18h – 19h
BREAKDANCE	Vendredi : 18h30 – 20h
BODY ZEN	Lundi : 12h15 – 13h15
GYM DANSÉE	Vendredi : 12h15 – 13h15

# Danse

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Osssquart	06 33 43 98 82 - <a href="mailto:osquart13@free.fr">osquart13@free.fr</a>
Mjc Ancely	05 61 31 86 58 - <a href="mailto:direction@mjcancely.fr">direction@mjcancely.fr</a>
Mjc Ancely	05 61 31 86 58 - <a href="mailto:direction@mjcancely.fr">direction@mjcancely.fr</a>
Centre culturel de quartier Reynerie	05 31 22 99 21 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Toulouse BBoying Club	07 71 88 68 54 - <a href="mailto:toulousebboyingclub@yahoo.fr">toulousebboyingclub@yahoo.fr</a>
Centre culturel de quartier Reynerie	05 31 22 99 21 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
APA DANSE	0678113424 - <a href="mailto:apadanse@gmail.com">apadanse@gmail.com</a>



The background is a solid reddish-orange color. It features several abstract, wavy white lines that create a sense of movement and depth. A large, irregular white shape is positioned in the upper right quadrant, partially overlapping the text. Two thin, light-colored lines are positioned diagonally, one above and one below the text, framing it.

# Forme et bien-être



# Index

CENTRE CULTUREL BELLEGARDE .....	72-73, 74-75
CENTRE CULTUREL BONNEFOY .....	76-77
MAISON DE QUARTIER LALANDE .....	62-63, 82-83, 84-85
MAISON DE QUARTIER AMOUROUX .....	64-65, 86-87
CENTRE CULTUREL DE QUARTIER SOUPETARD .....	60-61, 78-79
CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE .....	66-67, 88-89
CENTRE CULTUREL THÉÂTRE DES MAZADES .....	60-61, 68-69, 70-71
SALLE 2M .....	60-61, 70-71
CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN .....	78-79, 80-81
MAISON DE QUARTIER DE L'HERS .....	86-87
CENTRE CULTUREL DE QUARTIER SAINT-SIMON .....	66-67, 92-93
CENTRE CULTUREL DE QUARTIER BORDEBLANCHE .....	90-91
CENTRE CULTUREL DE QUARTIER REYNERIE .....	64-65, 88-89
CENTRE CULTUREL DE QUARTIER LA BRIQUE ROUGE .....	62-63, 80-81
MAISON DE QUARTIER CROIX DAURADE .....	60-61, 72-73
CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS .....	82-83
CENTRE CULTUREL DE QUARTIER RENAN .....	76-77
MAISON DE QUARTIER ARÈNES ROMAINES .....	66-65, 90-91
MAISON DE QUARTIER LA VACHE .....	62-63, 84-85
GYMNASE DES ACCACIAS .....	64-65, 84-85

# Enfant

Pour qui ?

Quand ?

## CENTRE CULTUREL - THÉÂTRE DES MAZADES

JUDO	6 – 8 ans	Lundi : 17h30 – 18h30
	9 – 11 ans	Lundi : 18h30 – 19h30
	Dès 12 ans	Lundi : 19h30 – 21h
	6 – 8 ans	Jeudi : 17h30 – 18h30
	9 – 11 ans	Jeudi : 18h30 – 19h30
	Dès 12 ans	Jeudi : 19h30 – 21h
	5 ans	Mercredi : 16h30 – 17h15
	4 ans	Mercredi : 17h15 – 18h
	6 – 8 ans	Samedi : 10h15 – 11h15
4 – 5 ans	Samedi : 11h15 – 12h15	

## SALLE 2M

GYM POUSSETTE PARENT-ENFANT		Lundi : 9h – 11h
--------------------------------	--	------------------

## MAISON DE QUARTIER CROIX-DAURADE

MULTI-SPORTS	3 – 5 ans	Samedi : 9h30 – 12h30
--------------	-----------	-----------------------

## CENTRE CULTUREL DE QUARTIER SOUPETARD

ACTIVITÉS SPORTIVES	6–12 ans	Vendredi / vacances scolaires : 14h – 16h
YOGA PARENT-ENFANT	3 – 6 ans	Jeudi : 17h – 18h
	7 – 11 ans	Jeudi : 18h – 19h

# Forme et bien-être

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Judo Club Mazades	06 43 94 85 69 - <a href="mailto:judoclubdesmazades@gmail.com">judoclubdesmazades@gmail.com</a>
Centre Social Caf - Mairie Izards-Borderouge	05 67 04 14 83 - <a href="mailto:celine.bigot@caftoulouse.cnafmail.fr">celine.bigot@caftoulouse.cnafmail.fr</a>
Association Racine N'co	06 07 34 23 77 - <a href="mailto:racinenco@gmail.com">racinenco@gmail.com</a>
Ami Chemin Ngom Tafsir	06 59 44 85 30 - <a href="mailto:amichemin@may-asso.fr">amichemin@may-asso.fr</a>
Le Reffet - Lucille Migette	06 80 27 32 74 - <a href="mailto:lucillem90@gmail.com">lucillem90@gmail.com</a>



# Enfant

Pour qui ?

Quand ?

## CENTRE CULTUREL DE QUARTIER LA BRIQUE ROUGE

FUTSAL	6 – 15 ans	Mercredi : 16h – 18h
	6 – 15 ans	Samedi : 9h – 13h
JUJITSU – LUTTE	6 – 15 ans	Lundi : 17h30 – 19h
		Jeudi : 18h30 – 20h30
TAEKWONDO	6 – 9 ans	Mardi : 17h30 – 18h30
	10 – 16 ans	Mardi : 18h30 – 20h00
	6 – 9 ans	Jeudi : 17h30 – 18h30
	10 – 16 ans	Jeudi : 18h30 – 20h

## MAISON DE QUARTIER LALANDE

BOXE	12 – 16 ans	Mercredi : 15h – 17h
CHEERLEADING & CHEERDANCE	8 ans – 11 ans	Mercredi : 15h – 16h30
	12 ans – 15 ans	Mercredi : 16h30 – 18h30
	8 ans – 11 ans	Samedi : 14h – 16h
	8 ans – 11 ans	Dimanche : 14h – 16h
JUDO	4 ans – 5 ans	Mardi : 14h – 18h
	5 ans – 6 ans	Mardi : 18h – 19h
	Dès de 11 ans	Mardi : 19h – 20h
WA JU-JUTSU	5 ans – 12 ans	Mercredi : 17h30 – 18h30

## MAISON DE QUARTIER LA VACHE

BOXE THAÏ	8 – 11 ans	Lundi : 17h – 18h
	12 – 15 ans	Mercredi : 14h – 16h

# Forme et bien-être

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Toulouse Métropole Futsal	06 66 96 87 03 - <a href="mailto:yaba.jacqueline31@gmail.com">yaba.jacqueline31@gmail.com</a>
Origine Fight	07 25 05 43 19 - <a href="mailto:origine.fight@gmail.com">origine.fight@gmail.com</a>
Toulouse Taekwondo - Amine Amri	07 69 69 17 65 - <a href="mailto:toulouse.taekwondo@gmail.com">toulouse.taekwondo@gmail.com</a>
Racing Club Montane Toulouse	06 62 53 86 36 - <a href="mailto:rcmtoulouse@gmail.com">rcmtoulouse@gmail.com</a>
École Internationale De Cheerdance Et Cheerleading	06 60 93 92 70 - <a href="mailto:etoiles.eicc@gmail.com">etoiles.eicc@gmail.com</a>
Judo Club Des Mazades	06 43 94 85 69 - <a href="mailto:judoclubdesmazades@gmail.com">judoclubdesmazades@gmail.com</a>
Toulouse Minimes Ju – Jitsu Traditionnel	06 29 31 86 15 - <a href="mailto:josegarcia.jjt@gmail.com">josegarcia.jjt@gmail.com</a>
Ladjal Boxing Club Toulouse	06 24 60 96 49 - <a href="mailto:ladjal910@gmail.com">ladjal910@gmail.com</a>



# Enfant

Pour qui ?	Quand ?
------------	---------

## GYMNASSE DES ACACIAS

JUDO	3-12 ans	Jeudi : 16h - 19h45
KARATÉ	5-13 ans	Vendredi : 17h19h

## MAISON DE QUARTIER AMOUROUX

AÏKIDO	Dès 4,5 ans	Mercredi : 14h15-15h30
CAPOEIRA	4 - 6 ans	Lundi : 17h - 18h
	7 - 12 ans	Lundi : 18h - 19h
	Dès 13 ans	Lundi : 19h - 20h
EVEIL ET JEUX - PARENTS/ENFANTS		1 samedi / mois : 9h15 - 21h
JUDO	3-12 ans	Mardi : 16h45 - 19h30
KARATÉ	7 - 10 ans	Mercredi : 16h - 17h
	10 - 14 ans	Mercredi : 17h - 18h
KRAV MAGA	Dès 12 ans	Mercredi : 16h - 17h30
PARCOURS MOTRICITÉ	6-12 ans	Vendredi : 16h45 - 17h45
SPORT DE COMBAT	6 - 13 ans	Mardi : 17h30 - 19h30
TAEKWONDO	5 - 7 ans	Jeudi : 17h - 18h
	7 - 10 ans	Jeudi : 18h - 19h
	11 - 14 ans	Jeudi : 19h - 20h30
YOGA PARENTS-ENFANTS	4-6 ans	1 samedi / mois de 10h30 - 11h45

## CENTRE CULTUREL DE QUARTIER REYNERIE

ÉVEIL CORPOREL PARENTS ENFANTS	1 - 3 ans, avec un parent	Mercredi 10h30-11h30
GYM AU SOL	7 - 8 ans	Mercredi : 16h30-17h30
GYM AU SOL	9 - 10 ans	Mercredi : 17h45-18h45
GYM PARENT - BÉBÉ	9 mois - 3 ans	Samedi : 9h30-10h15
JUDO	6 - 11 ans	Mercredi 14h-15h
MOTRICITÉ	5 - 6 ans	Mercredi : 15h15-16h15
	4 - 6 ans	Samedi : 10h30-11h30
PARKOUR	12 - 16 ans	Vendredi : 17h-18h

# Forme et bien-être

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Association Avenir Judo Mathieu Puch	07 68 18 29 53 - <a href="mailto:avenirjudo31@gmail.com">avenirjudo31@gmail.com</a>
Shin Sekai Karaté	06 11 63 76 49 - <a href="mailto:shinsekai.karate@gmail.com">shinsekai.karate@gmail.com</a>
A.S.E.A.T.	05 61 48 70 60 - <a href="mailto:as.eat@orange.fr">as.eat@orange.fr</a>
MJC Croix-Daurade Paul Bunthoëun	07 61 48 64 03 - <a href="mailto:contact@mjjccroixdaurade.fr">contact@mjjccroixdaurade.fr</a>
APSAR	06.61.58.24.63 <a href="mailto:accueil@associationapsar.org">accueil@associationapsar.org</a>
Association Avenir Judo - Mathieu Puch	07 66 18 29 53 - <a href="mailto:avenirjudo31@gmail.com">avenirjudo31@gmail.com</a>
MJC Croix-Daurade - Christian Ganot	06 61 48 64 03 - <a href="mailto:contact@mjjccroixdaurade.fr">contact@mjjccroixdaurade.fr</a>
Association Kmta - Michel Ardit	06 13 58 90 91 - <a href="mailto:fredardit@gmail.com">fredardit@gmail.com</a>
Association Avenir Judo - Mathieu Puch	07 66 18 29 53 - <a href="mailto:avenirjudo31@gmail.com">avenirjudo31@gmail.com</a>
Tago	06 40 65 52 62 - <a href="mailto:tago_gym@yahoo.fr">tago_gym@yahoo.fr</a>
MJC Croix-Daurade - Véronique Stelmarski	07 61 48 64 03 - <a href="mailto:contact@mjjccroixdaurade.fr">contact@mjjccroixdaurade.fr</a>
APSAR	06.61.58.24.63 <a href="mailto:accueil@associationapsar.org">accueil@associationapsar.org</a>
Centre culturel de quartier Reynerie	05 31 22 99 21 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Club Vitafédé 31	05 62 24 19 23 - <a href="mailto:hautegaronne@club-vitafede.fr">hautegaronne@club-vitafede.fr</a>
Centre culturel de quartier Reynerie	05 31 22 99 21 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Club Vitafédé 31	05 62 24 19 23 - <a href="mailto:hautegaronne@club-vitafede.fr">hautegaronne@club-vitafede.fr</a>
Centre culturel de quartier Reynerie	05 31 22 99 21 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>



# Enfant

Pour qui ?	Quand ?
------------	---------

## CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE

MULTISPORTS ENFANTS	8 – 12 ans	Mercredi : 16h – 17h
MULTISPORTS ADOS	13 - 16 ans	Mercredi : 17h – 18h
JUDO	6 – 7 ans	Mardi : 17h30 – 18h30
	7 – 12 ans	Mardi : 18h30 – 19h30

## MAISON DE QUARTIER DES ARÈNES ROMAINES

DÉCOUVERTE DU MOUVEMENT	4 – 6 ans	Mercredi : 14h – 15h
-------------------------	-----------	----------------------

## CENTRE CULTUREL DE QUARTIER SAINT-SIMON

BOXE THAÏ PARENT-ENFANT	Dès 4 ans	Mercredi : 18h45 – 21h15
JUDO	Dès 4 ans	Lundi : 16h – 21h30
	Dès 4 ans	Samedi : 8h30 – 13h
KICK BOXING PARENT-ENFANT	Dès 4 ans	Vendredi : 17h – 21h15

# Forme et bien-être

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Centre culturel Alban-Minville	06 67 73 87 60 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Toulouse Balma Arts Martiaux	05.61.23.27.81 - <a href="mailto:contact@toulouse-balma-am.fr">contact@toulouse-balma-am.fr</a>
Mjc Ancely	05 61 31 86 58 - <a href="mailto:direction@mjcancely.fr">direction@mjcancely.fr</a>
Lina Sport	06 49 52 49 70 - <a href="mailto:linaboukhalfa@hotmail.fr">linaboukhalfa@hotmail.fr</a>
Association Saint-Simon Judo	06 78 08 40 29 - <a href="mailto:sainsimonjudo31100@gmail.com">sainsimonjudo31100@gmail.com</a>
Lina Sport	06 49 52 49 70 - <a href="mailto:linaboukhalfa@hotmail.fr">linaboukhalfa@hotmail.fr</a>



# Adulte

## Quand ?

### CENTRE CULTUREL - THÉÂTRE DES MAZADES

ACROBATIES AU SOL	Lundi : 19h30 – 21h30
AÏKIDO	Mardi : 20h – 21h30
	Vendredi : 20h – 21h30
BOUGE TON CORPS	Mercredi : 10h – 11h30
ÉTIREMENTS SENIORS	Mardi : 10h – 11h
GYM DOUCE	Mardi : 14h30 – 15h30
	Mercredi : 19h30 – 20h30
GYM SANTÉ	Jeudi : 10h10 – 11h10
	Jeudi : 18h30 – 19h30
GYM ENTRETIEN	Lundi : 15h30 – 16h30
	Mardi : 9h10 – 10h10
	Mercredi : 18h30 – 19h30
	Jeudi : 9h10 – 10h10
	Vendredi : 15h – 16h
HATHA YOGA	Samedi : 9h10 – 10h10
JUDO	Lundi : 18h30 – 19h45
KI TAISO	Lundi : 18h30 – 19h30
PILATES	Mardi : 11h30 – 14h
PILATES	Lundi : 9h30 – 10h30
	Mardi : 12h30 – 13h30
PILATES SENIORS	Mercredi : 19h15 – 20h15
	Lundi : 10h30 – 11h30
PORTÉS ACROBATIQUES	Mardi : 12h – 14h
QI QONG	Lundi : 20h – 21h15
	Vendredi : 10h – 11h15
QI QONG	Mardi : 17h – 18h30
SOPHROLOGIE	Mardi : 12h30 – 13h30
	Jeudi : 12h30 – 13h30
TAIJI – ART MARTIAL COMPLET	Lundi : 12h – 13h30

# Forme et bien-être

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Cie Le Poil Flou	06 18 41 13 23 - <a href="mailto:poilflou@protonmail.com">poilflou@protonmail.com</a>
Aïkido Club Des Mazades	06 74 09 77 41 - <a href="mailto:georgette.castand@sfr.fr">georgette.castand@sfr.fr</a>
Sport Pour Tous	06 75 06 12 30 - <a href="mailto:emilie.maurel@sportspourtous.org">emilie.maurel@sportspourtous.org</a>
Association Happy Culture	06 99 43 24 04 - <a href="mailto:aline.gubert@yahoo.fr">aline.gubert@yahoo.fr</a>
Association Gymnastique Des Mazades	06 30 66 92 39 - <a href="mailto:agvdm31@gmail.com">agvdm31@gmail.com</a>
Association Déclic Détente	06 64 53 98 00 - <a href="mailto:associationdeclicdetente@gmail.com">associationdeclicdetente@gmail.com</a>
Association Gymnastique Des Mazades	06 30 66 92 39 - <a href="mailto:agvdm31@gmail.com">agvdm31@gmail.com</a>
Association Dhyana	06 73 38 15 79 - <a href="mailto:christelle-simonet@orange.fr">christelle-simonet@orange.fr</a>
Judo Club Mazades	06 43 94 85 69 - <a href="mailto:judoclubdesmazades@gmail.com">judoclubdesmazades@gmail.com</a>
Seigakukan	06 43 84 92 34 - <a href="mailto:loidi.coach@gmail.com">loidi.coach@gmail.com</a>
Association Happy Culture	06 99 43 24 04 - <a href="mailto:aline.gubert@yahoo.fr">aline.gubert@yahoo.fr</a>
So Pilates - Sophie Alet	06 50 975 972 - <a href="mailto:so.pilates.toulouse@gmail.com">so.pilates.toulouse@gmail.com</a>
Association Happy Culture	06 99 43 24 04 - <a href="mailto:aline.gubert@yahoo.fr">aline.gubert@yahoo.fr</a>
Cie Le Poil Flou	06 18 41 13 23 - <a href="mailto:poilflou@protonmail.com">poilflou@protonmail.com</a>
Association Fleur'essence	06 50 27 75 36 - <a href="mailto:fleuressenceasso@gmail.com">fleuressenceasso@gmail.com</a>
Aïkido Club Des Mazades	06 74 09 77 41 - <a href="mailto:georgette.castand@sfr.fr">georgette.castand@sfr.fr</a>
Solare Sophrologie	06 12 01 31 63 - <a href="mailto:carla.salvatore5@gmail.com">carla.salvatore5@gmail.com</a>
Aïkido Club Des Mazades	06 74 09 77 41 - <a href="mailto:georgette.castand@sfr.fr">georgette.castand@sfr.fr</a>



# Adulte

## Quand ?

### CENTRE CULTUREL - THÉÂTRE DES MAZADES

TAIJI – ART MARTIAL COMPLET	Mardi : 18h30 – 20h
	Jeudi : 12h – 13h30
	Vendredi : 17h – 20h
TAISO	Lundi : 18h30 – 19h30
YOGA YIN YANG	Mardi : 18h – 19h15
	Mardi : 19h30 – 20h45
YOGA DYNAMIQUE	Mercredi : 12h15 – 13h30
	Vendredi : 12h15 – 13h30
YOGA SENIORS	Mercredi : 10h15 – 11h30
ZUMBA	Mardi : 18h30 – 19h30

### SALLE 2M

FITNESS	Jeudi : 12h30 – 13h30
GYM SANTÉ	Mercredi : 18h – 20h
GYM SENIOR	Mardi : 15h30 – 17h
GYM SENIOR ET MIXITÉ	Jeudi : 9h – 12h
	Lundi : 17h – 18h15
HATHA YOGA	Mercredi : 10h – 11h15
	Vendredi : 16h30 – 17h30
PILATES HAM	Mardi : 12h30 – 13h30

# Forme et bien-être

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Aïkido Club Des Mazades	06 74 09 77 41 - <a href="mailto:georgette.castand@sfr.fr">georgette.castand@sfr.fr</a>
Judo Club Mazades	06 43 94 85 69 - <a href="mailto:judoclubdesmazades@gmail.com">judoclubdesmazades@gmail.com</a>
Association Iha Yoga	06 62 64 66 92 - <a href="mailto:sylviegarinyoga@gmail.com">sylviegarinyoga@gmail.com</a>
Association Yogalipette	06 84 99 43 09 - <a href="mailto:claudine@yogalipette.com">claudine@yogalipette.com</a>
Association Dhyana	06 73 38 15 79 - <a href="mailto:christelle-simonet@orange.fr">christelle-simonet@orange.fr</a>
Association Gymnastique Des Mazades	06 30 66 92 39 - <a href="mailto:agydm31@gmail.com">agydm31@gmail.com</a>
MJC Croix Daurade	05 61 48 64 03 - <a href="mailto:contact@mjccroixdaurade.fr">contact@mjccroixdaurade.fr</a>
Association Déclic Détente	06 64 53 98 00 - <a href="mailto:associationdeclicdetente@gmail.com">associationdeclicdetente@gmail.com</a>
Association Gym Senior	06 62 68 78 56 - <a href="mailto:sabine.zonnekynd@gmail.com">sabine.zonnekynd@gmail.com</a>
Association Groupement Nautique Toulousain / C Vifs	05 61 13 19 37 - <a href="mailto:contact@cvifs.fr">contact@cvifs.fr</a>
Association Yogasana31	07 67 19 85 99 - <a href="mailto:annabertin7@gmail.com">annabertin7@gmail.com</a>
Compagnie Une Histoire	06 62 72 17 18 - <a href="mailto:compagnieunehistoire@gmail.com">compagnieunehistoire@gmail.com</a>



# Adulte

## Quand ?

### MAISON DE QUARTIER CROIX-DAURADE

CARDIO LATINO	Lundi : 11h45 – 12h45
CHORÉGRAPHIE, PILATES ET STRETCHING	Mercredi : 9h – 12h
CIRCUIT MINCEUR ET STRETCHING	Jeudi : 9h – 12h30
COURS THÉORIQUES- FORMATION TECHNIQUE PLONGÉE SUBAQUATIQUE	Mardi : 20h30 – 22h30
GYM BALLON	Lundi : 10h45 – 11h45
GYM HOLISTIQUE	Mercredi : 17h30 – 20h15
GYM POSTURALE ET STRETCHING	Mardi : 9h – 12h
NINJUTSU JINENKAN	Vendredi : 19h30 – 21h30
PILATES	Lundi : 18h30 – 20h30
POSTURES - ÉTIREMENTS	Jeudi : 15h – 16h30
QI QONG	Mardi : 19h – 20h15
SOPHROLOGIE	Lundi : 19h15 – 20h30

### CENTRE CULTUREL BELLEGARDE

ASSOUPPLISSEMENTS SENIORS	Mercredi : 9h30 – 11h45
EXPRESSION SOPHRO-MÉDITATIVE « PARLE EN-CORPS »	1 lundi par mois : 19h15 – 20h45
FLOW YOGA	Lundi : 18h – 19h10
	Mardi : 18h – 19h
GYMNASTIQUE	Mardi : 17h30 – 18h30
	Mardi : 18h30 – 19h30
GYMNASTIQUE DOUCE DÉBUTANT	Mardi : 10h30 – 11h45
	Mardi : 19h15 – 20h30
GYMNASTIQUE DOUCE INTERMÉDIAIRE	Mardi : 11h45 – 13h
	Mardi : 20h30 – 22h
GYM HOLISTIQUE	1 samedi par mois : 9h30 – 12h30

# Forme et bien-être

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Association Gym Senior	06 62 68 78 56 - <a href="mailto:sabine.zonnekynd@gmail.com">sabine.zonnekynd@gmail.com</a>
Club Des Aînés Croix Daurade	05 61 58 02 48 - <a href="mailto:clubdesainescroix-daurade@hotmail.fr">clubdesainescroix-daurade@hotmail.fr</a>
Csat 31 – Club Subaquatique 31	06 66 14 93 36 - <a href="mailto:csat31@gmail.com">csat31@gmail.com</a>
Association Gym Senior	06 62 68 78 56 - <a href="mailto:sabine.zonnekynd@gmail.com">sabine.zonnekynd@gmail.com</a>
MJC Croix Daurade	05 61 48 64 03 - <a href="mailto:contact@mjccroixdaurade.fr">contact@mjccroixdaurade.fr</a>
Club Des Aînés Croix Daurade	05 61 58 02 48 - <a href="mailto:clubdesainescroix-daurade@hotmail.fr">clubdesainescroix-daurade@hotmail.fr</a>
Jinenkan Nin-Jutsu De Toulouse	06 37 82 63 61 - <a href="mailto:contact@jinenkan.fr">contact@jinenkan.fr</a>
So Pilates - Sophie Alet	06 50 97 59 72 - <a href="mailto:so.pilates.toulouse@gmail.com">so.pilates.toulouse@gmail.com</a>
Association Gym Senior	06 62 68 78 56 - <a href="mailto:sabine.zonnekynd@gmail.com">sabine.zonnekynd@gmail.com</a>
MJC Croix Daurade	05 61 48 64 03 - <a href="mailto:contact@mjccroixdaurade.fr">contact@mjccroixdaurade.fr</a>
MJC Croix Daurade	05 61 48 64 03 - <a href="mailto:contact@mjccroixdaurade.fr">contact@mjccroixdaurade.fr</a>
Accor'danse Véronique Coutzac	07 61 28 49 53 - <a href="mailto:accordanse@ymail.com">accordanse@ymail.com</a>
Entreprise Individuelle Sophro Fly Vanessa Ginestet	06 79 71 04 29 - <a href="mailto:vanessa.ginestet@orange.fr">vanessa.ginestet@orange.fr</a> - <a href="http://www.sophrofly.fr">www.sophrofly.fr</a>
Alix Sattler, Association SOFLOW	06 17 02 66 51 - <a href="mailto:a.soflow@orange.fr">a.soflow@orange.fr</a>
Caisse de retraite AROC Marie-Josée Higadère	06 70 14 93 73 - <a href="mailto:mariejosee.higadere@gmail.com">mariejosee.higadere@gmail.com</a>
Association Long River Tai Chi Toulouse	- <a href="http://longrivertaichi.fr">http://longrivertaichi.fr</a>
Association Entretoises	06 74 55 22 38 - <a href="mailto:entretoises@gmail.com">entretoises@gmail.com</a>



# Adulte

## Quand ?

### CENTRE CULTUREL BELLEGARDE

MÉTHODE FELDENKRAIS™	Lundi : 14h30 – 15h45
	Jeudi : 19h – 20h15
	1 samedi par mois : 9h30 – 12h30
PILATES	Mardi : 9h15 – 10h15
	Mercredi : 9h30 – 10h30
PILATES	Mardi : 11h15 – 12h15
	Mardi : 12h30 – 13h30
	Mardi : 14h – 15h
	Vendredi : 9h – 10h
	Vendredi : 10h – 11h
	Vendredi : 11h15 – 12h15
	Vendredi : 12h30 – 13h30
PILATES - YOGA	Jeudi : 17h – 18h
QI GONG	Mardi : 12h15 – 13h30
QI GONG	Vendredi : 12h15 – 13h30
SOPHROLOGIE, RELAXATION, MÉDITATION	Mardi : 16h30 – 17h30
	Jeudi : 18h15 – 19h15
TAÏCHINDO	Lundi : 19h30 – 21h30
YOGA INTÉGRAL	Lundi : 17h30 – 18h45
	Lundi : 19h – 20h15
YOGA INTÉGRAL DOUX	Jeudi : 9h – 10h30

# Forme et bien-être

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Association Movement Refinery Sharon Munro	06 43 25 01 27 - <a href="http://www.movement-refinery.com">www.movement-refinery.com</a>
En Corps Libres Fanny Du Bled	06 12 01 80 20 - <a href="mailto:encorpslibres@gmail.com">encorpslibres@gmail.com</a>
Toulouse Sport Santé Benjamin Rivalin	06 66 30 91 83 - <a href="mailto:brivalin@live.fr">brivalin@live.fr</a>
Alix Sattler, Association SOFLOW	06 17 02 66 51 - <a href="mailto:a.soflow@orange.fr">a.soflow@orange.fr</a>
Qi Gong Advaq Cathy Boussard	06 82 81 20 42 - <a href="mailto:cathyboussard31@gmail.com">cathyboussard31@gmail.com</a>
Qigong Advaq B.Razafindrakoto	06 82 81 20 42 - <a href="mailto:cathyboussard31@gmail.com">cathyboussard31@gmail.com</a>
Alix Sattler, Association SOFLOW	06 17 02 66 51 - <a href="mailto:a.soflow@orange.fr">a.soflow@orange.fr</a>
Fédération Française De Taïchindo Jean-Pierre Audebert	06 79 37 31 48 - 05 56 96 34 40 - <a href="http://www.taichindo.com">http://www.taichindo.com</a>
Association Yoga Shri Vivek France Medha	06 52 62 99 49 - <a href="mailto:medha.jgd@gmail.com">medha.jgd@gmail.com</a>



# Adulte

## Quand ?

### CENTRE CULTUREL BONNEFOY

ABDOS / FESSIERS	Mardi : 18h – 19h
	Jeudi : 12h30 – 13h30
ATELIER MEMOIRE VIVE	Mercredi : 10h45 – 11h45
CARDIO TRAINING	Lundi : 12h30 – 13h30
	Mardi : 19h – 20h
FLOW YOGA	Lundi : 12h30 – 13h30
GYMNASTIQUE DOUCE	Lundi : 10h – 11h
GYMNASTIQUE DYNAMIQUE	Lundi : 11h – 12h
GYMNASTIQUE SPORTIVE	Mardi : 11h15 – 12h15
HATHA YOGA	Mardi : 19h – 20h
PILATES	Mardi : 12h30 – 13h30
	Jeudi : 10h15 – 11h15
	Jeudi : 11h15 – 12h15
QI GONG	Lundi : 19h30 – 20h45
SOPHROLOGIE	Mardi : 12h30 – 13h30
STRETCHING / RELAXATION	Mercredi : 9h45 – 10h45
YOGA DE LA FEMME	Jeudi : 12h30 – 13h30
YOGA DANSE	Vendredi : 12h30 – 13h30

### CENTRE CULTUREL DE QUARTIER RENAN

GYM	Lundi : 19h – 20h30
	Jeudi : 19h – 20h30
YOGA	Mardi : 19h – 20h30
	Jeudi : 9h30 – 11h

### MAISON DE QUARTIER GRAND SELVE

YOGA	Lundi : 9h – 11h
	Lundi : 19h – 21h30
	Jeudi : 19h – 21h30
	Vendredi : 9h – 11h

# Forme et bien-être

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Centre culturel Bonnefoy	05 67 73 83 60 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Soflow	06 17 02 66 51 - <a href="mailto:a.soflow@orange.fr">a.soflow@orange.fr</a>
Centre culturel Bonnefoy	05 67 73 83 60 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Blossom Danse, Théâtre, Yoga	06 43 25 43 62 - <a href="mailto:blossomdansetheatre@gmail.com">blossomdansetheatre@gmail.com</a>
Centre culturel Bonnefoy	05 67 73 83 60 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Qi Gong Advaq	06 82 81 20 42 - <a href="mailto:cathyboussard31@gmail.com">cathyboussard31@gmail.com</a>
Soflow	06 17 02 66 51 - <a href="mailto:a.soflow@orange.fr">a.soflow@orange.fr</a>
Centre culturel Bonnefoy	05 67 73 83 60 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Blossom Danse, Théâtre, Yoga	06 43 25 43 62 - <a href="mailto:blossomdansetheatre@gmail.com">blossomdansetheatre@gmail.com</a>
Toulouse Nord En Mouvement	07 51 31 11 95 - <a href="mailto:toulousenordenmouvement@gmail.com">toulousenordenmouvement@gmail.com</a>
Yogasana31	07 67 19 85 99 - <a href="mailto:annabertin7@gmail.com">annabertin7@gmail.com</a>
Gags	06 62 07 75 27 - <a href="mailto:gagsgrandselve@gmail.com">gagsgrandselve@gmail.com</a>



# Adulte

## Quand ?

### CENTRE CULTUREL DE QUARTIER SOUPETARD

<b>GYM</b>	Mardi : 12h – 13h
	Jeudi : 12h15 – 13h15
<b>GYM SENIOR</b>	Lundi : 10h30 – 11h30
	Vendredi : 10h30 – 11h30
<b>PÊCHE À LA MOUCHE</b>	Jeudi : 19h – 23h
<b>QI GONG</b>	Lundi : 18h15 – 20h15
	Mardi : 10h30 – 11h30
<b>QI GONG - TAICHI CHUN</b>	Jeudi : 14h – 15h
	Vendredi : 14h – 15h
<b>YOGA</b>	Mercredi : 12h30 – 13h30
<b>YOGA IYENGAR</b>	Mardi : 18h15 – 19h30
	Vendredi : 12h15 – 13h30
<b>YOGA TAOYIN</b>	Lundi : 12h – 13h
<b>GYMNASTIQUE CARDIO TRAINING</b>	Jeudi : 15h – 16h
	Mercredi : 9h30 – 10h30
	Vendredi : 9h30 – 10h30

### CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN

<b>ASSOUPPLISSEMENT</b>	Mardi : 9h30 – 10h30
	Lundi : 9h15 – 10h15
<b>ASSOUPPLISSEMENTS SENIOR</b>	Lundi : 10h30 – 11h30
	Jeudi : 9h15 – 10h15
	Vendredi : 9h30 – 10h30
<b>ÉTIREMENTS</b>	Vendredi : 12h15 – 13h30

# Forme et bien-être

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
A.S.E.A.T.	05 61 48 70 60 - <a href="mailto:as.eat@orange.fr">as.eat@orange.fr</a>
Association Les Pêcheurs à La Mouche Gaston Gilbert	06 63 42 28 16 - <a href="mailto:gilbertgaston@neuf.fr">gilbertgaston@neuf.fr</a>
Neijing Taiji Qicong Chloe Ruys	07 51 29 43 86 - <a href="mailto:centreqigong@gmail.com">centreqigong@gmail.com</a>
Maison Des Arts Martiaux Danielle Socirat	06 21 34 42 84 - <a href="mailto:dany31@orange.fr">dany31@orange.fr</a>
Association L'atelier Yoga Marie-Laure Biran	06 46 63 55 56 - <a href="mailto:marielaure.biran@gmail.com">marielaure.biran@gmail.com</a>
Association Biloba Sophie Manent	06 45 00 81 02 - <a href="mailto:assobilobayoga@gmail.com">assobilobayoga@gmail.com</a>
Neijing Taiji Qicong Massimo Giordani	06 51 51 26 22 - <a href="mailto:centreqigong@gmail.com">centreqigong@gmail.com</a>
Centre culturel de quartier Soupetard	05 31 22 99 70 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Fjep Section Danse	<a href="mailto:fjep.danse@gmail.com">fjep.danse@gmail.com</a>
Accor'danse	<a href="mailto:accordanse@ymail.com">accordanse@ymail.com</a>



# Adulte

## Quand ?

### CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN

<b>MOUVEMENT EN MÉDITATION DANSÉE</b>	Mercredi : 12h15 – 13h15
<b>PILATES</b>	Lundi : 12h15 – 13h45
<b>PILATES</b>	Jeudi : 17h45 – 18h45
<b>PILATES</b>	Vendredi : 9h30 – 10h30
<b>PILATES</b>	Mercredi : 10h35 – 11h35
<b>QI GONG</b>	Jeudi : 9h15 – 10h30
<b>QI GONG</b>	Vendredi : 16h50 – 17h50
<b>TAI CHI QI GONG</b>	Mardi : 9h05 – 12h20
<b>TAI CHI QI GONG</b>	1 samedi / mois : 9h – 13h30
<b>YOGA</b>	Lundi : 14h – 17h
<b>YOGA</b>	Lundi : 9h–10h30
<b>YOGA</b>	Mercredi : 9h–10h30
<b>YOGA - ATELIER SOMATIQUE</b>	Jeudi : 12h–13h30
<b>YOGA IYENGAR</b>	Mardi : 18h–19h15
<b>YOGA IYENGAR</b>	Mardi : 19h30–21h
<b>ÉQUILIBRE SENIOR</b>	Jeudi : 9h05–10h30
<b>ÉQUILIBRE SENIOR</b>	Jeudi : 10h30–11h55
<b>GYM AU SOL</b>	Mercredi : 9h15–10h15
<b>GYM AU SOL</b>	Jeudi : 10h15–11h15
<b>GYM AU SOL</b>	Vendredi : 11h15–12h15
<b>MÉMOIRE SENIOR</b>	Lundi : 10h–12h

### CENTRE CULTUREL DE QUARTIER LA BRIQUE ROUGE

<b>FUTSAL</b>	Lundi : 20h – 22h30
<b>FUTSAL</b>	Jeudi : 20h – 22h30
<b>KINBALL</b>	Lundi : 18h – 20h

# Forme et bien-être

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Soflow	06 17 02 66 51 - <a href="mailto:a.soflow@orange.fr">a.soflow@orange.fr</a> <a href="https://sophrologie31.wordpress.com">https://sophrologie31.wordpress.com</a>
Tribal Vibes	06 41 88 88 61 - <a href="mailto:tribalvibes@gmail.com">tribalvibes@gmail.com</a> <a href="http://tribalvibes.wixiste.com/france">http://tribalvibes.wixiste.com/france</a>
Art Indigo	06 52 78 58 43 - <a href="mailto:artindigotoulouse@gmail.com">artindigotoulouse@gmail.com</a>
Happyculture	06 99 43 24 04 - <a href="mailto:aline.gubert@yahoo.fr">aline.gubert@yahoo.fr</a>
Les Cinq Éléments	06 76 75 23 08 - <a href="mailto:lescinqelements@hotmail.fr">lescinqelements@hotmail.fr</a> <a href="http://lescinqelements.org/site">http://lescinqelements.org/site</a>
Zhen Qi	06 75 03 82 83 - <a href="mailto:info@taichitoulouse.fr">info@taichitoulouse.fr</a> <a href="http://www.taichitoulouse.fr">www.taichitoulouse.fr</a>
Douceur De Vie	06 12 65 63 88 - <a href="mailto:douceurdevie31@gmail.com">douceurdevie31@gmail.com</a>
Le Juste Milieu	06 67 72 03 33 - <a href="mailto:lejustemilieu31@gmail.com">lejustemilieu31@gmail.com</a>
Yoga Asie Culture	06 99 56 92 85 - <a href="mailto:raffanel.catherine@gmail.com">raffanel.catherine@gmail.com</a>
Maygetsin	06 32 72 97 30 - <a href="mailto:production.legoffandcie@yahoo.fr">production.legoffandcie@yahoo.fr</a>
Silence Et Rythme	<a href="http://www.yoga-silenceetryhme.fr">www.yoga-silenceetryhme.fr</a>
M2p	05 61 09 33 99 - <a href="mailto:gaele.derobert@asso-m2p.fr">gaele.derobert@asso-m2p.fr</a>
Vie Z'age	<a href="mailto:lucierochoer69@gmail.com">lucierochoer69@gmail.com</a>
Cvifs	06 31 32 62 05 - <a href="mailto:sante@cvifs.fr">sante@cvifs.fr</a>
M2p	05 61 09 33 99 - <a href="mailto:gaele.derobert@asso-m2p.fr">gaele.derobert@asso-m2p.fr</a>
Toulouse Métropole Futsal	06 66 96 87 03 - <a href="mailto:yaba.jacqueline31@gmail.com">yaba.jacqueline31@gmail.com</a>
Toulouse Kinball Club (Tkc)	06 76 05 10 63 - <a href="mailto:tkc.kinball@gmail.com">tkc.kinball@gmail.com</a>



# Adulte

## Quand ?

### CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS

<b>GYM DOUCE</b>	Mercredi : 11h – 12h
<b>KENDO</b>	Lundi : 20h – 22h
	Samedi : 9h30 – 13h
<b>STRETCHING – ASSOUPLEMENT</b>	Mercredi : 12h15 – 13h15

### MAISON DE QUARTIER LALANDE

<b>ACTIVITÉS PHYSIQUES</b>	Lundi : 9h – 14h
	Mardi : 9h – 14h
	Jeudi : 9h – 14h
<b>ART MARTIAL RUSSE</b>	Mardi : 18h – 20h
<b>BABY FOOT</b>	Mercredi : 18h30 – 21h
	Vendredi : 18h – 23h
<b>BADMINTON</b>	Lundi : 16h – 18h
	Jeudi : 15h30 – 17h
<b>BADMINTON</b>	Lundi : 19h30 – 21h
	Mercredi : 18h30 – 21h
<b>CANNE SANTÉ</b>	Jeudi : 17h – 18h30
<b>CANNE DÉFENSE</b>	Jeudi : 19h – 21h
<b>CAPOEÏRA</b>	Jeudi : 20h30 – 22h
<b>CHEERLEADING &amp; CHEERDANCE</b>	Samedi : 16h – 18h
	Dimanche : 16h – 18h
<b>GYMNASTIQUE VOLONTAIRE</b>	Lundi : 18h30 – 19h30
<b>MULTI-ACTIVITÉS</b>	Vendredi : 13h30 – 17h
<b>MUSCULATION</b>	Mercredi : 10h – 12h
	Vendredi : 10h – 12h
<b>ESCRIME LUDIQUE</b>	Samedi : 20h30 – 23h30
<b>KRAV MAGA</b>	Mardi : 18h30 – 20h30
	Jeudi : 18h30 – 20h30

# Forme et bien-être

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CVIFS	06 31 32 62 05 - <a href="mailto:sante@cvifs.fr">sante@cvifs.fr</a>
Seigakukan Kendo	06 87 55 43 28 - <a href="mailto:seigakukan.kendo@gmail.com">seigakukan.kendo@gmail.com</a>
CVIFS	06 31 32 62 05 - <a href="mailto:sante@cvifs.fr">sante@cvifs.fr</a>
Maison de quartier Lalande	05 36 25 28 23 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Systemic Energie	06 88 97 52 37 - <a href="mailto:stephan.roy@hotmail.fr">stephan.roy@hotmail.fr</a>
Toulouse Football De Table	06 95 92 92 68 - <a href="mailto:toulouseft@gmail.com">toulouseft@gmail.com</a>
Astors	06 84 84 20 97 - <a href="mailto:astors@orange.fr">astors@orange.fr</a>
Colt Badminton	06 89 38 79 79 - <a href="mailto:petruschka@gmail.com">petruschka@gmail.com</a>
Académie Jacques Levinet 31	06 62 27 98 80 - <a href="mailto:ajl.hautegaronne@gmail.com">ajl.hautegaronne@gmail.com</a>
Volta Ao Mundo	07 81 33 37 63 - <a href="mailto:candeiastoulouse@gmail.com">candeiastoulouse@gmail.com</a>
École Internationale De Cheerdance et Cheerleading	06 60 93 92 70 - <a href="mailto:etoiles.eicc@gmail.com">etoiles.eicc@gmail.com</a>
Gv Sport Sante	06 47 13 76 35 -
Astors	06 84 84 20 97 - <a href="mailto:astors@orange.fr">astors@orange.fr</a>
Cvifs	06 11 99 94 58 - <a href="mailto:formationaptas@cvifs.fr">formationaptas@cvifs.fr</a>
Le Consulat D'elleslande	06 15 76 18 65 - <a href="mailto:consulatdelleslande@gmail.com">consulatdelleslande@gmail.com</a>
Tactical Combat Kapap Krav Maga Et Disciplines Associées 32	06 07 90 41 61 - <a href="mailto:willylecompere@hotmail.fr">willylecompere@hotmail.fr</a>



# Adulte

## Quand ?

### MAISON DE QUARTIER LALANDE

PILATES	Lundi : 9h30 – 10h30
	Lundi : 10h30 – 11h30
RENFORCEMENT MUSCULAIRE	Lundi : 12h30 – 13h30
SELF DÉFENSE – SELF PRO KRAV	Vendredi : 19h – 21h
SILVER XII	Mardi : 10h – 11h
	Jeudi : 10h – 11h
VOLLEY LOISIRS	Lundi : 21h – 23h
	Mercredi : 21h – 23h
VOLLEY DE COMPÉTITION	Mardi : 20h30 – 23h

### MAISON DE QUARTIER LA VACHE

GYM DOUCE	Mardi : 10h – 11h
	Jeudi : 10h – 11h
JETT KUNE DO	Mardi : 20h – 22h
	Jeudi : 20h – 22h
ART MARTIAL RUSSE	Jeudi : 18h – 20h

### GYMNASE DES ACACIAS

CAPOEIRA	Mardi : 17h30 – 20h
	Vendredi : 19h – 22h
GYM FITNESS	Mardi : 12h30 – 13h30
	Mardi : 20h – 22h
	Jeudi : 20h – 22h
QI GONG	Vendredi : 12h30 – 13h30
	Lundi : 18h30–19h45
FITNESS	Mercredi : 19h – 20h
KARATÉ	Lundi : 20h–22h

# Forme et bien-être

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Maison de quartier Lalande	05 36 25 28 23 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesyy4">https://tinyurl.com/4kwwesyy4</a>
Académie Jacques Levinet 31	06 62 27 98 80 - <a href="mailto:ajl.hautegaronne@gmail.com">ajl.hautegaronne@gmail.com</a>
Toulouse XIII	06 30 48 16 41 - <a href="mailto:stephanie.luthier@to13.com">stephanie.luthier@to13.com</a>
Colt Volley Ball	06 78 10 65 19 - <a href="mailto:coltvolleyball31@gmail.com">coltvolleyball31@gmail.com</a>
Alliances Et Cultures	05 61 57 94 77 - <a href="mailto:activites.nord@alliancesetcultures.org">activites.nord@alliancesetcultures.org</a>
Opened Circle	06 71 64 14 42 - <a href="mailto:tang-lung@gmx.com">tang-lung@gmx.com</a>
Systemic Energie	06 88 97 52 37 - <a href="mailto:stephan.roy@hotmail.fr">stephan.roy@hotmail.fr</a>
Association Capoeiragem - Tania Torquin	06 67 75 86 04 - <a href="mailto:toulouse@capoeiragem.fr">toulouse@capoeiragem.fr</a>
Association Gymnastique Volontaire de Jolimont - Maryse Magne	06 26 01 65 20 - <a href="mailto:gjolimont@laposte.net">gjolimont@laposte.net</a>
Association Qi Gong Advaq Cathy Boussard	06 82 81 20 42 - <a href="mailto:cathyboussard31@gmail.com">cathyboussard31@gmail.com</a>
Association Capuccino Claire Burgain	06 17 03 46 57 - <a href="mailto:Capuccino.danse@gmail.com">Capuccino.danse@gmail.com</a>
Shin Sekai Karaté	06 11 63 76 49 - <a href="mailto:shinsekai.karate@gmail.com">shinsekai.karate@gmail.com</a>



# Adulte

## Quand ?

### MAISON DE QUARTIER AMOUROUX

<b>GYM</b>	Vendredi : 10h30–11h30
<b>GYM</b>	Mardi : 18h30 – 21h30
	Mercredi : 19h – 22h
<b>GYM FITNESS</b>	Mardi : 9h – 10h
<b>GYM SENIOR</b>	Mardi : 9h–10h
<b>JUDO</b>	Vendredi : 19h30 – 21h
<b>KARATÉ</b>	Lundi : 20h – 22h
<b>KARATÉ</b>	Mercredi : 18h – 19h
<b>KRAV MAGA</b>	Lundi : 12h – 14h
	Mercredi : 12h – 14h
	Vendredi : 12h – 14h
<b>SOPHROLOGIE</b>	Jeudi : 18h30 – 19h30
<b>STRETCHING PILATES</b>	Jeudi : 10h – 11h
<b>TAISO</b>	Mardi : 19h30 – 21h
<b>YOGA</b>	Lundi : 18h30 – 19h30

### MAISON DE QUARTIER DE L'HERS

<b>COURSE À PIEDS</b>	1 vendredi / mois : 18h30 – 23h
<b>GYM</b>	Vendredi : 10h45 – 11h45
<b>YOGA</b>	Jeudi : 18h30 – 19h30

# Forme et bien-être

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Association Interage 31 - Mme Garcia	06 74 97 53 09 - 09 79 45 02 82 <a href="mailto:interage31@hotmail.fr">interage31@hotmail.fr</a>
APSAR	06 61 58 24 63 - <a href="mailto:accueil@associationapsar.org">accueil@associationapsar.org</a>
Association Avenir Etienne Billières Shanaz Benmebarete	06 87 91 32 14 - <a href="mailto:shanaztabetaoul@gmail.com">shanaztabetaoul@gmail.com</a>
Association Avenir Etienne Billières Shanaz Benmerabet	06 87 91 32 14 - <a href="mailto:shanaztabetaoul@gmail.com">shanaztabetaoul@gmail.com</a>
Association Avenir Judo Mathieu Puch	07 66 18 29 53 - <a href="mailto:avenirjudo31@gmail.com">avenirjudo31@gmail.com</a>
Association Toulouse Arts Martiaux Bernard Fechtig	06 89 35 09 99 - <a href="mailto:bernard-fechtig@wanadoo.fr">bernard-fechtig@wanadoo.fr</a>
MJC Croix-Daurade Christian Ganot	07 61 48 64 03 - <a href="mailto:contact@mjjccroixdaurade.fr">contact@mjjccroixdaurade.fr</a>
Association KMTA Michel Ardit	06 13 58 90 91 - <a href="mailto:fredardit@gmail.com">fredardit@gmail.com</a>
Yaka Rire Et Jouer	06 62 84 74 55 - <a href="mailto:jihanmillas@yahoo.fr">jihanmillas@yahoo.fr</a>
Maison de Quartier Amoureux	
Association Avenir Judo Mathieu Puch	07 68 18 29 53 - <a href="mailto:avenirjudo31@gmail.com">avenirjudo31@gmail.com</a>
Yaka Rire Et Jouer	06 62 84 74 55 - <a href="mailto:jihanmillas@yahoo.fr">jihanmillas@yahoo.fr</a>
Association La Balade De Riquet Christian Reina	06 22 21 41 24 - <a href="mailto:orgabalade31@gmail.com">orgabalade31@gmail.com</a>
Foyer Des Anciens Du Château De L'hers Madeleine Geronimi	07 78 19 39 28 - <a href="mailto:clubfoyerseniorsshers@gmail.com">clubfoyerseniorsshers@gmail.com</a>
Association L'atelier Yoga Marie-Laure Biran	06 46 63 55 56 - <a href="mailto:marielaure.biran@gmail.com">marielaure.biran@gmail.com</a>



# Adulte

Quand ?

## CENTRE CULTUREL DE QUARTIER REYNERIE

GYM DOUCE	Jeudi : 9h15-10h15
FULL BODY	Jeudi : 12h15-13h15
KUNG FU	Mardi : 18h30-19h30
KUNG FU	Jeudi : 18h30-19h30
MARCHE ACTIVE	Vendredi 9h-10h30
MOTRICION / COGNICITE	Vendredi : 13h30-15h00
MULTISPORTS HANDI ET INTERGÉNÉRATIONNEL	Mardi 9h30-11h30
PILATES	Mardi : 12h15-13h15
YOGA DYNAMIQUE	Vendredi : 12h15-13h15
YOGA SUR CHAISE	Mercredi : 9h30-10h30

## CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE

BADMINTON	Lundi : 12h15 - 13h15
BOL TIBÉTAÏN	Vendredi : 18h30 - 20h30
DIÉTÉTIQUE	Mardi : 18h - 20h
FITNESS	Mardi : 13h30 - 15h30
GYM DOUCE	Mardi : 9h30 - 10h30
GYM DOUCE ADAPTÉE	Jeudi : 18h-20h
GYM RENFORCEMENT	Mardi : 10h30 - 11h30
PILATES	Lundi : 17h - 18h
	Lundi : 18h - 19h
QI GONG (GYM DOUCE)	Lundi : 12h - 13h
RELAXATION	Mardi : 12h30 - 13h30
	Vendredi : 10h30 - 11h30
SOPHROLOGIE	Samedi : 14h - 15h30

# Forme et bien-être

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Club Vitafédé 31	05 62 24 19 23 - <a href="mailto:hautegearonne@club-vitafede.fr">hautegearonne@club-vitafede.fr</a>
Siulem	06 59 17 53 48 - <a href="mailto:kunfusiulem@gmail.com">kunfusiulem@gmail.com</a>
Siulem	06 59 17 53 48 - <a href="mailto:kunfusiulem@gmail.com">kunfusiulem@gmail.com</a>
Centre culturel de quartier Reynerie	05 31 22 99 21 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwes4">https://tinyurl.com/4kwwes4</a>
Apa Danse	06 78 11 34 24 - <a href="mailto:apadanse@gmail.com">apadanse@gmail.com</a>
Mixah	09 83 72 93 22 - <a href="mailto:contact@mixah.org">contact@mixah.org</a>
Centre culturel de quartier Reynerie	05 31 22 99 21 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwes4">https://tinyurl.com/4kwwes4</a>
Sport Tremplin	06 75 06 12 30 - <a href="mailto:emilie.maurel@sportspourtous.org">emilie.maurel@sportspourtous.org</a>
Centre culturel Alban-Minville	05 67 73 87 60 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwes4">https://tinyurl.com/4kwwes4</a>
Mieux Être XL	06.09.30.63.47 <a href="mailto:mieux.etre.xl@gmail.com">mieux.etre.xl@gmail.com</a> - <a href="mailto:contact@mieux-etre-xl.fr">contact@mieux-etre-xl.fr</a>
École De La 2e Chance	06.88.33.46.29 - <a href="mailto:julien.gourc@wanadoo.fr">julien.gourc@wanadoo.fr</a>
Fontenilles Gym	06.86.94.02.58 - <a href="mailto:delphinededieu64@orange.fr">delphinededieu64@orange.fr</a>
Mieux Être XL	06 09 30 63 47 - <a href="mailto:contact@mieux-etre-xl.fr">contact@mieux-etre-xl.fr</a>
Fontenilles Gym	06.86.94.02.58 - <a href="mailto:delphinededieu64@orange.fr">delphinededieu64@orange.fr</a>
Centre culturel Alban-Minville	05 67 73 87 60 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwes4">https://tinyurl.com/4kwwes4</a>
Asso Du Yi Au Chi – Qi Gong	06.08.75.39.95 - <a href="mailto:nathalie.pezotti@orange.fr">nathalie.pezotti@orange.fr</a>
Centre culturel Alban-Minville	05 67 73 87 60 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwes4">https://tinyurl.com/4kwwes4</a>
Mieux Être XL	06.09.30.63.47 <a href="mailto:mieux.etre.xl@gmail.com">mieux.etre.xl@gmail.com</a>



# Adulte

## Quand ?

### CENTRE CULTUREL DE QUARTIER BORDEBLANCHE

<b>KOBUDO KOBURYU</b>	Mercredi : 12h30 – 13h30
	Jeudi : 12h30 – 13h30
<b>MÉDITATION AVEC BOLS TIBÉTAINS</b>	1 mardi / 2 : 19h30–20h30
<b>NATHA YOGA</b>	Lundi : 12h30 –13h30
<b>PILATES</b>	Lundi : 18h –19h
<b>TAIJI - QI GONG</b>	Lundi : 19h – 21h
	Mercredi : 12h30 – 13h30 / 19h–20h
<b>UECHI-RYU KARATÉ</b>	Lundi : 12h30 – 13h30
<b>YIN YOGA</b>	Mercredi : 20h – 21h30
<b>YOGA</b>	Jeudi : 12h – 13h30
<b>YOGA</b>	Vendredi : 16h30 – 20h30
<b>YOGA DU RIRE</b>	Dimanche : 11h– 12h30

### MAISON DE QUARTIER DES ARÈNES ROMAINES

<b>CROSS TRAINING</b>	Lundi : 18h30 – 19h30
<b>GYM ADAPTÉE</b>	Mercredi : 14h – 15h30
<b>PILATES</b>	Lundi : 9h – 11h15
<b>PILATES</b>	Mardi : 18h45 – 19h45
<b>QI GONG</b>	Mercredi : 11h45–12h45
<b>SPORT SANTÉ SENIOR</b>	Jeudi : 9h – 10h
<b>SPORT SANTÉ SENIOR</b>	Lundi : 17h30 – 18h30
	Lundi : 15h15 – 16h15
<b>TAI JI</b>	Mardi : 15h30 – 16h30
	Mercredi : 10h30 – 11h30
	Lundi : 11h30 – 12h30
<b>YOGA</b>	Jeudi : 10h10 –11h10
	Vendredi : 10h30 – 11h30

# Forme et bien-être

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Toulouse Shubukan	06 86 98 89 09 - <a href="mailto:lionel@toulouse-shubukan.com">lionel@toulouse-shubukan.com</a>
Tyka Toucan	06 13 06 88 45 - 07 67 39 69 18 - <a href="mailto:cie.tyka.toucan@gmail.com">cie.tyka.toucan@gmail.com</a>
Tyka Toucan	06 19 61 37 92 - <a href="mailto:cie.tyka.toucan@gmail.com">cie.tyka.toucan@gmail.com</a>
Tyka Toucan	06 63 29 65 80 - <a href="mailto:cie.tyka.toucan@gmail.com">cie.tyka.toucan@gmail.com</a>
Pradettes Taiji Quan	06 81 74 04 32 - <a href="mailto:nicolefenon@gmail.com">nicolefenon@gmail.com</a>
Toulouse Shubukan	06 86 98 89 09 - <a href="mailto:lionel@toulouse-shubukan.com">lionel@toulouse-shubukan.com</a>
Tyka Toucan	06 22 27 76 94 - <a href="mailto:cie.tyka.toucan@gmail.com">cie.tyka.toucan@gmail.com</a>
C.Y.S.O	07 81 08 68 28 - <a href="http://www.cyso-yoga.org">www.cyso-yoga.org</a>
Les Amis Du Petit Ferdinand	06 22 27 76 94 - <a href="mailto:amisdupetitferdinand@gmail.com">amisdupetitferdinand@gmail.com</a>
Sophro Access	06 61 58 46 54 - <a href="mailto:contact@sophro-access.fr">contact@sophro-access.fr</a>
Mjc Ancely	05 61 31 86 58 - <a href="mailto:direction@mjcancely.fr">direction@mjcancely.fr</a>
France Alzheimer 31	06 16 89 69 37 - <a href="mailto:alzheimer31@orange.fr">alzheimer31@orange.fr</a>
Osssquart	06 33 43 98 82 - <a href="mailto:osquart13@free.fr">osquart13@free.fr</a>
Mjc Ancely	05 61 31 86 58 - <a href="mailto:direction@mjcancely.fr">direction@mjcancely.fr</a>
Osssquart	06 33 43 98 82 - <a href="mailto:osquart13@free.fr">osquart13@free.fr</a>
Mjc Ancely	05 61 31 86 58 - <a href="mailto:direction@mjcancely.fr">direction@mjcancely.fr</a>
Mjc Ancely	05 61 31 86 58 - <a href="mailto:direction@mjcancely.fr">direction@mjcancely.fr</a>
Osssquart	06 33 43 98 82 - <a href="mailto:osquart13@free.fr">osquart13@free.fr</a>
Osssquart	06 33 43 98 82 - <a href="mailto:osquart13@free.fr">osquart13@free.fr</a>



# Adulte

## Quand ?

### CENTRE CULTUREL DE QUARTIER SAINT-SIMON

<b>GYM DOUCE</b>	Mardi 9h30-10h30
<b>QI GONG</b>	Jeudi : 10h30 – 11h30
<b>TAIJI QUAN</b>	Mardi : 19h15 – 20h30
	Jeudi : 14h30 – 16h
<b>YOGA</b>	Jeudi : 12h30 – 13h30
	Lundi : 12h30 – 13h30

# Forme et bien-être

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Centre culturel de quartier Saint-Simon	05 31 22 96 80 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesyl4">https://tinyurl.com/4kwwesyl4</a>
Association Du Yi Au Chi	06 08 75 39 95 - <a href="mailto:nathalie.pezzotti@orange.fr">nathalie.pezzotti@orange.fr</a>
Association Du Yi Au Chi	06 08 75 39 95 - <a href="mailto:nathalie.pezzotti@orange.fr">nathalie.pezzotti@orange.fr</a>
Association Espace Et Vie	06 83 19 43 86 - <a href="mailto:Dominiquebrenquier@gmail.com">Dominiquebrenquier@gmail.com</a> <a href="http://le-fil-du-yoga-toulouse.fr">le-fil-du-yoga-toulouse.fr</a>





# Langues & écritures



## Index

CENTRE CULTUREL BELLEGARDE .....	98-99
CENTRE CULTUREL BONNEFOY .....	98-99, 100-101
CENTRE CULTUREL DE QUARTIER SOUPETARD .....	100-101
CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE .....	96-97, 102-103
CENTRE CULTUREL THÉÂTRE DES MAZADES .....	98-99
CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN .....	102-103
CENTRE CULTUREL DE QUARTIER LA BRIQUE ROUGE .....	98-99
CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS .....	96-97, 100-101
CENTRE CULTUREL DE QUARTIER RENAN .....	100-101
MAISON DE QUARTIER LA VACHE .....	100-101

# Enfant

	Pour qui ?	Quand ?
<b>CENTRE CULTUREL BONNEFOY</b>		
<b>CORÉEN</b>	7-14 ans	samedi : 15h-17h
<b>CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS</b>		
<b>ÉCRITURE RAP INITIATION</b>	10 – 16 ans	Jeudi : 18h – 20h
<b>CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE</b>		
<b>ANGLAIS</b>	4 – 8 ans	Samedi : 9h – 11h
	9 – 16 ans	Samedi : 11h – 13h
<b>ARABE</b>	8 – 16 ans	Samedi : 14h – 17h30
	8 – 16 ans	Dimanche : 14h – 17h30
<b>ARABE DÉBUTANT</b>	7 – 16 ans	Samedi : 9h – 12h30
	4 – 7 ans	Samedi : 14h – 17h30
	4 – 7 ans	Dimanche : 9h – 12h30
<b>ATELIER SLAM ET ÉLOQUENCE, ÉCRIRE LE MONDE</b>	Dés 15 ans	Jeudi 18h-19h30
<b>DOCU-FICTION, PORTRAIT DE CHAMPION</b>	Dés 14 ans	Samedi 10h30-12h30, le 2 <sup>ème</sup> samedi de chaque mois

# Langues & écritures

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Ecole coréenne de Toulouse	06 23 76 60 01 - <a href="mailto:sonoksu@gmail.com">sonoksu@gmail.com</a>
Centre Des Arts Urbains	06 47 27 20 33 - <a href="mailto:artsurbains31@gmail.com">artsurbains31@gmail.com</a>
Alliance Des Cultures Et De Loisirs	06 03 00 85 62 - <a href="mailto:alliance.tls1@gmail.com">alliance.tls1@gmail.com</a>
Centre culturel Alban-Minville	05 67 73 87 60 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwey4">https://tinyurl.com/4kwwey4</a>
Cies Celui qui dit qui est & Hyper mature	06 77 34 37 28 <a href="mailto:legoutdufauxlefilm@gmail.com">legoutdufauxlefilm@gmail.com</a>



# Adulte

## Quand ?

### CENTRE CULTUREL THÉÂTRE DES MAZADES

<b>ATELIER MÉMOIRE</b>	Mardi : 10h – 11h30
<b>FRANÇAIS</b>	Mardi : 9h – 12h
	Mardi : 13h45 – 16h45
	Jeudi : 9h – 12h
	Jeudi : 13h45 – 16h45

### CENTRE CULTUREL DE QUARTIER LA BRIQUE ROUGE

<b>CHUUT PARTY INITIATION À LA LANGUE DES SIGNES FRANÇAISE</b>	1 <sup>er</sup> et 2 <sup>e</sup> mercredis du mois : 18h – 20h
--	---

### CENTRE CULTUREL BELLEGARDE

<b>ANGLAIS</b>	Lundi : 16h – 17h45
	Jeudi : 16h – 17h30
<b>CULTUR'LANG' ANGLAIS</b>	Mardi : 10h – 11h30
<b>ÉCRITURE</b>	1 jeudi sur 2 : 14h – 16h
<b>ESPAGNOL</b>	1 lundi sur 2 : 14h – 16h
<b>ESPAGNOL CONVERSATION</b>	Jeudi : 16h – 17h30
<b>ITALIEN</b>	Mardi : 12h15 – 13h45
	Jeudi : 12h15 – 13h45

### CENTRE CULTUREL BONNEFOY

<b>ANGLAIS</b>	Mardi : 9h – 10h30, 10h30 – 12h, 15h – 16h30 et 18h30 – 20h
	Jeudi : 9h – 10h30
<b>CHINOIS</b>	Lundi : 20h15 – 21h45
<b>CULTURE ET CALLIGRAPHIE JAPONAISE</b>	Vendredi : 14h30 – 16h30
<b>ÉCRITURE AUTOBIOGRAPHIE</b>	1 samedi par mois : 14h – 17h
<b>ESPAGNOL</b>	Lundi : 9h30 – 12h et 17h – 20h
	Jeudi : 10h30 – 12h et 18h30 – 20h

# Langues & écritures

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Association La Mémoire Dans Tous Ses États	06 86 67 50 36 - <a href="mailto:jean-noel.heude@wanadoo.fr">jean-noel.heude@wanadoo.fr</a>
Association Parole Expression	05 82 95 67 80 - <a href="mailto:paroleexpression@yahoo.fr">paroleexpression@yahoo.fr</a>
Faire Ville & Le Facteur humain	05 62 21 61 19 - <a href="mailto:hocine@faireville.fr">hocine@faireville.fr</a>
Cercle Bellegarde	06 67 60 68 22 - <a href="mailto:cerclebellegarde@free.fr">cerclebellegarde@free.fr</a>
Asso Culturlang	06 82 81 20 42 - <a href="mailto:cathyboussard31@gmail.com">cathyboussard31@gmail.com</a>
Cercle Bellegarde	06 67 60 68 22 - <a href="mailto:cerclebellegarde@free.fr">cerclebellegarde@free.fr</a>
Cercle Bellegarde	06 67 60 68 22 - <a href="mailto:cerclebellegarde@free.fr">cerclebellegarde@free.fr</a>
Asso.Machiavelli	06 16 03 97 21 - <a href="http://machiavelli-toulouse.fr">http://machiavelli-toulouse.fr</a> - <a href="mailto:contact@machiavelli-toulouse.fr">contact@machiavelli-toulouse.fr</a>
Culturlang	06 82 81 20 42 - <a href="mailto:cathyboussard31@gmail.com">cathyboussard31@gmail.com</a>
Tchin-Tchine	06 44 41 01 54 - <a href="mailto:contact@tchin-tchine.com">contact@tchin-tchine.com</a>
Toulouse Japon	06 31 52 00 11 - <a href="mailto:miki.maekawa@gmail.com">miki.maekawa@gmail.com</a>
Association pour l'autobiographie et le Patrimoine Autobiographique (APA)	05 61 26 40 77 - 06 45 55 26 58 - <a href="mailto:rcombroux@gmail.com">rcombroux@gmail.com</a>
Accent Tonique	05 61 26 29 34 - <a href="mailto:accent.tonique@gmail.com">accent.tonique@gmail.com</a>



# Adulte

## Quand ?

### CENTRE CULTUREL BONNEFOY

ITALIEN	Lundi : 12h15 – 14h15
	Mardi : 12h15 – 14h15
	Jeudi : 12h15 – 14h15
	Vendredi : 12h15 – 14h15
JAPONAIS INITIATION	Lundi : 14h30 – 16h
	Jeudi : 14h30 – 17h30
OCCITAN	Jeudi : 20h30 – 22h

### CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS

SLAM – ÉCRITURE ET IMPROVISATION	Jeudi : 17h30 – 19h30
----------------------------------	-----------------------

### CENTRE CULTUREL DE QUARTIER RENAN

FRANÇAIS	Lundi : 9h – 12h
	Vendredi : 9h – 12h

### MAISON DE QUARTIER LA VACHE

ARABE LITTÉRAIRE	Mercredi : 17h30 – 19h
FRANÇAIS	Lundi : 18h – 20h
	Mercredi : 14h – 16h
	Vendredi : 17h – 19h

### CENTRE CULTUREL DE QUARTIER SOUPETARD

LANGUE DES SIGNES FRANÇAISE	Lundi : 18h30 – 20h
LECTURE	1 lundi par mois : 14h30 – 17h

# Langues & écritures

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Società Dante Alighieri	06 20 27 10 55 - <a href="mailto:michele.roure@ladantetoulouse.com">michele.roure@ladantetoulouse.com</a>
Toulouse Japon	05 34 27 18 95 ou 06 62 17 12 38 - <a href="mailto:oc-asie@cegetel.net">oc-asie@cegetel.net</a>
IEO31	05 61 11 24 87 - <a href="mailto:cors@ieo31.com">cors@ieo31.com</a>
L'aire Des Mots	06 70 38 77 24 - <a href="mailto:Lairedesmots@gmail.com">Lairedesmots@gmail.com</a>
Toulouse Nord En Mouvement	07 51 31 11 95 - <a href="mailto:toulousenordenmouvement@gmail.com">toulousenordenmouvement@gmail.com</a>
Ali Alaoui Arts Et Développement	06 35 15 09 45 - <a href="mailto:moultaqasalam@yahoo.fr">moultaqasalam@yahoo.fr</a>
RETSER	06 95 85 64 09 - <a href="mailto:retser31@gmail.com">retser31@gmail.com</a>
Association Mixah Gilles Pujol	06 79 15 63 47 - <a href="mailto:accueil@mixah.org">accueil@mixah.org</a>
Association Anr 31 Daniel Bombail	06 89 83 55 39 - <a href="mailto:danielle.bombail@wanadoo.fr">danielle.bombail@wanadoo.fr</a>



# Adulte

## Quand ?

### CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN

<b>ANGLAIS</b>	Vendredi : 9h05 – 12h
	Vendredi : 13h30 – 16h30
<b>ANGLAIS LIBRE</b>	1 jeudi sur 2 : 14h – 16h
<b>ESPAGNOL</b>	Mardi : 9h15 – 10h15
	Mardi : 10h15 – 12h15
<b>ESPAGNOL</b>	Mardi : 15h30 – 17h
<b>ESPAGNOL DÉBUTANT</b>	Mardi : 14h – 15h30
<b>LIBRE EXPRESSION</b>	Mercredi : 9h15 – 10h45

### CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE

<b>FRANÇAIS LANGUE ÉTRANGÈRE</b>	Mardi : 14h – 17h
<b>ATELIER SLAM ET ÉLOQUENCE, ÉCRIRE LE MONDE</b>	Jeudi 18h-19h30
<b>DOCU-FICTION, PORTRAIT DE CHAMPION</b>	Samedi 10h30-12h30, le 2 <sup>ème</sup> samedi de chaque mois

# Langues & écritures

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Relais Amical Toulouse	06 67 69 75 82 - <a href="mailto:relaisamicaltoulouse@orange.fr">relaisamicaltoulouse@orange.fr</a>
Centre culturel Saint-Cyprien	05 61 22 27 77 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwes4">https://tinyurl.com/4kwwes4</a>
Cultura Latino Espanola	06 89 24 01 01 - <a href="mailto:daniellubat@orange.fr">daniellubat@orange.fr</a>
Centre culturel Saint-Cyprien	05 61 22 27 77 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwes4">https://tinyurl.com/4kwwes4</a>
Association Bell'arc En Ciel	06.87.35.16.80 - <a href="mailto:assobellarcenciel@gmail.com">assobellarcenciel@gmail.com</a>
Centre culturel Alban-Minville	05 67 73 87 60 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwes4">https://tinyurl.com/4kwwes4</a>
Cies Celui qui dit qui est & Hyper mature	06 28 98 75 10 / 06 77 34 37 28 <a href="mailto:legoutdufauxlefilm@gmail.com">legoutdufauxlefilm@gmail.com</a>





# Musique



# Index

CENTRE CULTUREL BELLEGARDE .....	108-109, 118-119
CENTRE CULTUREL BONNEFOY .....	108-109, 118-119
MAISON DE QUARTIER LALANDE .....	120-121
MAISON DE QUARTIER AMOUROUX .....	120-121
CENTRE CULTUREL DE QUARTIER SOUPETARD .....	110-111, 122-123
CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE .....	112-113, 124-125
CENTRE CULTUREL THÉÂTRE DES MAZADES .....	106-107, 116-117
CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN .....	122-123
MAISON DE QUARTIER DE L'HERS .....	114-115, 120-121
CENTRE CULTUREL DE QUARTIER SAINT-SIMON .....	114-115, 124-125
CENTRE CULTUREL DE QUARTIER BORDEBLANCHE .....	112-113, 124-125
CENTRE CULTUREL DE QUARTIER LA BRIQUE ROUGE .....	108-109, 118-119
MAISON DE QUARTIER CROIX DAURADE .....	106-107, 116-117
CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS .....	110-111, 120-121
CENTRE CULTUREL DE QUARTIER RENAN .....	114-115
MAISON DE QUARTIER ARÈNES ROMAINES .....	124-125
MAISON DE QUARTIER LA VACHE .....	110-111, 120-121

# Enfant

Pour qui ?	Quand ?
------------	---------

## CENTRE CULTUREL THÉÂTRE DES MAZADES

<b>BATTERIE</b>	10 – 17 ans	Mardi : 17h – 18h
	10 – 17 ans	Mardi : 18h – 19h
	10 – 17 ans	Mercredi : 15h – 16h
	10 – 17 ans	Mercredi : 16h – 17h
	10 – 17 ans	Mercredi : 17h – 18h
	10 – 17 ans	Mercredi : 18h – 19h
	10 – 17 ans	Mercredi : 19h – 20h
<b>ÉVEIL MUSICAL</b>	3 – 4 ans	Mercredi : 16h – 17h
<b>CHANT</b>	7 – 11 ans	Mercredi : 15h – 16h
<b>PARCOURS DU JEUNE MUSICIEN</b>	8 – 18 ans	Vendredi : 16h30 – 20h
	8 – 18 ans	Vendredi : 16h30 – 20h
	8 – 18 ans	Vendredi : 16h30 – 20h
<b>PIANO</b>	7 – 17 ans	Mardi : 17h – 18h
	7 – 17 ans	Mardi : 18h – 19h
	7 – 17 ans	Mardi : 19h – 20h
	7 – 17 ans	Mercredi : 14h – 15h
	7 – 17 ans	Mercredi : 15h – 16h
	7 – 17 ans	Mercredi : 16h – 17h
	7 – 17 ans	Mercredi : 17h – 18h
	7 – 17 ans	Mercredi : 18h – 19h
	7 – 17 ans	Jeudi : 17h – 18h
<b>SOLFÈGE</b>	7 – 17 ans	Jeudi : 18h – 19h

## MAISON DE QUARTIER CROIX DAURADE

<b>ATELIERS MUSICAUX</b>	5 – 7 ans	Jeudi : 17h – 19h
<b>ÉVEIL MUSICAL</b>	3 – 6 ans	Lundi : 17h – 19h15
<b>PERCUSSIONS</b>	6 – 10 ans	Mercredi : 16h30 – 17h30

# Musique

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Centre culturel Théâtre des Mazades	05 31 22 98 00 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Association Canzonetta	05 61 22 10 78 - <a href="mailto:assocanzonetta@gmail.com">assocanzonetta@gmail.com</a>
Centre culturel Théâtre des Mazades	05 31 22 98 00 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Association Topophone	06 63 80 83 07 - <a href="mailto:aurelie.guirao@topophone.fr">aurelie.guirao@topophone.fr</a>
Centre culturel Théâtre des Mazades	05 31 22 98 00 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Mjc Croix Daurade	05 61 48 64 03 - <a href="mailto:contact@mjjccroixdaurade.fr">contact@mjjccroixdaurade.fr</a>
Association Racine N'co	06 07 34 23 77 - <a href="mailto:racinenco@gmail.com">racinenco@gmail.com</a>



# Enfant

Pour qui ?	Quand ?
------------	---------

## CENTRE CULTUREL DE QUARTIER LA BRIQUE ROUGE

CHANT CHORAL	5 – 7 ans	Lundi : 17h – 17h40
	7 – 11 ans	Lundi : 17h45 – 18h45

## CENTRE CULTUREL BELLEGARDE

CHŒUR D'ENFANTS	6 – 8 ans	Lundi : 17h – 18h
	6 – 8 ans	Jeudi : 17h – 18h
	9 – 10 ans	Lundi : 18h – 19h
	9 – 10 ans	Jeudi : 18h – 19h
CHŒUR D'ENFANTS – ÉVEIL MUSICAL	4 – 5 ans	Jeudi : 16h30 – 17h
GUITARE	9 – 14 ans	Mercredi : 13h30 – 14h30
	9 – 14 ans	Mercredi : 14h30 – 15h30
	9 – 14 ans	Mercredi : 15h30 – 16h30
	9 – 14 ans	Mercredi : 16h30 – 17h30
	9 – 14 ans	Mercredi : 17h30 – 18h30

## CENTRE CULTUREL BONNEFOY

GUITARE	8 – 12 ans	Lundi : 17h – 18h
	8 – 12 ans	Lundi : 18h – 19h
	13 – 15 ans	Lundi : 19h – 20h
INITIATION MUSICALE	4 – 5 ans	Mercredi : 16h – 17h
	5 – 6 ans	Mercredi : 15h – 16h
PIANO DÉBUTANT	6 – 9 ans	Mardi : 16h45 – 17h45
	6 – 9 ans	Jeudi : 16h45 – 17h45
	6 – 9 ans	Samedi : 9h – 10h
PIANO INTERMÉDIAIRE	7 – 16 ans	Mardi : 17h45 – 18h45
	7 – 16 ans	Jeudi : 17h45 – 18h45
PIANO DÉBUTANT & INTERMÉDIAIRE	Dès 6 ans	Samedi : 11h – 12h
	7 – 11 ans	Samedi : 10h – 11h

# Musique

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Association La Lauzeta, Choeur D'enfants De Toulouse / Pierre Maurel	06 28 80 52 69 - <a href="mailto:contact@lauzeta.fr">contact@lauzeta.fr</a> / <a href="http://www.lauzeta.fr">www.lauzeta.fr</a>
	06 28 80 52 69 - <a href="mailto:contact@lauzeta.fr">contact@lauzeta.fr</a> / <a href="http://www.lauzeta.fr">www.lauzeta.fr</a>
Éclats Chœur D'enfants Et De Jeunes	06 01 48 44 08 - <a href="mailto:contact@choeureclats.fr">contact@choeureclats.fr</a>
Joaquin Riano - Centre culturel Bellegarde	05 62 27 44 88 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Centre culturel Bonnefoy	05 67 73 83 60 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>



# Enfant

Pour qui ?	Quand ?
------------	---------

## CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS

BATTERIE DÉBUTANT		Lundi : 16h30 – 17h30
CLAVIER DÉBUTANT		Mercredi : 15h30 – 16h30
		Mercredi : 17h – 18h
		Jeudi : 16h30 – 17h30

## CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS

CLAVIER DÉBUTANT		Jeudi : 18h – 19h
EVEIL MUSICAL	3 – 6 ans	Mercredi : 15h15 – 16h
PRATIQUES INSTRUMENTALES COLLECTIVES	8 – 12 ans	Mercredi : 14h – 15h
	12 – 15 ans	Mercredi : 15h – 16h
	8 – 14 ans	Mercredi : 16h – 17h
UKULÉLÉ DÉBUTANT		Mardi : 16h30 – 17h30

## MAISON DE QUARTIER LA VACHE

CULTURE RYTHMIQUE	Dès 11 ans	Mercredi : 16h – 18h
-------------------	------------	----------------------

## CENTRE CULTUREL DE QUARTIER SOUPETARD

CHORALE	5 – 7 ans	Lundi : 17h15 – 18h
	8 – 10 ans	Lundi : 18h05 – 19h05
GUITARE DÉBUTANT		Mardi : 17h – 18h
		Samedi : 9h30 – 10h30
GUITARE INTERMÉDIAIRE		Mardi : 18h – 19h
		Samedi : 10h30 – 11h30
GUITARE CONFIRMÉ		Samedi : 11h30 – 12h30
PIANO DÉBUTANT	6 – 17 ans	Mercredi : 14h – 15h
	6 – 17 ans	Mercredi : 15h – 16h
	6 – 17 ans	Mercredi : 16h – 17h
PIANO INTERMÉDIAIRE	6 – 17 ans	Mercredi : 17h – 18h
	6 – 17 ans	Mercredi : 18h – 19h

# Musique

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Centre culturel Henri-Desbals	05 36 25 25 73 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesyy4">https://tinyurl.com/4kwwesyy4</a>
Centre culturel Henri-Desbals	05 36 25 25 73 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesyy4">https://tinyurl.com/4kwwesyy4</a>
Topophone	07 66 50 68 43 - <a href="mailto:contact@topophone.fr">contact@topophone.fr</a>
Centre culturel Henri-Desbals	05 36 25 25 73 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesyy4">https://tinyurl.com/4kwwesyy4</a>
Ali Alaoui Arts Et Developpement	06 35 15 09 45 - <a href="mailto:moultagasalam@yahoo.fr">moultagasalam@yahoo.fr</a>
Eclats, Choeur D'enfants Et De Jeunes François Terrieux	06 01 48 44 08 - <a href="mailto:francois.terrieux@choeureclats.fr">francois.terrieux@choeureclats.fr</a>
Centre culturel de quartier Soupetard	05 31 22 99 70 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesyy4">https://tinyurl.com/4kwwesyy4</a>



# Enfant

Pour qui ?	Quand ?
------------	---------

## CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE

CLARINETTE DÉBUTANT	8 – 12 ans	Lundi 16h45-18h15
CLARINETTE 4 ANS DE PRATIQUE	8 – 12 ans	Lundi 17h15-18h50
CLARINETTE 4 ANS DE PRATIQUE	Dès 11 ans	Lundi 19h-20h45
EUPHONIUM DÉBUTANT	8 – 12 ans	Lundi 16h45-18h15
EUPHONIUM 4 ANS DE PRATIQUE	8 – 12 ans	Lundi 17h15-18h50
EUPHONIUM 4 ANS DE PRATIQUE	Dès 11 ans	Lundi 19h-20h45
FLÔTE DÉBUTANT	8 – 12 ans	Lundi 16h45-18h15
FLÔTE 4 ANS DE PRATIQUE	8 – 12 ans	Lundi 17h15-18h50
FLÔTE 4 ANS DE PRATIQUE	Dès 11 ans	Lundi 19h-20h45
TROMBONE DÉBUTANT	8 – 12 ans	Lundi 16h45-18h15
TROMBONE 4 ANS DE PRATIQUE	8 – 12 ans	Lundi 17h15-18h50
TROMBONE 4 ANS DE PRATIQUE	Dès 11 ans	Lundi 19h-20h45
ORCHESTRE DE MUSIQUES ACTUELLES	Dès 10 ans	Mardi : 17h – 19h
	Dès 10 ans	Mercredi : 14h – 17h
ORCHESTRE DÉBUTANT	8 – 12 ans	Lundi 16h45-18h15
ORCHESTRE 4 ANS DE PRATIQUE	8 – 12 ans	Lundi 17h15-18h50
ORCHESTRE 4 ANS DE PRATIQUE	Dès 11 ans	Lundi 19h-20h45
GUITARE	8 – 13 ans	Mercredi : 14h – 15h
	8 – 13 ans	Mercredi : 15h – 16h
	13 – 18 ans	Mercredi : 16h – 17h

## CENTRE CULTUREL DE QUARTIER BORDEBLANCHE

CHORALE	4 – 11 ans	Mercredi : 13h30 – 16h30
---------	------------	--------------------------

# Musique

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?

Renseignements et inscriptions

Play Music – Conservatoire - Rayonnement  
Régional

05.61.22.34.43 - [crr@mairie-toulouse.fr](mailto:crr@mairie-toulouse.fr)

Centre culturel Alban-Minville

05 67 73 87 60 - <https://tinyurl.com/4kwwey4>

Éclats Chœurs D'enfant et De Jeunes

06 01 48 44 08 - [laure.machadobriand@gmail.com](mailto:laure.machadobriand@gmail.com)



# Enfant

Pour qui ?	Quand ?
------------	---------

## CENTRE CULTUREL SAINT-SIMON

<b>BATTERIE</b>	Dès 6 ans	Jeudi : cours individuels 30 min
<b>CHANT INDIVIDUEL</b>	Dès 6 ans	Mardi : cours individuels 30 min
<b>CHORALE</b>	6 – 12 ans	Mardi : 18h – 19h
<b>DJEMBÉ</b>	Dès 6 ans	Lundi : 18h30 – 19h
<b>ÉVEIL MUSICAL</b>	4 – 5 ans	Mardi 16h30-17h Mercredi et vendredi : 17h – 17h30
<b>GUITARE</b>	Dès 7 ans	Mardi & mercredi : cours individuels 30 min
<b>PIANO</b>	Dès 6 ans	Lundi > vendredi: cours individuels 30 min
<b>SOLFÈGE</b>	Dès 6 ans	Mercredi 3 cours de 45 min. de niveaux différents : 17h30 – 19h45
<b>TROMPETTE</b>	Dès 6 ans	Lundi au vendredi : cours individuels 30 min

## CENTRE CULTUREL DE QUARTIER RENAN

<b>GUITARE</b>	6 – 11 ans	Mardi : 17h – 18h
	12 – 17 ans	Mardi : 18h – 19h

## MAISON DE QUARTIER DE L'HERS

<b>BATTERIE DÉBUTANT</b>	6 – 17 ans	Mercredi : 14h – 15h
	6 – 17 ans	Mercredi : 15h – 16h
<b>BATTERIE INTERMÉDIAIRE</b>	6 – 17 ans	Mercredi : 16h – 17h
<b>BATTERIE CONFIRMÉ</b>	6 – 17 ans	Mercredi : 17h – 18h

# Musique

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?

Renseignements et inscriptions

Association Canto Laouzetto

[assocanto@gmail.com](mailto:assocanto@gmail.com)

Centre culturel de quartier Renan

06 34 24 58 06 - <https://tinyurl.com/4kwwesy4>

Centre culturel de quartier Soupetard

05 31 22 99 70 - <https://tinyurl.com/4kwwesy4>



# Adulte

## Quand ?

### CENTRE CULTUREL THÉÂTRE DES MAZADES

<b>ATELIER VOCAL</b>	Mercredi : 18h30 – 20h
<b>BASSE</b>	Lundi : 17h – 18h
	Lundi : 18h – 19h
	Lundi : 19h – 20h
	Mardi : 18h – 19h
	Mardi : 19h – 20h
	Mardi : 20h – 21h
<b>BATTERIE</b>	Mardi : 19h – 20h
	Mardi : 20h – 21h
	Mardi : 21h – 22h
<b>CHANT POLYPHONIQUE OSEZ LE BAROQUE</b>	Lundi : 18h30 – 20h
<b>GUITARE</b>	Jeudi : 17h – 18h
	Jeudi : 18h – 19h
	Jeudi : 19h – 20h
	Mercredi : 16h – 17h
	Mercredi : 17h – 18h
	Mercredi : 18h – 19h
<b>PIANO</b>	Jeudi : 16h – 17h
	Jeudi : 19h – 20h
	Jeudi : 20h – 21h
	Mercredi : 19h – 20h
<b>RÉVEIL EN CHANSONS ET CHANTS DU MONDE</b>	Mardi : 10h – 11h15
<b>ATELIERS RÉZI : RESEAU DE DYNAMISATION PAR LA MUSIQUE</b>	Lundi : 9h – 12h30
	Lundi : 14h – 17h

### MAISON DE QUARTIER CROIX DAURADE

<b>CHORALE</b>	Lundi : de 20h45 – 22h45
<b>GUITARE ET CHANT</b>	Samedi : 14h – 17h

# Musique

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Centre culturel Théâtre des Mazades	05 31 22 98 00 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwey4">https://tinyurl.com/4kwwey4</a>
Association Canzonetta	05 61 22 10 78 - <a href="mailto:assocanzonetta@gmail.com">assocanzonetta@gmail.com</a>
Centre culturel Théâtre des Mazades	05 31 22 98 00 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwey4">https://tinyurl.com/4kwwey4</a>
Association Canzonetta	05 61 22 10 78 - <a href="mailto:assocanzonetta@gmail.com">assocanzonetta@gmail.com</a>
Association Fractal	06 81 39 19 54 - <a href="mailto:isabellecirla@gmail.com">isabellecirla@gmail.com</a>
Association Chorale La Bosca	06 27 92 48 02 - <a href="mailto:contact@labosca.com">contact@labosca.com</a>
Association Kraken	06 98 50 36 75 - <a href="mailto:contact@krakenmusique.com">contact@krakenmusique.com</a>



# Adulte

## Quand ?

### CENTRE CULTUREL DE QUARTIER LA BRIQUE ROUGE

<b>CHORALE GOSPEL</b>	Lundi : 19h30 – 21h30
-----------------------	-----------------------

### CENTRE CULTUREL BELLEGARDE

<b>CHANT</b>	Lundi : 10h15 – 11h30
<b>CHANT IMPROVISÉ</b>	3 samedis par an
<b>CHORALE ONLY VOICES</b>	Mercredi : 18h45 – 21h
<b>CRÉATION SONORE (DÈS 16 ANS)</b>	Jeudi : 17h30 – 20h30
<b>GUIWARE (DÈS 16 ANS)</b>	Mardi : 13h30 – 14h30
	Mardi : 14h30 – 15h30
	Mardi : 15h30 – 16h30
	Mardi : 16h30 – 17h30
<b>PRODUCTION AUDIO NUMÉRIQUE, MAO, PODCAST</b>	Mercredi : 17h–20h
	Samedi : 10h–17h

### CENTRE CULTUREL BONNEFOY

<b>CHORALE</b>	Mercredi : 20h30–22h30
<b>GUIWARE (DÈS 15 ANS)</b>	Lundi : 20h – 21h
	Lundi : 21h – 22h
<b>PIANO CONFIRMÉ (DÈS 16 ANS)</b>	Mardi : 18h45 – 19h45
	Jeudi : 18h45 – 19h45

# Musique

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
The Soul Gossellers	07 67 72 46 29 - <a href="mailto:soulshinevoicesgospel@gmail.com">soulshinevoicesgospel@gmail.com</a>
Rachel Stéfani - Centre culturel Bellegarde	05 62 27 44 88 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Association Zique et plume	06 63 66 76 43 - <a href="mailto:ziqueplume@gmail.com">ziqueplume@gmail.com</a>
Shake Art 31	06 63 74 26 28 - <a href="mailto:shakeart31@yahoo.fr">shakeart31@yahoo.fr</a>
Alice Baylac - Centre culturel Bellegarde	05 62 27 44 88 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Joaquin Riano - Centre culturel Bellegarde	
Aime Comme Musique	06 07 23 77 53 - <a href="mailto:onezen@wanadoo.fr">onezen@wanadoo.fr</a>
A Croche Voix	NC - <a href="mailto:acrochevoix@gmail.com">acrochevoix@gmail.com</a>
Centre culturel Bonnefoy	05 67 73 83 60 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>



# Adulte

## Quand ?

### CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS

ACCORDÉON DÉBUTANT	Mercredi : 14h30 – 15h30
BATTERIE DÉBUTANT – INTERMÉDIAIRE	Mardi : 18h – 19h
BATTERIE CONFIRMÉ	Lundi : 18h – 19h
	Mercredi : 18h – 19h
CHORALE	Lundi : 12h – 14h
DÉCOUVERTE ET CRÉATION MUSICALE	Jeudi : 20h – 22h

### MAISON DE QUARTIER LALANDE

CHORALE GOSPEL	Mardi : 19h30 – 22h30
PIANO	Lundi : 12h30 – 17h
	Mardi : 14h – 16h

### MAISON DE QUARTIER LA VACHE

CHORALE : FUSION CHANT ARABE, GOSPEL, SÉPHARADE, AFRICAÏN	Mardi : 13h15 – 14h45
HANDPAN	Lundi : 17h – 18h
TECHNIQUE VOCALE	Jeudi : 12h30 – 14h

### MAISON DE QUARTIER AMOUROUX

CHORALE	Lundi : lundi 20h – 22h
---------	-------------------------

### MAISON DE QUARTIER DE L'HERS

CHORALE	Mardi : 20h30 – 22h30
CHORALE	Mercredi : 20h30 – 22h30
RÉPÉTITION CHORALE	Lundi : 18h30 – 22h30

# Musique

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Centre culturel Henri-Desbals	05 36 25 25 73 - <a href="https://tinyurl.com/4kwweesy4">https://tinyurl.com/4kwweesy4</a>
La Bande Originale	06-22-73-26-35 - <a href="mailto:chorale.cosat@gmail.com">chorale.cosat@gmail.com</a>
Retser31 (Réseau Toulousain En Soutien Aux Exilés Et Réfugiés)	- <a href="mailto:retser31@gmail.com">retser31@gmail.com</a>
Choeur Gospel Moody Blue	06 10 95 10 01 - <a href="mailto:gerard.munoz1@free.fr">gerard.munoz1@free.fr</a>
Jazz Vivant	06 89 34 03 46 - <a href="mailto:philip.lejeune@yahoo.fr">philip.lejeune@yahoo.fr</a>
Ali Alaoui Arts Et Developpement	06 35 15 09 45 - <a href="mailto:moultaqasalam@yahoo.fr">moultaqasalam@yahoo.fr</a>
Association Le Cabri Sahi Toufik	06 89 82 67 05 - <a href="mailto:direction.lecabri@laposte.net">direction.lecabri@laposte.net</a>
Association Melopée Yafa Lugassy	06 27 81 87 88 - <a href="mailto:yafa-lugassy@hotmail.com">yafa-lugassy@hotmail.com</a>
Association À Contre Temps Guy Zanesi	06 08 57 51 76 - <a href="mailto:Guy.zanesi@gmail.com">Guy.zanesi@gmail.com</a>



# Adulte

## Quand ?

### CENTRE CULTUREL DE QUARTIER SOUPETARD

ACCORDÉON	Mercredi : 17h30 – 18h30
	Mercredi : 18h30 – 19h30
CHORALE SENIORS	Lundi : lundi 14h–17h
GITARE DÉBUTANT	Mardi : 16h – 17h
GITARE CONFIRMÉ	Mardi : 20h – 21h
	Mardi : 21h – 22h
PIANO DÉBUTANT	Mercredi : 13h – 14h
	Vendredi : 16h – 17h
	Vendredi : 17h – 18h
PIANO INTERMÉDIAIRE	Vendredi : 18h – 19h
	Vendredi : 13h – 14h
PIANO CONFIRMÉ	Vendredi : 15h – 16h

### CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN

CASTAGNETTES	Jeudi : 11h – 12h
CHANT & LOOPSTATION	1 mardi par mois : 18h30–21h
CORPS ET VOIX	Lundi : 10h30 – 12h
SOLFÈGE	Mercredi : 11h – 12h
	Jeudi : 10h – 11h
UKULÉLÉ	Lundi : 10h – 11h
	Lundi : 11h – 12h
	Mercredi : 10h – 11h

# Musique

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Centre culturel de quartier Soupetard	05 31 22 99 70 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Association La Joie De Vivre François Audran	06 64 76 35 26 - <a href="mailto:francois.mylene@wanadoo.fr">francois.mylene@wanadoo.fr</a>
Centre culturel de quartier Soupetard	05 31 22 99 70 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Centre culturel Saint-Cyprien	05 61 22 27 77 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Cricao	06 87 28 96 00 - <a href="mailto:cricao@cricao.org">cricao@cricao.org</a>
Centre culturel Saint-Cyprien	05 61 22 27 77 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>
Centre culturel Saint-Cyprien	05 61 22 27 77 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwesy4">https://tinyurl.com/4kwwesy4</a>



# Adulte

## Quand ?

### CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE

ENSEMBLE MUSICAL, PRATIQUE ORCHESTRALE COLLECTIVE (DÈS 15 ANS)	Mercredi : 18h30 – 20h30
GUIRE	Mercredi : 17h – 18h
ATELIER SLAM ET ÉLOQUENCE, ÉCRIRE LE MONDE (DÈS 15 ANS)	Jeudi : 18h – 19h30

### CENTRE CULTUREL DE QUARTIER BORDEBLANCHE

CHANT / THÉÂTRE OPÉRETTE	Vendredi : 20h30 – 22h30
CHANT POLYPHONIQUE DES PYRÉNÉES ET D'AILLEURS	Jeudi : 18h30 – 20h
PIANO / GUITARE / CHANT	Du mardi au vendredi (voir avec l'association)

### MAISON DE QUARTIER DES ARÈNES ROMAINES

CHORALE	Mercredi : 20h30 – 22h30
---------	--------------------------

### CENTRE CULTUREL DE QUARTIER SAINT-SIMON

BATTERIE	Jeudi : cours individuels 30 min
CHANT INDIVIDUEL	Mardi : cours individuels 30 min
DJEMBÉ	Lundi : 18h30 – 19h
ÉVEIL MUSICAL	Mardi 16h30-17h Mercredi et vendredi : 17h – 17h30
GUITARE	Mardi & mercredi : cours individuels 30 min
PIANO	Lundi > vendredi : cours individuels 30 min
SOLFÈGE	Mercredi 3 cours de 45 min. de niveaux différents : 17h30 – 19h45
TROMPETTE	Lundi au vendredi : cours individuels 30 min

# Musique

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Centre culturel Alban-Minville	10 67 73 87 60 - <a href="https://tinyurl.com/4kwwey4">https://tinyurl.com/4kwwey4</a>
Le Rideau Rouge	06 37 38 61 01 - <a href="mailto:lerideaurouge31@orange.fr">lerideaurouge31@orange.fr</a>
Les Belles Fanes	06 11 70 53 63 - <a href="mailto:mathilde.lalle@gmail.com">mathilde.lalle@gmail.com</a>
Crescendo	06 58 51 35 53 - <a href="mailto:assoc-crescendo-pradettes@yahoo.fr">assoc-crescendo-pradettes@yahoo.fr</a>
Choeur Battant	06 33 98 20 46 - <a href="mailto:francoisedabkowski@gmail.com">francoisedabkowski@gmail.com</a>
Association Canto Laouzetto	<a href="mailto:assocanto@gmail.com">assocanto@gmail.com</a>



# Théâtre





# Index

CENTRE CULTUREL BELLEGARDE .....	128-129, 130-131
CENTRE CULTUREL BONNEFOY .....	128-129, 130-131
CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE .....	128-129
MAISON DE QUARTIER LALANDE .....	132-133
MAISON DE QUARTIER AMOUROUX .....	132-133
CENTRE CULTUREL DE QUARTIER SOUPETARD .....	128-129, 132-133
CENTRE CULTUREL THÉÂTRE DES MAZADES .....	128-129, 130-131
SALLE 2M .....	130-131
CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN .....	132-133
CENTRE CULTUREL DE QUARTIER SAINT-SIMON .....	128-129, 134-135
MAISON DE QUARTIER CROIX DAURADE .....	130-131
CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS .....	128-129, 132-133
MAISON DE QUARTIER ARÈNES ROMAINES .....	134-135
MAISON DE QUARTIER LA VACHE .....	132-133

# Enfant

Pour qui ?

Quand ?

## CENTRE CULTUREL THÉÂTRE DES MAZADES

ÉVEIL THÉÂTRE	6 – 8 ans	Mercredi 13h30 – 14h30
THÉÂTRE	8 – 11 ans	Mercredi 14h30 – 16h
THÉÂTRE	12 – 15 ans	Mercredi 16h – 17h30

## CENTRE CULTUREL BELLEGARDE

THÉÂTRE- ATELIER DE CLOWN	4-6 ans	2 samedis par mois : 9h15-10h15
	6-11 ans	2 samedis par mois : 10h30-11h45
THÉÂTRE	6 - 8 ans	Mercredi : 14h-15h30
	9 - 11 ans	Mercredi : 15h30-17h
	12 - 13 ans	Mercredi : 17h-18h30
THÉÂTRE IMPROVISATION	13-16 ans	Mercredi : 16h30-18h

## CENTRE CULTUREL BONNEFOY

THÉÂTRE	10 - 12 ans	Mercredi : 14h – 15h30
	8 – 10 ans	Mercredi : 15h45-17h15 & 17h30-19h
THÉÂTRE ADOS	13 – 16 ans	Vendredi : 18h – 20h

## CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS

EXPRESSION ORALE – PRISE DE PAROLE	12 – 20 ans	Lundi : 18h30 – 20h
EXPRESSION THÉÂTRALE	6 - 17 ans	Mercredi : 16h – 18h
IMPROVISATION	11 – 14 ans	Mardi : 18h - 19h30

## CENTRE CULTUREL DE QUARTIER SOUPETARD

THÉÂTRE	13 – 18 ans	Mercredi : 17h – 18h30
	Dès 7 ans	Mardi : 17h - 18h30

## CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE

THÉÂTRE- DANSE & CINÉMA	12 - 18 ans	Samedi 14h-18h le 2 <sup>ème</sup> samedi de chaque mois
-------------------------	-------------	---

## CENTRE CULTUREL DE QUARTIER SAINT-SIMON

THÉÂTRE		Du mardi au jeudi : 16h30 – 19h30
---------	--	-----------------------------------

# Théâtre

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Claude Sanchez - Ailleurs et ici	06 79 81 97 86 - <a href="mailto:claudesanchezclement@gmail.com">claudesanchezclement@gmail.com</a>
Association Eclair de lune	06 25 58 37 52 / 06 26 47 38 30 <a href="mailto:eclairdelune@yahoo.com">eclairdelune@yahoo.com</a>
Contrescarpe	06 24 69 61 73 - <a href="mailto:con3scarpe@gmail.com">con3scarpe@gmail.com</a>
Cie Tes Mots Sur Mes Planches	06 45 79 46 74 - <a href="mailto:contact@heleneharmat.com">contact@heleneharmat.com</a>
Cie Tes Mots Sur Mes Planches	06 64 37 92 36 - <a href="mailto:tes.mots.sur.mes.planches@gmail.com">tes.mots.sur.mes.planches@gmail.com</a>
D'ici et d'ailleurs	06 72 56 00 38 - <a href="mailto:dicietdailleurs31@gmail.com">dicietdailleurs31@gmail.com</a>
La Compagnie Jeux de Mêmes	06 70 34 35 27 - <a href="mailto:lacompagnie.asso@free.fr">lacompagnie.asso@free.fr</a>
Les Amis de la Bulle Carrée	06 75 40 02 20 - <a href="mailto:bullecarree@gmail.com">bullecarree@gmail.com</a>
Compagnie Molisetti Isabelle Molina	06 46 30 40 71 - <a href="mailto:ciemolisetti@yahoo.fr">ciemolisetti@yahoo.fr</a>
Cies Celui qui dit qui est & Hyper mature	06 28 98 75 10 - 06 77 34 37 28 <a href="mailto:legoutdufauxlefilm@gmail.com">legoutdufauxlefilm@gmail.com</a>
Association La cie du petit matin	06 58 14 08 28 - <a href="http://Compagnie-du-petit-matin.fr">Compagnie-du-petit-matin.fr</a> <a href="mailto:laciedupetitmatin@gmail.com">laciedupetitmatin@gmail.com</a>



# Adulte

## Quand ?

### CENTRE CULTUREL THÉÂTRE DES MAZADES

CABARET GARONNE	Mercredi : 20h15 - 22h15
DYNAMISATION PAR LE THÉÂTRE	Mardi : 9h - 13h
IMPROVISATION	Mercredi : 20h - 22h
THÉÂTRE	Lundi : 18h30 - 20h30
THÉÂTRE	Vendredi : 14h - 17h

### SALLE 2M

IMPROVISATION	Lundi : 20h30 - 22h30
---------------	-----------------------

### MAISON DE QUARTIER CROIX DAURADE

RÉPÉTITIONS THÉÂTRALES	Mardi : 19h30 - 22h30
	Jedi : 19h30 - 22h30
THÉÂTRE	Mercredi : 18h30 - 20h30
THÉÂTRE SENIORS	Mardi : 14h30 - 16h30

### CENTRE CULTUREL BELLEGARDE

THÉÂTRE	Mercredi : 18h45 - 20h45
---------	--------------------------

### CENTRE CULTUREL BONNEFOY

ART ORATOIRE (DÈS 15 ANS)	Vendredi : 20h - 21h30
ART ORATOIRE - PRÉPARATION AUX ORAUX	Jedi : 17h30 - 19h
THÉÂTRE	Samedi : 14h30 - 17h
THÉÂTRE	1 samedi par mois : 9h - 11h45
THÉÂTRE - DÉBUTANT	Mercredi : 19h15 - 21h15
THÉÂTRE - INTERMÉDIAIRE	Lundi : 19h - 21h30
THÉÂTRE - AVANCÉ	Jedi : 19h - 21h30
THÉÂTRE ET ÉCRITURE	Samedi : 12h - 14h

# Théâtre

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
Association NICK BOTTOM	06 74 87 30 90 - <a href="mailto:atelier@cabaretgaronne.fr">atelier@cabaretgaronne.fr</a>
Association Théâtre de la Passerelle	06 85 16 28 63 - <a href="mailto:theapass@orange.fr">theapass@orange.fr</a>
Black Stories Impro	05 34 66 86 76 - <a href="mailto:blackstoriesimpro@gmail.com">blackstoriesimpro@gmail.com</a>
Ailleurs et ici	06 79 81 97 86 - <a href="mailto:claudsanchezclement@gmail.com">claudsanchezclement@gmail.com</a>
Association Reflet 31	06 82 25 42 17 - <a href="mailto:reflet31@wanadoo.fr">reflet31@wanadoo.fr</a>
Association le songe de la chimère	06 82 27 29 86 - <a href="mailto:Lesongedelachimere@gmail.com">Lesongedelachimere@gmail.com</a>
Association théâtre toulousain pop'hilare	06 03 46 49 16 - <a href="mailto:Philippe.mertlane@hotmail.fr">Philippe.mertlane@hotmail.fr</a>
Association animabord	06 88 54 32 86 - <a href="mailto:fscherrer@hotmail.fr">fscherrer@hotmail.fr</a>
Mjc croix daurade	05 61 48 64 03 - <a href="mailto:Contact@mjc Croixdaurade.fr">Contact@mjc Croixdaurade.fr</a>
Cie tes mots sur mes planches	06 45 79 46 74 - <a href="mailto:contact@heleneharmat.com">contact@heleneharmat.com</a>
Comédie Plus	06 43 88 73 75 - <a href="mailto:association.comedieplus@gmail.com">association.comedieplus@gmail.com</a>
ENTRE	NC - <a href="mailto:asso.entre@gmail.com">asso.entre@gmail.com</a>
Cie Tes Mots Sur Mes Planches	06 64 37 92 36 - <a href="mailto:atelierstheatrebonnefoy@gmail.com">atelierstheatrebonnefoy@gmail.com</a>
Art en actes	06 84 01 08 80 - 06 74 12 85 01 - <a href="mailto:contact@arts-en-acte.com">contact@arts-en-acte.com</a>



# Adulte

## Quand ?

### CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS

THÉÂTRE	Samedi : 14h30 – 17h
THÉÂTRE JEUNES ADULTES	Vendredi : 9h – 13h30
	Mercredi : 19h – 22h

### MAISON DE QUARTIER LALANDE

THÉÂTRE	Dimanche : 14h – 18h
	Mardi : 20h – 23h
	Jeudi : 19h – 23h
	Jeudi : 20h – 23h
	Dimanche : 19h – 22h selon calendrier

### MAISON DE QUARTIER LA VACHE

MATCH IMPRO	Lundi : 20h30 – 23h
-------------	---------------------

### CENTRE CULTUREL DE QUARTIER SOUPETARD

THÉÂTRE	Mercredi : 19h – 21h
THÉÂTRE ADO & ADULTE	Un dimanche par mois : 10h – 17h

### MAISON DE QUARTIER AMOUROUX

THÉÂTRE	Mardi : 19h30 – 22h30
	Mercredi : 19h30 – 22h30
THÉÂTRE (CRÉATION DE PIÈCE)	Jeudi : 19h30 – 22h

### CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN

EXPRESSION ORALE	Mercredi : 19h50 – 21h50
THÉÂTRE CLOWN	Jeudi : 19h – 21h50
THÉÂTRE DÉBUTANT	Mardi : 14h – 16h

# Théâtre

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
VAGA L'AME	07 76 75 44 09 - <a href="mailto:fatyfatoufat@yahoo.fr">fatyfatoufat@yahoo.fr</a>
Compagnie Nelson Dumont	06 08 17 92 60 - <a href="mailto:nelson.dumont@cegetel.net">nelson.dumont@cegetel.net</a>
A fleur de mots	06 40 73 63 09 - <a href="mailto:evelynecocault@gmail.com">evelynecocault@gmail.com</a>
Cour et jardin	06 70 89 02 17 - <a href="mailto:bettymalice55@gmail.com">bettymalice55@gmail.com</a>
Flou artistique	06 89 32 16 26 - <a href="mailto:flouartistique@live.fr">flouartistique@live.fr</a>
La r'éplique	06 85 59 29 03 - <a href="mailto:lanterne13@gmail.com">lanterne13@gmail.com</a>
La brique	06 07 50 56 64 - <a href="mailto:labriquedetoulouse@gmail.com">labriquedetoulouse@gmail.com</a>
Compagnie molisetti isabelle molina	06 46 30 40 71 - <a href="mailto:ciemolisetti@yahoo.fr">ciemolisetti@yahoo.fr</a>
Association Zorro et compagnies Marisa Mirenda	06 62 47 31 33 - <a href="mailto:zorro.compagnies@gmail.com">zorro.compagnies@gmail.com</a>
Association théâtre crécelle M. Charon	06 80 03 35 79 - <a href="mailto:Ph06charron@gmail.com">Ph06charron@gmail.com</a>
Comedie plus	06 43 88 73 75 - <a href="mailto:association.comedieplus@gmail.com">association.comedieplus@gmail.com</a>
À la ciboulette	06 98 35 17 72 / <a href="mailto:clownciboulette@gmail.com">clownciboulette@gmail.com</a>
Oui bizarre	06 60 46 45 80 - <a href="mailto:oui.bizarre@gmail.com">oui.bizarre@gmail.com</a>



# Adulte

Quand ?

MAISON DE QUARTIER DES ARÈNES ROMAINES

IMPROVISATION

Vendredi : 18h – 22h30

CENTRE CULTUREL DE QUARTIER SAINT-SIMON

THÉÂTRE

Du lundi au mercredi : 18h – 20h

Lundi : 20h – 22h30

# Théâtre

**ROUGE** : activité proposée par une association  
**VERT** : activité proposée par la Mairie de Toulouse

Avec qui ?

Renseignements et inscriptions

Théâtre Crecelle

06 80 03 35 79 - [Ph06charron@gmail.com](mailto:Ph06charron@gmail.com)

Association la cie du petit matin

06 58 14 08 28 - [Compagnie-du-petit-matin.fr](http://Compagnie-du-petit-matin.fr)  
[laciedupetitmatin@gmail.com](mailto:laciedupetitmatin@gmail.com)



# Tarifs

## Activités municipales

### 2022-2023

Un atelier comprend environ 30 séances par saison, la durée peut varier entre 1h et 3h selon la discipline (arts plastiques, danse, musique, gymnastique, arts du cirque, théâtre, arts de l'image...), le public (enfants, adultes, seniors...) ou encore le niveau de la pratique..

*Une participation de 15 € par an pourra vous être facturée pour les fournitures des ateliers d'arts plastiques et d'arts visuels.*

## Tarifs ateliers artistiques, culturels (danse, musique, arts du cirque, arts visuels, arts plastiques), sportifs et de cirque

FORMAT DES ATELIERS		-25 ans	25 > 65 ans	Carte senior	Situation de handicap ou minima sociaux	Non Toulousains
Ateliers d'1 h > 1h30	Semestre	60€	75€	39.75€	37.50€	112.50€
	Année	100€	125€	66€	62.50€	187.50
Ateliers d'1h30 > 2h30 Ou à 2 intervenants	Semestre	82.50€	97.50€	52.50€	48.75€	146.25€
	Année	140€	165€	86€	82.50€	247.50
Ateliers 2 séances hebdomadaires	Semestre	82.50€	97.50€	52.50€	48.75€	146.25€
	Année	140€	165€	86€	82.50€	247.50

## Tarifs spécifiques

- Pour les ateliers artistiques d'une durée de plus de 2h30, deux tarifs s'appliquent : le tarif normal (105 € par semestre ou 175 € par an) et le tarif moins de 25 ans (90 € par semestre ou 150 € par an).
- Pour les activités d'entretien physique (à la Maison de quartier Lalande et au Centre culturel de quartier Soupetaud), deux tarifs s'appliquent : le tarif normal (40 € par semestre) et le tarif moins de 25 ans (35 € par semestre).

## Nouveau : inscrivez-vous depuis chez vous !

Les pré-inscriptions sont possibles à partir du 29/08/2022

Pour cela, vous avez la possibilité d'utiliser le téléservice mis à votre disposition sur [montoulouse.fr](http://montoulouse.fr) (aucune pré-inscription ne sera réalisée par mail).

Important : pour finaliser votre inscription, dès la pré-inscription validée par nos services et la confirmation par mail de la mise à disposition de votre facture, le paiement devra être réalisé dans les 48h, sinon la place sera réattribuée.

En cas de difficultés, un accompagnement est possible :

- en prenant rendez-vous directement à partir du téléservice
- en téléphonant à l'un des agents d'accueil dans les Centres culturels (coordonnées téléphoniques page suivante)
- en écrivant à l'adresse suivante : [inscriptionsDASC@mairie-toulouse.fr](mailto:inscriptionsDASC@mairie-toulouse.fr)

*Pour Le Lido (centre municipal des arts du cirque), s'adresser directement à l'accueil de l'école (05 36 25 22 20).*

## Préparez votre préinscription (possible dès juillet 2022)

### 1. Créez votre DUI

Si vous vous inscrivez pour la première fois, vous pouvez créer votre Dossier Unique Interactif (DUI) via le lien suivant : [Dossier Unique Interactif](#)

*À noter : Les personnes ayant déjà participé à des activités les saisons précédentes, ou dont les enfants sont scolarisés à Toulouse possèdent déjà un DUI. Le numéro DUI est mentionné sur toutes les factures de votre famille.*

### 2. Compte MonToulouse associé au DUI

Afin de pouvoir régler les factures en ligne et effectuer votre démarche de préinscription sur le téléservice, votre «espace Famille» doit être activé (consultez le tutoriel).

## Modalités d'annulation

Les conditions de remboursement et d'annulation d'inscription sont détaillées dans le recueil des tarifs.

Si vous changez d'avis après les 3 premières séances du cycle (année ou semestre), vous pouvez faire une demande d'annulation d'inscription écrite sur le lieu d'inscription, par mail ou par courrier, 7 jours calendaires maximum après la 3<sup>e</sup> séance.

*À noter : Un justificatif pourra vous être demandé, à tout moment de la saison pour vérifier la bonne application d'un tarif réduit.*

*Toutes ces informations sont valables exclusivement pour les ateliers municipaux, pour les ateliers associatifs, référez-vous aux coordonnées des associations au fil des pages.*

## Calendrier

1<sup>er</sup> semestre du 26 septembre 2022 au 18 février 2023

2<sup>e</sup> semestre du 6 mars 2023 au 17 juin 2023

# Centres culturels

de Toulouse

# Les activités de mon quartier



## Centre culturel Alban-Minville

1, place Martin Luther King  
31100 Toulouse - 05 67 73 87 60

## Centre culturel Bellegarde

17, rue Bellegarde  
31000 Toulouse - 05 62 27 44 88

## Centre culturel Bonnefoy

4, rue du faubourg Bonnefoy  
31500 Toulouse - 05 67 73 83 60

## Centre culturel de quartier Renan

5, chemin d'audibert  
31200 Toulouse - 05 34 24 58 06

## Centre culturel Henri-Desbals

128, rue Henri-Desbals  
31100 Toulouse - 05 36 25 25 73

## Centre culturel Espace JOB

105, route de Blagnac  
31200 Toulouse - 05 31 22 98 72

## Centre culturel de quartier La Brique Rouge

9, rue Maria Mombiola  
31400 Toulouse

## Maison de quartier Lalande

239, avenue de Fronton  
31200 Toulouse - 05 36 25 28 23

## Centre culturel Théâtre des Mazades

10, avenue des Mazades  
31200 Toulouse - 05 31 22 98 00

## Centre culturel de quartier Bordeblanche

5, rue Yves Rouquette  
31100 Toulouse - 05 61 40 40 98

## Centre culturel de quartier Reynerie

1, place Conchita Grange Ramos  
31100 Toulouse - 05 31 22 99 21

## Centre culturel Saint-Cyprien

56, Allées Charles-de-Fitte  
31300 Toulouse - 05 61 22 27 77

## Centre culturel de quartier Saint-Simon

10, chemin de Liffard  
31100 Toulouse - 05 31 22 96 80

## Centre culturel de quartier Soupetard

63, chemin de Hérédia  
31500 Toulouse - 05 31 22 99 70

## Site Saint-Jean

2, rue Saint-jean  
31000 Toulouse

## Site Jules-Julien

2 bis avenue Jules-Julien  
Résidence Jean Moulin  
31400 Toulouse

## Maison de quartier Chamois

11 rue des Chamois  
31200 Toulouse - 05 61 57 99 28

## Maison de quartier Croix-Daurade

7 rue Francis-Lopez  
31200 Toulouse - 05 61 48 32 62

## Maison de quartier La Vache

7 rue Marguerite-Duras  
31200 Toulouse

## Maison de quartier Grand Selve

rue Flora-Tristan  
31200 Toulouse

## Salle 2 M

61 avenue Bourguès-Maunoury  
31200 Toulouse

## Gymnase des Acacias

20, rue de l'Obélisque  
31500 Toulouse - 05 62 16 61 05

## Le Lido

Centre des arts du Cirque  
14, rue Gaillac  
31500 Toulouse 05 36 25 22 20

## Maison de quartier de l'Hers

56, chemin du château de l'Hers  
31500 Toulouse - 05 62 16 61 05

## Maison de quartier Amoureux

70, chemin Michoun  
31500 Toulouse - 05 61 48 36 64

## Maison de quartier des Arènes romaines

107, avenue des Arènes Romaines  
31100 Toulouse - 05 61 16 67 42