



Danse - théâtre
musique - cirque
arts plastiques...

ENFANTS + ADULTES

Centres
culturels
de Toulouse

Les activités de mon quartier

Saison 2025-2026

MAJ. 4 SEPT. 2025



Aimer Vivre à Toulouse

MAIRIE DE  TOULOUSE

Présentation

Les Centres culturels 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 culturel sur metropole.toulouse.fr

Modalités d'inscription et tarifs en fin de brochure (p.130-131)

ARTS DE L'IMAGE.....	4
ARTS PLASTIQUES.....	10
CIRQUE.....	24
DANSE.....	30
FORME & BIEN-ÊTRE.....	56
JEUX DE SOCIÉTÉ.....	86
LANGUES ET ÉCRITURE.....	90
MUSIQUE.....	100
THÉÂTRE.....	118



Arts de l'image



Index

Dans l'index ci-dessous, la première colonne
des numéros de pages renvoie à l'offre enfant,
la deuxième colonne à l'offre adulte.

CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE	6-7, 8-9	
CENTRE CULTUREL BELLEGARDE	8-9	
CENTRE CULTUREL RENAN	6-7	
CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN	6-7, 8-9	

ROUGE : activité proposée par une association
VERT : activité proposée par la Mairie de Toulouse
 Tarifs hors fourniture et/ou matériel spécifique

	Pour qui ?	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE				
CINÉCRÉA LES JEUNES RÉALISATEURS	9 - 14 ans	Mercredi : 16h - 17h30	Centre culturel Alban-Minville	05 67 73 87 60 Accéder au téléservice
	12 - 17 ans	Mercredi : 18h - 19h30		
CENTRE CULTUREL RENAN				
CINÉMA D'ANIMATION - DÉCOUVERTE	9 - 14 ans	Mercredi : 13h30 - 15h	Centre culturel Renan	05 34 24 58 06 Accéder au téléservice
CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN				
ATELIER PHOTO ADOS - DÉCOUVERTE	12 - 17 ans	Mercredi : 14h - 16h	Centre culturel Saint-Cyprien	05 61 22 27 77 Accéder au téléservice

	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE			
ATELIER CINÉMA, ÉDUCATION À L'IMAGE ET AUX MEDIAS - DÉCOUVERTE (DÈS 16 ANS)	Atelier bimensuel	Centre culturel Alban-Minville	05 67 73 87 60 Accéder au téléservice
ATELIER DE CRÉATION PHOTOGRAPHIQUE	Jeudi : 19h30 - 22h30	Zorba Edition	06 26 76 82 91 - jlucaribaud@gmail.com
CENTRE CULTUREL BELLEGARDE			
FORMATION NUMÉRIQUE	Lundi : 9h30 - 12h	Fédération des Femmes pour l'Europe	06 78 86 19 22 - anne-marie.diez@ffpe-toulouse.org
	Mardi : 13h30 - 16h30		
	Vendredi : 9h - 12h	Combustible	07 44 41 38 92 - flavie.gauthier@combustible-numerique.fr
REALISATION AUDIOVISUELLE - SUNU CLAP (DÈS 15 ANS)	3 journées par mois : 9h - 18h	Cinélixir	07 60 57 69 74 - lenaig.fallmabon@gmail.com
CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN			
CRÉATION - LE COLLECTIF AU SERVICE DU PROJET PHOTO ⚠	1 jeudi sur 2 : 18h - 22h	Centre culturel Saint-Cyprien	05 61 22 27 77 Accéder au téléservice
CRÉATION - S'INITIER À L'ÉCRITURE PHOTOGRAPHIQUE ⚠	2 jeudis par mois : 18h - 22h		
IMAGE SENSIBLE - INITIATION ⚠	Jeudi : 12h30 - 17h30		
INITIATION À LA PHOTO ⚠	1 mardi sur 2 : 19h - 22h		
INSTANT PHOTO ⚠	Jeudi : 9h - 12h		
PRATIQUE COLLECTIVE EN LABO - DÉCOUVERTE (DÈS 16 ANS) ⚠	Lundi : 17h - 22h		
	Mercredi : 16h30 - 21h30		

Arts plastiques

Index

Dans l'index ci-dessous, la première colonne des numéros de pages renvoie à l'offre enfant, la deuxième colonne à l'offre adulte.

CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE	12-13, 16-17	
CENTRE CULTUREL BELLEGARDE	12-13, 16-17	
CENTRE CULTUREL BONNEFOY	12-13, 18-19	
CENTRE CULTUREL BORDEBLANCHE	18-19	
CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS	18-19	
CENTRE CULTUREL RENAN	14-15, 18-19	
CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN	14-15, 20-21	
CENTRE CULTUREL SAINT-SIMON	14-15, 20-21	
CENTRE CULTUREL SOUPETARD	14-15, 20-21	
CENTRE CULTUREL - THÉÂTRE DES MAZADES	14-15 20-21	
MAISON DE QUARTIER AMOUROUX	14-15, 22-23	
MAISON DE QUARTIER CROIX-DAURADE	22-23	
MAISON DE QUARTIER DE L'HERS	14-15, 22-23	
MAISON DE QUARTIER LA TERRASSE	22-23	
MAISON GISCARD	14-15, 20-21, 22-23	
SALLE 2M	22-23	

	Pour qui ?	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE				
ARTS PLASTIQUES - DÉBUTANT	6 - 9 ans	Mercredi : 14h - 15h30	Centre culturel Alban-Minville	05 67 73 87 60 Accéder au téléservice
	9 - 14 ans	Mercredi : 15h30 - 17h		
DESSIN, BD, MANGA & ILLUSTRATION - DÉCOUVERTE	9 - 12 ans	Jeudi : 16h30 - 18h		
ILLUSTRATION ET DÉCOUVERTE COMPOSITION GRAPHIQUE - DÉBUTANT	12 - 17 ans	Jeudi : 18h - 19h30		
LABO ARTISTIQUE - DÉCOUVERTE	9 - 14 ans	Jeudi : 17h30 - 19h		
TERRE & MODELAGE - DÉCOUVERTE	9 - 12 ans	Mercredi : 14h - 15h30		
	12 - 17 ans	Mercredi : 15h45 - 17h15		

CENTRE CULTUREL BELLEGARDE				
DÉCOUVERTE ET RÉALISATIONS PLASTIQUES - ACTIVITÉ PARENTS - ENFANTS - LYZ FRIEDRICH	6 - 12 ans	1 samedi sur 2 : 9h30 - 12h30	Centre culturel Bellegarde	05 62 27 44 88 Accéder au téléservice
ÉVEIL À LA CRÉATION	4 - 6 ans	Mercredi : 15h - 16h		
EXPÉRIMENTATIONS PLASTIQUES - INITIATION	6 - 9 ans	Mercredi : 13h30 - 15h		
EXPÉRIMENTATIONS PLASTIQUES - DÉBUTANT	9 - 12 ans	Mercredi : 16h15 - 17h45		
TECHNIQUES ET CRÉATIVITÉ - DÉCOUVERTE - LYZ FRIEDRICH	12 - 14 ans	Lundi : 17h15 - 19h15		

CENTRE CULTUREL BONNEFOY				
ATELIER CROCHET ADO	14 - 16 ans	Vendredi : 18h - 19h	Malha Partage	06 01 45 10 63 - malhapartage@gmail.com
BD MANGA - INITIATION	9 - 12 ans	Mardi : 17h - 18h30	Centre culturel Bonnefoy	05 67 73 83 60 Accéder au téléservice
DESSIN - ILLUSTRATION	5 - 9 ans	1 samedi par mois : 10h - 12h	L'oiseau lunaire	06 64 46 04 22 - loiseaulunaire@gmail.com
DESSIN PEINTURE - INITIATION	6 - 9 ans	Jeudi : 17h15 - 18h30	Centre culturel Bonnefoy	05 67 73 83 60 Accéder au téléservice
	9 - 12 ans	Jeudi : 18h30 - 19h45		
EXPRESSION PLASTIQUE - INITIATION	6 - 9 ans	Mercredi : 13h45 - 15h15		
EXPRESSION PLASTIQUE - ÉVEIL	4 - 6 ans	Mercredi : 15h15 - 16h45		
LABO ARTISTIQUE - INITIATION	6 - 12 ans	Mercredi : 17h - 18h30		

	Pour qui ?	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL RENAN				
ARTS PLASTIQUES - DÉCOUVERTE	6 - 9 ans	Mercredi : 15h - 16h	Centre culturel Renan	05 34 24 58 06 Accéder au téléservice
DESSIN BD MANGA - DÉCOUVERTE	9 - 14 ans	Mercredi : 16h - 17h		
DESSIN - DÉCOUVERTE	9 - 14 ans	Mercredi : 17h - 18h		
CENTRE CULTUREL SOUPETARD				
BD CRÉATION ⚠	9 - 14 ans	Mercredi : 17h - 18h30	Centre culturel Soupetard	05 31 22 99 70 Accéder au téléservice
DESSIN MANGA - DÉCOUVERTE ⚠	6 - 9 ans	Mardi : 17h30 - 19h		
DESSIN PEINTURE - CRÉATION ⚠	12 - 14 ans	Mercredi : 14h - 15h30		
DESSIN PEINTURE - INITIATION ⚠	6 - 9 ans	Mercredi : 15h30 - 17h		
ÉVEIL ARTS PLASTIQUES ⚠	4 - 6 ans	Mardi : 16h30 - 17h15		
LIVRE CRÉATIF ⚠	6 - 12 ans	Jeudi : 17h - 18h		
CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN				
ARTS PLASTIQUES - INITIATION	6 - 9 ans	Mercredi : 14h - 15h30	Centre culturel Saint-Cyprien	05 61 22 27 77 Accéder au téléservice
CENTRE CULTUREL – THÉÂTRE DES MAZADES				
DESSIN : ILLUSTRATION, BD, MANGA, GRAFF - DÉBUTANT ⚠	9 - 12 ans	Mardi : 17h30 - 19h	Centre culturel - Théâtre des Mazades	05 31 22 98 00 Accéder au téléservice
DESSIN PEINTURE - DÉBUTANT ⚠	6 - 9 ans	Jeudi : 17h30 - 19h		
ÉVEIL AUX FORMES ET AUX COULEURS POUR LES TOUT-PETITS - PARENTS - ENFANTS ⚠	0 - 3 ans	1 samedi sur 2 : 10h - 11h30		
MAISON DE QUARTIER AMOUROUX				
DESSIN	8 - 12 ans	Samedi : 10h30 - 12h	Atelier d'Evelyne	06 88 93 03 36 - marielouise8francis.sanchez@orange.fr
DESSIN - PEINTURE	8 - 16 ans	1 samedi par mois : 13h30 - 18h45		
MAISON DE QUARTIER DE L'HERS				
DESSIN - DÉBUTANT ⚠	6 - 9 ans	Mardi : 17h - 18h30	Maison de quartier de l'Hers	05 62 16 61 05 Accéder au téléservice
MAISON GISCARD				
SCULPTURE MODELAGE - INITIATION - CLAIRE MICHEL	9 - 12 ans	Mardi : 17h30 - 18h30	Centre culturel Bellegarde	05 62 27 44 88 Accéder au téléservice

	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE			
ARTS PLASTIQUES (POUR PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP)	Vendredi : 14h - 16h	APF France handicap Haute-Garonne	06 72 41 30 91 - marion.jeannot@apf.asso.fr
DÉCOUVERTE DE L'AQUARELLE - DÉBUTANT (DÈS 16 ANS) 	Mercredi : 17h - 19h	Centre culturel Alban-Minville	05 67 73 87 60 Accéder au téléservice
LIVRE CRÉATIF - DÉBUTANT (DÈS 16 ANS) 	Mardi : 18h - 20h		
PEINTURE DESSIN - DÉBUTANT (DÈS 16 ANS) 	Mardi : 10h - 12h		
	Jeudi : 14h - 16h		
RELIURE TRADITIONNELLE (DÈS 16 ANS) 	Mardi : 16h - 18h		
SCULPTURE ET EXPÉRIMENTATION (DÈS 16 ANS) 	Jeudi : 14h30 - 17h		
	Jeudi : 18h - 20h		
VITRAIL FUSING (DÈS 16 ANS) 	Mardi : 10h - 12h30		
	Mardi : 14h - 16h30		
	Mercredi : 10h - 12h30		
	Mercredi : 14h - 16h30		
	Mercredi : 18h15 - 20h45		
CENTRE CULTUREL BELLEGARDE			
AQUARELLE - L'EXPÉRIENCE DE LA FUSION	2 mardis par mois : 9h30 - 12h30	Asso B'Art Nomade	06 17 91 87 80 - sz.amandine31@gmail.com
	2 mardis par mois : 14h - 17h		
BRODERIE & TRICOT	Lundi : 14h - 18h45	Cercle Bellegarde	06 67 60 68 22 - cerclebellegarde@free.fr
COULEUR ET COMPOSITION - CHRISTOPHE MONTAGUT	Vendredi : 15h - 17h	Compositions et couleurs	06 49 57 46 15 ou 07 70 45 57 14 - compositionsetcouleurs@gmail.com
	Vendredi : 17h - 19h		
CROCHET	Lundi : 17h30 - 18h45	Cercle Bellegarde	06 67 60 68 22 - cerclebellegarde@free.fr
DE L'OBSERVATION A LA CRÉATION - DÉCOUVERTE MARTINE COSTE 	Mardi : 18h - 21h	Centre culturel Bellegarde	05 62 27 44 88 Accéder au téléservice
	Mercredi : 18h30 - 20h30		
	Jeudi : 18h30 - 20h30		
DU LIVRE D'ARTISTE AU LIVRE IMPRIMÉ 	1 samedi par mois : 9h - 13h		
PATCHWORK	Vendredi : 14h - 17h30	Cercle Bellegarde	06 67 60 68 22 - cerclebellegarde@free.fr
PEINTURE	Mardi : 13h45 - 17h45		
TECHNIQUES ET CRÉATIVITÉ - LYZ FRIEDRICH 	Lundi : 14h30 - 16h30	Centre culturel Bellegarde	05 62 27 44 88 Accéder au téléservice

	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL BONNEFOY			
AQUARELLE - DÉBUTANT (DÈS 16 ANS)	Lundi : 18h - 19h30	Kiko	06 64 99 22 12 - atelierkiko31@gmail.com
AQUARELLE - INTERMÉDIAIRE (DÈS 16 ANS)	Lundi : 19h30 - 21h		
ATELIER CROCHET	Mercredi : 19h - 20h	Malha Partage	06 01 45 10 63 - malhapartage@gmail.com
	Vendredi : 19h - 20h		
ATELIER ILLUSTRATION NARRATIVE	Mercredi : 9h30 - 11h30	L'oiseau lunaire	06 64 46 04 22 - loiseaulunaire@gmail.com
	Vendredi : 18h - 20h		
BANDE DESSINÉE ILLUSTRATION	Mardi : 18h45 - 20h45	La boîte à outils	lea.c.german@gmail.com
CALLIGRAPHIE ET PEINTURE CHINOISE	Jeudi : 20h - 22h	Papier de riz	06 31 49 87 17 - ozon86@free.fr
COUTURE	1 samedi par mois : 9h30 - 12h30	Kiko	06 64 99 22 12 - atelierkiko31@gmail.com
	1 samedi par mois : 13h30 - 16h30		
DESSIN D'OBSERVATION	1 samedi par mois : 10h30 - 12h30	Caroline Anseloni	carol.anseloni@gmail.com
LABO ARTISTIQUE	Mercredi : 18h30 - 20h30	Les Mirettes	janis@lesmirettes.fr
MODÈLE VIVANT	1 samedi par mois : 10h30 - 12h30	Caroline Anseloni	carol.anseloni@gmail.com
PEINTURE	Jeudi : 14h - 17h	Le sentier des couleurs	06 08 11 17 06 - cathysaintecatherine@yahoo.fr
	Vendredi : 10h - 13h ou 14h - 17h		
CENTRE CULTUREL BORDEBLANCHE			
ACTIVITÉS ARTISTIQUES	Vendredi : 17h30 - 21h30	Les talents cachés	06 58 51 35 53 - brigitte.gaillard51@free.fr
DESSIN	Mercredi et jeudi : créneaux à voir avec l'association	Crescendo	06 58 51 35 53 - assoc-crescendo-pradettes@yahoo.fr
CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS			
DESSIN - PEINTURE - INITIATION (DÈS 16 ANS)	Mardi : 14h - 16h	Centre culturel Henri-Desbals	05 36 25 25 73 Accéder au téléservice
	Mardi : 16h - 18h		
CENTRE CULTUREL RENAN			
DESSIN / PEINTURE - DÉCOUVERTE (DÈS 16 ANS)	Mercredi : 18h - 19h	Centre culturel Renan	05 34 24 58 06 Accéder au téléservice

	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN			
COUTURE - DÉCOUVERTE ⚠	2 lundis par mois : 14h - 17h	Centre culturel Saint-Cyprien	05 61 22 27 77 Accéder au téléservice
	2 jeudis par mois : 18h - 21h		
DESSIN PEINTURE - CRÉATION ⚠	Jeudi : 9h30 - 11h30		
	Lundi : 19h30 - 21h30		
EN MATIÈRE DE COULEUR - CRÉATION ⚠	Lundi : 14h30 - 16h30		
GRAVURE - CRÉATION ⚠	Mardi : 18h30 - 20h30		
MODELAGE - CRÉATION ⚠	Mercredi : 18h30 - 20h30		
CENTRE CULTUREL SAINT-SIMON			
DENTELLE AUX FUSEAUX	Mardi : 14h - 17h	La Dentelle De Jeanny	dentelledejeanny.stsimon@gmail.com
	Jeudi : 12h - 17h		
CENTRE CULTUREL SOUPETARD			
ATELIERS D'ORIGAMI (PLIAGE DU PAPIER)	2 mardis par mois : 19h30 - 22h	Mouvement français des plieurs de papier	06 41 93 75 66 - robert.loubet@wanadoo.fr
COURS DE COUTURE	1 samedi par mois : 9h30 - 16h30	Kiko	06 64 99 22 12 - atelierkiko31@gmail.com
DESSIN / PEINTURE ⚠	Mardi : 14h - 16h	Centre culturel Soupetard	05 31 22 99 70 Accéder au téléservice
	Mercredi : 18h30 - 20h30		
DESSIN ⚠	Jeudi : 18h - 20h		
CENTRE CULTUREL – THÉÂTRE DES MAZADES			
ATELIERS CRÉATIFS	Mardi : 12h30 - 13h45	Abc production	06 86 79 73 37 - celinearres.31@gmail.com
	Mercredi : 12h - 13h15		
DESSIN PEINTURE ⚠	Lundi : 16h - 18h	Centre culturel – Théâtre des Mazades	05 31 22 98 00 Accéder au téléservice
INITIATION AUX TECHNIQUES PICTURALES - DÉBUTANT ⚠	Mardi : 20h - 22h		
MAISON GISCARD			
DESSIN D'OBSERVATION - OLGA VIECO	Mercredi : 10h - 12h	Centre culturel Bellegarde	05 62 27 44 88 Accéder au téléservice
	Jeudi : 15h - 17h		
	Jeudi : 17h30 - 19h30		

	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
MAISON GISCARD			
SCULPTURE MODELAGE - DÉCOUVERTE (DÈS 16 ANS) - CLAIRE MICHEL ⚠	Lundi : 14h30 - 17h30	Centre culturel Bellegarde	05 62 27 44 88 Accéder au téléservice
	Lundi : 18h30 - 21h30		
TERRE, RECHERCHE, EXPÉRIMENTATION (DÈS 16 ANS) - CECILIA OLABARRIETA ⚠	Mardi : 14h - 17h		
TERRE, RECHERCHE, EXPÉRIMENTATION - CECILIA OLABARRIETA - GROUPE A (DÈS 16 ANS) ⚠	Mardi : 9h30 - 12h30		
TERRE, RECHERCHE, EXPÉRIMENTATION - CECILIA OLABARRIETA - GROUPE B (DÈS 16 ANS) ⚠	Mardi : 17h - 20h		
TERRE, RECHERCHE, EXPÉRIMENTATION - GROUPE A (DÈS 16 ANS) - CECILIA OLABARRIETA ⚠	2 jeudis par mois : 9h30 - 17h30		
TERRE, RECHERCHE, EXPÉRIMENTATION - GROUPE B (DÈS 16 ANS) - CECILIA OLABARRIETA ⚠	2 jeudis par mois : 9h30 - 17h30		
MAISON DE QUARTIER AMOUROUX			
PATCHWORK - DENTELLE	Vendredi : 9h30 - 16h	Surcouf Solidarité	06 83 51 53 61 – patyposs@live.fr
MAISON DE QUARTIER CROIX-DAURADE			
ARTS PLASTIQUES	Jeudi : 17h - 18h30	MJC Croix Daurade	contact@mjccroixdaurade.fr
PRATIQUE DENTELLES	Mardi : 9h - 17h	Surcouf solidarité	patyposs@live.fr
MAISON DE QUARTIER DE L'HERS			
DESSIN - DÉBUTANT ⚠	Mardi : 18h30 - 20h15	Maison de quartier de l'Hers	05 62 16 61 05 Accéder au téléservice
DESSIN - PEINTURE	Jeudi : 9h - 16h	Heredi'art	06 67 06 38 07 - yseultdaure@gmail.com
MAISON DE QUARTIER LA TERRASSE			
ARTS CRÉATIFS (SENIORS)	Vendredi : 14h - 18h	Talents cachés	06 60 51 21 91 - chauriol@yahoo.fr 06 84 34 24 45 - michele doctrinal@free.fr
SALLE 2M			
COUTURE	Lundi : 16h30 - 21h	MJC Croix Daurade	contact@mjccroixdaurade.fr

Index

Dans l'index ci-dessous, la première colonne
des numéros de pages renvoie à l'offre enfant,
la deuxième colonne à l'offre adulte.

CENTRE CULTUREL BONNEFOY	26-27, 28-29	
CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS	26-27	
CENTRE CULTUREL REYNERIE	26-27	
CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN	28-29	
CENTRE CULTUREL - THÉÂTRE DES MAZADES	26-27	
LIDO - CENTRE MUNICIPAL DES ARTS DU CIRQUE	26-27, 28-29	

	Pour qui ?	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL BONNEFOY				
ATELIERS DE CASTELLS, TOURS HUMAINES CATALANES - PARENTS - ENFANTS	Dès 4 ans	Mercredi : 19h15 - 21h	Casal català	castellersdetolosa@gmail.com
CIRQUE - INITIATION	6 - 9 ans	Mercredi : 13h - 14h	Centre culturel Bonnefoy	05 67 73 83 60 Accéder au téléservice
CIRQUE -CRÉATION	9 - 12 ans	Samedi : 9h15 - 10h45		
	12 - 14 ans	Samedi : 11h - 13h		
ÉVEIL CIRQUE	4 - 6 ans	Lundi : 17h - 18h		
		Mercredi : 14h15 - 15h15		
CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS				
INITIATION CIRQUE	9 - 14 ans	Samedi : 10h45 - 12h	Centre culturel Henri-Desbals	05 36 25 25 73 Accéder au téléservice
CENTRE CULTUREL REYNERIE				
CIRQUE - DÉCOUVERTE	4 - 6 ans	Mardi : 16h45 - 17h30	Centre culturel Reynerie	05 31 22 99 21 ou 23 Accéder au téléservice
CIRQUE - INITIATION	6 - 9 ans	Mardi : 17h30 - 18h30		
CENTRE CULTUREL – THÉÂTRE DES MAZADES				
CIRQUE - CRÉATION	9 - 12 ans	Mercredi : 13h - 14h30	Centre culturel – Théâtre des Mazades	05 31 22 98 00 Accéder au téléservice
CIRQUE - DÉBUTANT	6 - 9 ans	Mercredi : 14h30 - 15h45		
		Mercredi : 15h45 - 17h		
LIDO – CENTRE MUNICIPAL DES ARTS DU CIRQUE				
BULLES EN BALLE	9 ans 1/2 - 12 ans 1/2	Mercredi : 15h - 17h30	Le Lido - Centre municipal des arts du cirque	05 36 25 22 20 Accéder au téléservice
CIRCASTICS	12 ans 1/2 - 17 ans 1/2	Mardi : 18h30 - 21h30 + jeudi 18h30 - 20h30		
DIABLOTRAINS	9 ans 1/2 - 12 ans 1/2	Mercredi : 13h15 - 15h45		
JOKERS	12 ans 1/2 - 17 ans 1/2	Lundi : 18h30 - 21h30 + mercredi : 17h30 - 19h30		
OTARIES	7 ans 1/2 - 9 ans 1/2	Samedi : 11h - 13h		
SIMILICIRCUS	12 ans 1/2 - 17 ans 1/2	Mercredi : 18h30 - 20h30 + vendredi : 18h30 - 21h30		
SINGES	7 ans 1/2 - 9 ans 1/2	Samedi : 9h30 - 11h30		

	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL BONNEFOY			
ATELIERS DE CASTELLS - TOURS HUMAINES CATALANES	Mercredi : 19h15 - 21h	Casal català	castellersdetolosa@gmail.com
CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN			
LABO CLOWN	Jeudi : 19h - 21h50	La Ciboulette	06 98 35 17 72 - clownciboulette@gmail.com
LIDO - CENTRE MUNICIPAL DES ARTS DU CIRQUE			
ATELIER ADULTES AMATEURS (DISCIPLINE AU CHOIX : ACROBATIE OU AÉRIEN OU JONGLAGE OU ÉQUILIBRE SUR OBJETS)	Lundi : 21h - 23h	Le Lido - Centre municipal des arts du cirque	05 36 25 22 20 Accéder au téléservice
KIPROKOLLECTIF	Jeudi : 18h30 - 23h30		

Index

Dans l'index ci-dessous, la première colonne des numéros de pages renvoie à l'offre enfant, la deuxième colonne à l'offre adulte.

CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE	32-33, 42-43	✂
CENTRE CULTUREL BELLEGARDE	32-33, 42-43, 44-45	
CENTRE CULTUREL BONNEFOY	32-33, 44-45	
CENTRE CULTUREL BORDEBLANCHE	32-33, 34-35, 46-47	
CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS	34-35, 46-47	
CENTRE CULTUREL RENAN	34-35	
CENTRE CULTUREL REYNERIE	34-35, 46-47	
CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN	34-35, 36-37, 46-47, 48-49	
CENTRE CULTUREL SAINT-SIMON	36-37, 50-51	
CENTRE CULTUREL SOUPETARD	38-39, 50-51	
CENTRE CULTUREL - THÉÂTRE DES MAZADES	38-39, 50-51, 52-53	
GYMNASE DES ACACIAS	52-53	
MAISON DE QUARTIER DES ARÈNES ROMAINES	52-53	
MAISON DE QUARTIER GRAND SELVE	52-53	
MAISON DE QUARTIER AMOUROUX	40-41	
MAISON DE QUARTIER CHAMOIX	40-41	
MAISON DE QUARTIER CROIX-DAURADE	40-41, 52-53	
MAISON DE QUARTIER DE L'HERS	40-41, 52-53	
MAISON DE QUARTIER DE LALANDE	40-41, 54-55	
MAISON DE QUARTIER LA VACHE	40-41, 54-55	
SALLE 2M	40-41	

ROUGE : activité proposée par une association
VERT : activité proposée par la Mairie de Toulouse
 ⚠ Tarifs hors fourniture et/ou matériel spécifique

	Pour qui ?	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE				
ATELIER DANSE HIP-HOP R'N'B	6 - 15 ans	Dimanche : 13h30 - 16h	Lien Horizon Danses	06 30 79 49 51 - lienhorizondanse@gmail.com
DANSES ORIENTALES	7 - 10 ans	Mercredi : 14h - 15h	Mille Danses d'Orient	07 82 41 97 98 - milledansesdorient1@gmail.com
DANSES TRADITIONNELLES AFRO-LATINO - DÉBUTANT	4 - 6 ans	Mercredi : 17h30 - 18h30	Ylakombo	06 95 41 04 31 - 06 63 51 05 95 - ylakombo@hotmail.fr
DANSES TRADITIONNELLES AFRO-LATINO - AVANCÉ	11 - 18 ans	Mercredi : 18h30 - 19h30		
ÉVEIL À LA DANSE CLASSIQUE	4 - 6 ans	Mercredi : 16h - 17h	Centre culturel Alban-Minville	05 67 73 87 60 Accéder au téléservice
INITIATION À LA DANSE CLASSIQUE	6 - 9 ans	Mercredi : 15h - 16h		
CENTRE CULTUREL BELLEGARDE				
ÉVEIL CORPOREL ET RYTHMIQUE ⚠	4 - 6 ans	Mercredi : 15h30 - 16h30	Centre culturel Bellegarde	05 62 27 44 88 Accéder au téléservice
LADY STYLE ADOS - INITIATION ⚠	9 - 12 ans	Mercredi : 16h30 - 17h30		
OEUVRES ET MOUVEMENTS - PARENTS - ENFANTS	4 - 6 ans	1 mercredi sur 2 : 14h - 15h		
CENTRE CULTUREL BONNEFOY				
AFROPOP	10 - 14 ans	Vendredi : 17h15 - 18h15	Arts foundation	06 33 97 92 73 - 06 79 31 50 47 - kehindesarah@artsffactory.com
DANSE CONTEMPORAINE - INITIATION	6 - 9 ans	Mercredi : 15h30 - 16h30	Centre culturel Bonnefoy	05 67 73 83 60 Accéder au téléservice
DANSE CONTEMPORAINE - CRÉATION	9 - 12 ans	Mercredi : 16h30 - 17h30		
DANSE CONTEMPORAINE ADO - CRÉATION	12 - 14 ans	Mercredi : 17h30 - 19h		
DANSE ÉVEIL	4 - 6 ans	Jeudi : 17h - 18h		
		Jeudi : 18h - 19h		
DANSE HIP-HOP "AFRO URBAIN"	Dès 8 ans	Samedi : 14h - 15h15	ABC Actions culturelles	05 34 41 14 44 - fabianiadrien@gmail.com
STREET JAZZ	7 - 10 ans	Mardi : 17h - 18h	Blossom	blossomdansetheatre@gmail.com
CENTRE CULTUREL BORDEBLANCHE				
BOLLYWOOD	Dès 5 ans	Mercredi : 17h - 18h	Vire et volte	06 83 21 83 11 - claire.binder1@gmail.com vireetvolte31@gmail.com
	Dès 11 ans	Mercredi : 18h - 19h30		
DANCEHALL	Dès 12 ans	Mercredi : 19h30 - 20h30		
KPOP	Dès 11 ans	Mardi : 18h30 - 19h30	Arte del Alma	06 64 79 12 83 - artedelalma31@gmail.com
SÉVILLANES ET RUMBA GIPSY	Dès 5 ans	Jeudi : 16h30 - 21h30		

Enfant

Danse

ROUGE : activité proposée par une association
VERT : activité proposée par la Mairie de Toulouse
 ⚠ Tarifs hors fourniture et/ou matériel spécifique

	Pour qui ?	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL BORDEBLANCHE				
ZUMBA	Dès 4 ans	Mardi : 17h30 - 18h30	Vire et volte	06 83 21 83 11 - claire.binder1@gmail.com vireetvolte31@gmail.com
	Dès 11 ans	Mardi : 18h30 - 19h45		
CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS				
DANSES URBAINES	8 - 17 ans	Mercredi : 15h - 18h	Fidia Diala	06 44 11 80 57 - fidiadiala@yahoo.fr
DÉCOUVERTE DANSE MODERNE JAZZ / CLASSIQUE	9 - 12 ans	Mercredi : 14h - 15h	Centre culturel Henri-Desbals	05 36 25 25 73 Accéder au téléservice
INITIATION DANSE AFRO / HIP-HOP	6 - 17 ans	Jeudi : 18h - 20h	Centre des Arts Urbains	06 51 43 34 38 - artsurbains31@gmail.com
		Vendredi : 18h - 20h		
CENTRE CULTUREL RENAN				
DANCEHALL	8 - 12 ans	Mercredi : 17h30 - 18h30	Cie James Carlès	05 34 24 58 06 - info@jamescarles.com
DANSE CONTEMPORAINE - DÉCOUVERTE	9 - 12 ans	Mardi : 17h - 18h	Centre culturel Renan	05 34 24 58 06 Accéder au téléservice
	12 - 17 ans	Mardi : 18h - 19h		
DANSE - ÉVEIL	4 - 6 ans	Mercredi : 15h30 - 16h30		
DANSE HIP-HOP - INITIATION	6 - 12 ans	Mardi : 17h - 18h		
	12 - 14 ans	Mardi : 18h - 19h		
DANSE - INITIATION	6 - 9 ans	Mercredi : 14h30 - 15h30		
CENTRE CULTUREL REYNERIE				
DANSES AFRO-LATINO	6 - 8 ans	Mercredi : 14h45 - 15h45	Ylakombo	06 63 51 05 95 - ylakombo@hotmail.fr
	8 - 11 ans	Mercredi : 13h45 - 14h45		
DANSES URBAINES	8 - 10 ans	Lundi : 17h - 18h	Fidia Diala	06 44 11 80 57 - fidiadiala@yahoo.fr
	11 - 17 ans	Lundi : 18h - 19h15		
ÉVEIL DANSE ET MOUVEMENT	4 - 6 ans	Mercredi : 16h - 16h45	Centre culturel Reynerie	05 31 22 99 21 ou 23 Accéder au téléservice
ZUMBA	6 - 12 ans	Mercredi : 17h - 18h	Dance Bouge Toulous'hein	06 28 60 32 97 - dancebougetouloushein@gmail.com
CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN				
DANSE CLASSIQUE - DÉBUTANT ⚠	8 - 10 ans	Mercredi : 14h45 - 15h45	Centre culturel Saint-Cyprien	05 61 22 27 77 Accéder au téléservice
DANSE CLASSIQUE - CRÉATION ⚠	10 - 13 ans	Mercredi : 13h45 - 14h45		
	14 - 17 ans	Mercredi : 16h - 17h30		
DANSE CONTEMPORAINE - INITIATION	8 - 10 ans	Jeudi : 17h15 - 18h15		

ROUGE : activité proposée par une association
VERT : activité proposée par la Mairie de Toulouse
 ⚠ Tarifs hors fourniture et/ou matériel spécifique

	Pour qui ?	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN				
DANSE CONTEMPORAINE - DÉCOUVERTE	10 - 13 ans	Mardi : 17h15 - 18h15	Centre culturel Saint-Cyprien	05 61 22 27 77 Accéder au téléservice
DANSE CONTEMPORAINE - TOUS NIVEAUX	14 - 17 ans	Mardi : 18h15 - 19h45		
ÉVEIL À LA DANSE	4 - 5 ans	Jeudi : 16h30 - 17h15	Maygetsin	06 32 72 97 30 - legoff.andcie@yahoo.fr
	5 - 7 ans	Mardi : 16h30 - 17h15		
HIP-HOP	Dès 7 ans	Mercredi : 15h - 16h	L'danse	06 83 54 53 72 - association.ldanse@gmail.com
HIP-HOP DÉBUTANT	12 - 15 ans	Mercredi : 16h - 17h		
HIP-HOP INTERMÉDIAIRE	12 - 15 ans	Mercredi : 14h - 15h		
INITIATION DANSE	6 - 7 ans	Mercredi : 13h45 - 14h45	Centre culturel Saint-Cyprien	05 61 22 27 77 Accéder au téléservice
MODERN JAZZ - DÉBUTANT	8 - 10 ans	Mercredi : 16h - 17h		
MODERN JAZZ - CRÉATION	10 - 13 ans	Mercredi : 17h15 - 18h15		
	14 - 17 ans	Mercredi : 14h45 - 16h		

CENTRE CULTUREL SAINT-SIMON				
CLASSIQUE	6 - 7 ans	Mercredi : 14h - 15h	Jomavi	06 06 58 68 13 - association.jomavi@gmail.com
	7 - 9 ans	Jeudi : 18h - 19h30		
	4 - 5 ans	Mercredi : 15h - 16h		
	7 - 9 ans	Mercredi : 16h - 17h		
	13 - 16 ans	Mercredi : 18h - 20h		
	10 - 13 ans	Mercredi : 17h - 18h		
	10 - 15 ans	Samedi : 10h - 11h		
	15 - 20 ans	Lundi : 19h30 - 21h		
DANSE MODERNE - INITIATION	6 - 7 ans	Vendredi : 17h30 - 18h30	Centre culturel Saint-Simon	05 31 22 96 80 Accéder au téléservice
DÉCOUVERTE DANSES - ÉVEIL	4 - 5 ans	Vendredi : 16h30 - 17h30		
ÉVEIL	4 - 5 ans	Lundi : 17h - 18h	Jomavi	06 06 58 68 13 - association.jomavi@gmail.com
	4 - 6 ans	Jeudi : 17h - 18h		
JAZZ	4 - 7 ans	Mardi : 16h30 - 17h30		
	8 - 10 ans	Mardi : 17h30 - 18h30		
	10 - 15 ans	Mardi : 18h30 - 19h30		
POINTES	15 - 20 ans	Jeudi : 19h30 - 21h		

ROUGE : activité proposée par une association
VERT : activité proposée par la Mairie de Toulouse
 ⚠ Tarifs hors fourniture et/ou matériel spécifique

	Pour qui ?	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL SOUPETARD				
DANSE AFRIQUE DE L'OUEST AVEC PERCUSSIONNISTES LIVE	6 - 12 ans	Mardi : 17h - 18h	Kobenawati	06 67 00 29 92 - asso.kobenawati@yahoo.com
DANSE DU MONDE - DÉCOUVERTE	9 - 12 ans	Lundi : 17h15 - 18h15	Centre culturel Soupetard	05 31 22 99 70 Accéder au téléservice
DANSE HIP-HOP - CRÉATION	9 - 12 ans	Mercredi : 17h30 - 19h		
DANSE MODERN JAZZ - INITIATION	6 - 9 ans	Mercredi : 14h - 15h		
ÉVEIL DANSE	4 - 5 ans	Vendredi : 16h30 - 17h30		
INITIATION DANSE CLASSIQUE	6 - 9 ans	Mercredi : 15h - 16h		
STREET JAZZ - DÉBUTANT	8 - 10 ans	Mercredi : 16h30 - 17h30		
CENTRE CULTUREL - THÉÂTRE DES MAZADES				
BREAK	8 - 10 ans	Mercredi : 17h30 - 18h30	Cercle des danseurs disparus	06 74 04 80 03 - cercledesdanseursdisparus@gmail.com
	Dès 11 ans	Mercredi : 18h30 - 20h		
CAPOEIRA	6 - 14 ans	Mercredi : 18h - 19h15	Embora	06 12 63 61 79 - associationembora@gmail.com
CRÉA POP	12 - 17 ans	Jeudi : 18h30 - 20h	Centre culturel - Théâtre des Mazades	05 31 22 98 00 Accéder au téléservice
DANSE CLASSIQUE ⚠	9 - 12 ans	Mercredi : 14h30 - 15h45		
DANSE CONTEMPORAINE ⚠	9 - 12 ans	Lundi : 17h30 - 18h30		
DANSE - ÉVEIL ⚠	4 - 6 ans	Mercredi : 16h - 17h		
DANSE - INITIATION ⚠	6 - 9 ans	Mercredi : 17h - 18h		
DANSE / THÉÂTRE	8 - 12 ans	Vendredi : 17h15 - 18h15	Lamdanse	06 26 49 01 16 - contact@cie-lamdanse.com
	12 - 18 ans	Vendredi : 18h15 - 19h15		
DANSES URBAINES	8 - 11 ans	Mardi : 17h - 18h30	Fidia Diala	06 44 11 80 57 - fidiadiala@yahoo.fr
ÉVEIL AU MOUVEMENT POUR LES TOUT-PETITS - PARENTS - ENFANTS	0 - 3 ans	Samedi : 10h - 11h30	Centre culturel - Théâtre des Mazades	05 31 22 98 00 Accéder au téléservice
FLAMENCO CREATIVO	9 - 12 ans	Mardi : 17h30 - 18h30	La maleta	cielamaleta@gmail.com
	12 - 17 ans	Mardi : 18h45 - 19h45		
HIP-HOP - DÉBUTANT	9 - 12 ans	Jeudi : 17h15 - 18h30	Centre culturel - Théâtre des Mazades	05 31 22 98 00 Accéder au téléservice
K.POP	12 - 18 ans	Vendredi : 17h - 18h45	AJDR	a.j.dr@hotmail.fr

Enfant

Danse

ROUGE : activité proposée par une association
VERT : activité proposée par la Mairie de Toulouse
 ⚠ Tarifs hors fourniture et/ou matériel spécifique

	Pour qui ?	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
MAISON DE QUARTIER AMOUROUX				
DANSE URBAINE	Dès 11 ans	Mercredi : 18h30 - 20h	L'Esperluette	06 36 59 05 06 - coopererpouragir@gmail.com lesperluette31@gmail.com
MAISON DE QUARTIER CHAMOIS				
DANSE AFRICAINE	6 - 9 ans	Mercredi : 14h - 15h	Kobenawati	06 67 00 29 92 - asso.kobenawati@yahoo.com
MAISON DE QUARTIER CROIX-DAURADE				
DANSE AFRICAINE	5 - 12 ans	Mercredi : 15h30 - 16h30	MJC Croix Daurade	contact@mjccroixdaurade.fr
MAISON DE QUARTIER DE L'HERS				
DANSE ET PERCUSSIONS D'AFRIQUE DE L'OUEST - ADOS	Dès 14 ans	Jeudi : 20h - 22h	Kobenawati	06 67 00 29 92 - asso.kobenawati@yahoo.com
INITIATION DANSE CLASSIQUE	6 - 9 ans	Mardi : 17h - 18h	Maison de quartier de l'Hers	05 62 16 61 05 Accéder au téléservice
STREET JAZZ - DÉBUTANT	10 - 13 ans	Lundi : 17h - 18h30		
MAISON DE QUARTIER LALANDE				
CHEERDANCE	8 - 17 ans	Mercredi : 14h - 19h	École Internationale de Cheerdance	etoiles.eicc@gmail.com
MAISON DE QUARTIER LA VACHE				
CULTURE RYTHMIQUE		Mercredi : 16h - 18h	Ali Alaoui Arts et Développement	contact@alialaoui.com
SALLE 2M				
DANSE CLASSIQUE	8 - 17 ans	Lundi : 18h30 - 20h30	Cie une histoire	compagnieunehistoire@gmail.com
	Dès 14 ans	Mercredi : 20h30 - 23h	Allegreto	academie.allegretto@yahoo.com
DANSE ORIENTALE		Jeudi : 18h15 - 21h45	MJC Croix Daurade	contact@mjccroixdaurade.fr
JAZZ		Mercredi : 13h30 - 19h		
	4 - 6 ans	Samedi : 11h - 12h	Cie une histoire	compagnieunehistoire@gmail.com
	Dès 14 ans	Samedi : 12h - 13h		
		Samedi : 13h - 14h		

	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE			
ATELIER DANSE CARAIBÉENNE (URBAN, KIZOMBA, STEP)	Samedi : 13h - 16h	Agart 31 Occitanie	06 51 22 52 02 - agart31occitanie@gmail.com
ATELIER DANSE ORIENTALE - DÉBUTANT	Mardi : 19h30 - 20h30	Association Raks el Rouh	06 64 43 90 29 - sabjurguet@hotmail.com
ATELIER DANSE ORIENTALE - INTERMÉDIAIRE	Mardi : 20h30 - 21h30		
ATELIER DANSE ORIENTALE - CONFIRMÉ	Mardi : 21h30 - 22h45		
ATELIER DANSE ZUMBA FEMMES	Vendredi : 18h30 - 20h	Lien Horizon Danses	06 30 79 49 51 - lienhorizondanse@gmail.com
	Dimanche : 16h - 18h		
BREAKDANCE	Lundi : 19h - 21h	Toulouse B-Boying Club	07 71 88 68 54 - toulousebboyingclub@yahoo.fr
	Mercredi : 19h30 - 21h		
DANSE STREET-JAZZ - DÉCOUVERTE (DÈS 16 ANS)	Jeudi : 18h30 - 19h30	Centre culturel Alban-Minville	05 67 73 87 60 Accéder au téléservice
DANSES TRADITIONNELLES AFRO-LATINO	Vendredi : 14h - 15h	Ylakombo	06 95 41 04 31 - 06 63 51 05 95 - ylakombo@hotmail.fr
CENTRE CULTUREL BELLEGARDE			
BARRE À TERRE - ALICE MAURISSANNE	Mardi : 19h - 20h30	Contrescarpe	06 25 17 50 61 - alice.maurissanne@gmail.com
	Jeudi : 11h30 - 12h30		
	Jeudi : 12h30 - 13h45		
CULTURE CHORÉGRAPHIQUE - CIE PETER AGARDI	Jeudi : 9h - 13h	Cie Peter Agardi	compagniepeteragardi@gmail.com
DANSE CONTEMPORAINE - AVANCÉ - CHARLOTTE DELCUIROU	Jeudi 20h - 21h30	Cie Celui qui dit qui est	06 07 15 46 87 - cieceluiquiditquiest@gmail.com
DANSE CONTEMPORAINE - CHARLOTTE DELCUIROU	Mercredi : 17h45 - 19h		
	Mercredi : 19h - 20h30		
DANSE CONTEMPORAINE - CRÉATION CHORÉGRAPHIQUE - CHARLOTTE DELCUIROU	1 samedi par mois : 10h - 18h		
DANSE CONTEMPORAINE - CIE PETER AGARDI	Vendredi : 14h - 15h30	Cie Peter Agardi	compagniepeteragardi@gmail.com
	Vendredi : 15h30 - 18h		
DANCE HALL - RUFAÏ SOUF	Jeudi : 19h - 20h	Anim US	06 23 45 62 66 - soru.contact@gmail.com
	Vendredi : 18h - 19h		
DANSE IMPRO CONTEMPORAINE	Lundi : 17h45 - 19h45	Cie Maygetsin	06 86 50 19 98 - legoff.andcie@yahoo.fr
	1 samedi par mois : 11h - 17h		
DANSE ORIENTALE	Lundi : 20h30 - 22h	Taksim Oriental	06 33 32 71 97 - ibtiorientale@gmail.com
	Jeudi : 14h30 - 16h		

	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL BELLEGARDE			
HIP-HOP - RUFAÏ SOUF	Jeudi : 17h45 - 18h45	Anim'US	06 23 45 62 66 - soru.contact@gmail.com
	Vendredi : 19h15 - 20h15		
MODERN JAZZ DÉCOUVERTE (DÈS 16 ANS)	Lundi : 12h45 - 14h15	Centre culturel Bellegarde	05 62 27 44 88 Accéder au téléservice
	Jeudi : 12h30 - 14h		
PRATIQUE ÉNERGÉTIQUE	Lundi : 9h - 10h15	Cie Maygetsin	06 86 50 19 98 - legoff.andcie@yahoo.fr
TANGO ARGENTIN	Vendredi : 19h30 - 21h30	Association Aqui Macorina	06 65 40 77 83 - cie.aquimacorina@gmail.com
TRAINING DANSE CONTEMPORAINE	Lundi : 10h30 - 12h	Cie Maygetsin	06 86 50 19 98 - legoff.andcie@yahoo.fr
THÉÂTRE PHYSIQUE MOOVEMELT	Vendredi : 10h - 12h	Cie Peter Agardi	compagniepeteragardi@gmail.com
CENTRE CULTUREL BONNEFOY			
AFROPOP (DÈS 16 ANS)	Vendredi : 18h15 - 19h15	Arts foundation	06 33 97 92 73 - 06 79 31 50 47 - kehindesarah@artsffactory.com
DANSE ET VOIX, ÉCRITURE PLURILINGUE	Samedi : 13h30 - 15h30	Arts en acte	contact@arts-en-acte.com
CRÉA-DANSE CONTEMPORAINE (DÈS 16 ANS)	Jeudi : 19h15 - 20h30	Centre culturel Bonnefoy	05 67 73 83 60 Accéder au téléservice
DANSE AFRO CONTEMPORAINE	Jeudi : 20h30 - 22h	Contrescarpe	06 25 17 50 61 - alice.maurissanne@gmail.com
DANSE CONTEMPORAINE ET IMPROVISATION	Lundi : 18h30 - 20h30	Cie Monstra	compagniemonstra@gmail.com
ÉCLATS POÉTIQUES	1 samedi par mois : 14h30 - 17h30	Pollen production	06 26 86 48 96 - stages@cielahaut.fr
ENCONTROS POPULARES (DÈS 16 ANS)	Lundi : 17h15 - 21h15	Oiapoque	06 30 07 19 45 - lina.duprat@hotmail.fr
ENTRAÎNEMENT RÉGULIER DU DANSEUR ET DANSEUSE - DÉBUTANT (DÈS 17 ANS)	Vendredi : 9h - 10h30	Les gens charles	lesgenscharles@gmail.com
ENTRAÎNEMENT RÉGULIER DU DANSEUR ET DANSEUSE - AVANCÉ ET PROFESSIONNEL (DÈS 17 ANS)	Vendredi : 10h30 - 12h		
LYNDI HOP	Vendredi : 19h30 - 20h30	Funky swing	07 62 14 37 64 - funkyswingdancers@gmail.com
LINDY HOP - DÉBUTANT	Mercredi : 21h15 - 22h30		
LYNDI HOP ENTRAÎNEMENT GUIDÉ	Vendredi : 20h30 - 21h30		
STREET JAZZ - INTERMÉDIAIRE (DÈS 16 ANS)	Mardi : 20h - 21h30	Blossom	blossomdansetheatre@gmail.com

Adulte

Danse

ROUGE : activité proposée par une association
VERT : activité proposée par la Mairie de Toulouse
 ⚠ Tarifs hors fourniture et/ou matériel spécifique

	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL BORDEBLANCHE			
BOLLYWOOD - DÉBUTANT (DÈS 14 ANS)	Lundi : 18h30 - 20h	Vire et volte	06 83 21 83 11- claire.binder1@gmail.com - vireetvolte31@gmail.com
BOLLYWOOD - CONFIRMÉ (DÈS 14 ANS)	Lundi : 20h - 21h30		
DANCEHALL (DÈS 14 ANS)	Mercredi : 20h30 - 21h30		
TAP DANCE CLAQUETTES	Mardi : 12h - 13h30	Rythme americain	07 67 39 69 18 - associationrythmeamericain@gmail.com - peter@peterhammerdance.com
ZUMBA (DÈS 14 ANS)	Mardi : 19h45 - 21h30	Vire et volte	06 83 21 83 11 - claire.binder1@gmail.com - vireetvolte31@gmail.com
CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS			
DANSE AFRO LATINO	Mercredi : 20h - 21h	Mandragora	07 81 55 37 01 - mandragora.asso@gmail.com
DANSE ORIENTALE	Mardi : 12h - 13h30	Milles Danses d'Orient	07 82 41 97 98 - milledansesdoriant@free.fr
ENTRAÎNEMENT DE L'ARTISTE PLURIDISCIPLINAIRE ET AMATEUR PAR LE MOUVEMENT	Mercredi : 9h - 10h30	POP'S	07 83 15 67 26 - popstoulouse@gmail.com
MODERN'JAZZ ADAPTÉE ET INCLUSIVE	Lundi : 18h - 22h	Incorporel	06 19 56 16 68 - association@incorporel.com
CENTRE CULTUREL REYNERIE			
ATELIER DANSE EN LIGNE CHORÉGRAPHIÉE	Jeudi : 18h - 19h	Centre culturel Reynerie	05 31 22 99 21 ou 23 Accéder au téléservice
BREAK DANCE	Vendredi : 18h30 - 21h45	B-boying club	07 71 88 68 54 - toulousebboyingclub@yahoo.fr
DANSE CHORÉGRAPHIÉE ET TOULOULOU	Mercredi : 18h15 - 21h45	Comité d'Organisation du Carnaval Unifié	06 63 84 12 61 - asso.lecocu@gmail.com
ZUMBA	Mardi : 12h - 13h	Dance Bouge Toulous'hein	06 28 60 32 97 - dancebougetouloushein@gmail.com
CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN			
BARRE À TERRE - TOUS NIVEAUX	Jeudi : 12h15 - 13h45	Centre culturel Saint-Cyprien	05 61 22 27 77 Accéder au téléservice
	Vendredi : 18h - 19h30		
CARDIO DANSE LATINE	Mercredi : 12h - 13h	Solycuba	07 83 79 74 47 - martha.aranguiz@gmail.com
DANSE AFRICAINE DE GUINÉE AVEC MUSICIEN - DÉBUTANT	Lundi : 18h - 19h30	Centre culturel Saint-Cyprien	05 61 22 27 77 Accéder au téléservice
DANSE AFRICAINE DE GUINÉE AVEC MUSICIEN - CRÉATION	Lundi : 19h30 - 21h		
DANSE AFRICAINE DU MALI AVEC MUSICIEN - CRÉATION	Vendredi : 18h - 19h30		
DANSE AFRO LATINO - CRÉATION	Vendredi : 18h - 19h30		
DANSE AFRO MODERNE AVEC MUSICIEN - CRÉATION	Jeudi : 19h45 - 21h15		
DANSE CLASSIQUE - CRÉATION ⚠	Mercredi : 17h30 - 19h		
	Jeudi : 18h - 19h30		
DANSE CLASSIQUE - DÉBUTANT ⚠	Vendredi : 12h30 - 14h		

CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN

	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
DANSE CONTEMPORAINE	1 samedi par mois : 10h - 12h30	Cie La Canine	06 64 39 41 49 - adm.cielacanine@gmail.com
	1 samedi par mois : 15h - 18h	Maygetsin	06 51 62 36 68 - ponscapoa@gmail.com
	Mardi : 10h45 - 12h45	Les Ami.e.s de la pépité incubateur culturel	06 59 07 32 20 - cie.contremarches@gmail.com
	1 samedi par mois : 10h - 17h	Cie Diotime	06 83 26 18 85 - cie.diotime@gmail.com
DANSE CONTEMPORAINE - DÉBUTANT	Lundi : 12h15 - 13h45	Centre culturel Saint-Cyprien	05 61 22 27 77 Accéder au téléservice
	Lundi : 18h - 19h30		
DANSE CONTEMPORAINE - CRÉATION	Lundi : 19h30 - 21h		
	Mercredi : 18h15 - 19h45		
DANSE HIP-HOP - TOUS NIVEAUX ⚠	Lundi : 19h45 - 21h15		
DANSE TRADITIONNELLE	Lundi : 9h - 10h15	Aclora	robert.paillet@sfr.fr - aclora@gmail.com
ENTRAÎNEMENT RÉGULIER DU DANSEUR, DE LA DANSEUSE	Lundi : 9h15 - 12h	Les Gens Charles	lesgenscharles@gmail.com
	Mercredi : 9h15 - 12h		
	Jeudi : 9h15 - 12h		
LABORATOIRE FASCIAS ET MOUVEMENT	1 samedi par mois : 10h - 12h30	Laboratoire Fascias et mouvement	06 77 23 87 47 - celine.casanova@outlook.com
MODERN JAZZ - DÉBUTANT	Mardi : 18h - 19h30	Centre culturel Saint-Cyprien	05 61 22 27 77 Accéder au téléservice
	Mercredi : 18h15 - 19h45		
MODERN JAZZ - CRÉATION	Mardi : 19h30 - 21h		
	Mercredi : 19h45 - 21h15		
	Vendredi : 19h40 - 21h		
RECHERCHE CHORÉGRAPHIQUE	Mardi : 19h40 - 21h40	Association in fine	06 62 75 71 32 - asso.infine@gmail.com
	Mercredi : 19h10 - 20h30		
	Mercredi : 20h30 - 22h		
STREET JAZZ - DÉBUTANT ⚠	Jeudi : 20h15 - 21h45	Centre culturel Saint-Cyprien	05 61 22 27 77 Accéder au téléservice
STREET JAZZ - CRÉATION ⚠	Jeudi : 18h30 - 20h		
TANGO - CORPS EN MOUVEMENTS	1 samedi par mois : 14h30 - 17h45	Aqui y ahora	06 64 54 44 97 - aquiahora7@gmail.com
ZUMBA	Lundi : 18h45 - 19h45	Tribal vibes	06 41 88 88 61 - tribalvibes@gmail.com

	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL SAINT-SIMON			
ATELIER DANSE EN LIGNE CHORÉGRAPHIÉE (SHIM SHAM, COUNTRY, JÉRUSALEM...)	Mercredi : 9h45 - 10h45	Coeurapie	06 25 83 02 90 - carole.elora@gmail.com
BIODANZA	Jeudi : 14h - 16h	Equilibre'Encorps	06 77 96 02 75 - passeletangolasophro@orange.fr
DANSES FOLKLORIQUES	Vendredi : 17h30 - 20h	Lou Ramelet Moundi	06 79 02 32 38 - ramelet31@gmail.com
HEELS	Mardi : 21h - 22h30	Centre Chorégraphique Saint-Simon	06 65 41 68 23 - ccsaintsimon@gmail.com
JAZZ	Mardi : 19h30 - 21h	Jomavi	association.jomavi@gmail.com
CENTRE CULTUREL SOUPETARD			
DANSES DE SALON + ROCK	Lundi et mardi : 20h - 22h	3 z e 4 pas de danse	06 32 51 23 - lacruz.angel-daniel@orange.fr
DANSE DU MONDE - DÉBUTANT	Lundi : 18h30 - 20h	Centre culturel Soupetard	05 31 22 99 70 Accéder au téléservice
DANSE SWING CHARLESTON - INITIATION	Mercredi : 19h - 20h30		
TANGO ARGENTIN	Jeudi : 20h - 22h	Association Aqui Macorina	06 68 27 17 13 - messinaperezirene@gmail.com - fer.seoane92@gmail.com
CENTRE CULTUREL - THÉÂTRE DES MAZADES			
CAPOEIRA	Mercredi : 19h30 - 22h	Embora	06 12 63 61 79 - associationembora@gmail.com
CRÉATION DANSE - CIRQUE & MOUVEMENT	Lundi : 19h45 - 22h	Korkoro	cirkokoro@gmail.com
	Mardi : 12h - 13h30		
	Vendredi : 13h45 - 15h45		
DANSE CONTEMPORAINE - DÉBUTANT	Lundi : 18h30 - 20h	Centre culturel - Théâtre des Mazades	05 31 22 98 00 Accéder au téléservice
DANSE CONTEMPORAINE - INTERMÉDIAIRE	Mercredi : 12h15 - 13h15	Abc production	alice.maurissanne@gmail.com
	Samedi : 10h30 - 12h30		
DANSE CONTEMPORAINE ÉTIREMENTS	Lundi : 12h15 - 13h45	Cie Diotime	cie.diotime@gmail.com
	Mercredi : 12h15 - 13h15		
	Vendredi : 19h - 21h30		
DANSE ORIENTALE	Mercredi : 18h - 19h	Latoricaine	caroline.achouri@gmail.com
	Jeudi : 19h30 - 20h45		

	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL – THÉÂTRE DES MAZADES			
DANSE SOLO SWING	Jeudi : 19h30 - 20h45	Funky swing dancers	funkyswingdancers@gmail.com
DANSES URBAINES - DÉBUTANT	Mardi : 20h15 - 21h45	Fidia Diala	06 44 11 80 57 - fidiadiala@yahoo.fr
FLAMENCO CREATIVO	Mardi : 20h - 21h	La maleta	cielamaleta@gmail.com
FORRO	Lundi : 20h30 - 22h	Coletivo Forro Profissional	lilijouillat@yahoo.fr
PRATIQUE DU MOUVEMENT	Jeudi : 9h - 12h	POPS	popstoulouse@gmail.com
SALSA	Vendredi : 19h - 20h15	Salsacolor	salsacolor31@gmail.com
SALSA - DÉBUTANT	Jeudi : 20h - 21h30		
SALSA - ARTISTIQUE	Vendredi : 20h15 - 21h30		
GYMNASE DES ACACIAS			
DANSE AFRO CONTEMPORAINE	Mercredi : 20h15 - 21h45	Capuccino	06 83 33 06 44 - capuccino.danse@gmail.com
MAISON DE QUARTIER CROIX-DAURADE			
DANSE AFRICAINE	Jeudi : 19h15 - 22h30	MJC Croix Daurade	contact@mjjccroixdaurade.fr
DANSE DE SALON	Mardi : 17h - 19h	Les amis de la Danse	patrice.frick@gmail.com
	Jeudi : 17h - 19h		
LINDY HOP	Mardi : 20h30 - 22h30	MJC Croix Daurade	contact@mjjccroixdaurade.fr
SALSA	Dimanche durant les vacances : 15h30 - 20h30	Cuba Libre	cuba.libre.toulouse@gmail.com
MAISON DE QUARTIER DE L'HERS			
DANSE AFRIQUE DE L'OUEST AVEC PERCUSSIONNISTES LIVE (DÈS 14 ANS)	Jeudi : 20h - 22h	Kobenawati	06 67 00 29 92 - asso.kobenawati@yahoo.com
MAISON DE QUARTIER DES ARÈNES ROMAINES			
BACHATA - DÉBUTANT	Lundi : 20h - 21h	Amedee buss	07 81 87 87 01 - amedeebuss@yahoo.fr
BACHATA - INTERMÉDIAIRE	Lundi : 21h - 22h		
DANSE ET PERCUSSION	Jeudi : 19h - 22h	Kedjenou	kedjenou31@yahoo.fr
MAISON DE QUARTIER GRAND SELVE			
COUNTRY	Mardi : 20h - 23h	Jack's Sons Country	jackssonscountry@gmail.com
	Mercredi : 19h - 22h		

	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
MAISON DE QUARTIER LALANDE			
ATELIER DANSE POUR TOUS !	Jeudi : 10h - 11h30	Cie une histoire	compagnieunehistoire@gmail.com
CHEERDANCE	Samedi : 13h - 18h	École Internationale de Cheerdance	etoiles.eicc@gmail.com
DANSE AFRICAINE - DÉBUTANT	Lundi : 19h - 20h30	Baga Percussion	info@bagapercussion.com
DANSE AFRICAINE - AVANCÉ	Lundi : 20h30 - 22h30		
DANSE AFRICAINE - DÉBUTANT	Jeudi : 19h - 20h30		
DANSE AFRICAINE - AVANCÉ	Jeudi : 20h30 - 22h30		
DANSE EN LIGNE SENIORS	Vendredi : 14h30 - 16h30	Astors	astors@orange.fr
DANSE POUR TOUS	Jeudi : 10h - 11h30	Cie une histoire	compagnieunehistoire@gmail.com
SALSA	Dimanche : 15h30 - 20h30	Cuba Libre	cuba.libre.toulouse@gmail.com
MAISON DE QUARTIER LA VACHE			
DANSE AFRICAINE - DÉBUTANT	Mardi : 18h30 - 20h	Baga Percussion	info@bagapercussion.com
DANSE AFRICAINE - AVANCÉ	Mardi : 20h - 22h30		
SALSA	Dimanche : 14h - 20h30	Cuba Libre	cubalibre@gmail.com

Centres culturels

de Toulouse

Forme et bien-être



Index

Dans l'index ci-dessous, la première colonne des numéros de pages renvoie à l'offre enfant, la deuxième colonne à l'offre adulte.

CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE	58-59, 64-65	
CENTRE CULTUREL BELLEGARDE	64-65, 66-67	
CENTRE CULTUREL BONNEFOY	58-59, 66-67, 68-69	
CENTRE CULTUREL BORDEBLANCHE	58-59, 68-69	
CENTRE CULTUREL LA BRIQUE ROUGE	58-59, 70-71	
CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS	70-71	
CENTRE CULTUREL RENAN	70-71	
CENTRE CULTUREL REYNERIE	58-59, 70-71	
CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN	70-71, 72-73	
CENTRE CULTUREL SAINT-SIMON	60-61, 72-73	
CENTRE CULTUREL SOUPETARD	60-61, 74-75	
CENTRE CULTUREL - THÉÂTRE DES MAZADES	60-61, 74-75, 76-77	
GYMNASE DES ACACIAS	60-61, 78-79	
MAISON DE QUARTIER DES ARÈNES ROMAINES	62-63, 78-79, 80-81	
MAISON DE QUARTIER AMOUROUX	60-61, 78-79	
MAISON DE QUARTIER CHAMOIX	80-81	
MAISON DE QUARTIER CROIX-DAURADE	80-81	
MAISON DE QUARTIER DE L'HERS	62-63, 84-85	
MAISON DE QUARTIER DE LALANDE	62-63, 80-81, 82-83	
MAISON DE QUARTIER LA VACHE	82-83	
SALLE 2M	84-85	

Enfant

Forme et bien-être

ROUGE : activité proposée par une association
VERT : activité proposée par la Mairie de Toulouse
 ⚠ Tarifs hors fourniture et/ou matériel spécifique

	Pour qui ?	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE				
BABY JUDO	3 - 5 ans	Mardi : 17h15 - 18h15	Avenir Judo 31	07 66 18 29 53 - avenirjudo31toulouse@gmail.com
JUDO ENFANT	6 - 12 ans	Mardi : 18h15 - 19h15		
CENTRE CULTUREL BONNEFOY				
ACROYOGA FAMILY PARENTS - ENFANTS	3 - 5 ans	1 samedi par mois : 15h30 - 16h45	Artey Movimiento	07 63 10 46 98 - info@acroyogatoulouse.com
	6 - 10 ans	1 samedi par mois : 17h15 - 18h		
YOGA ÉVEIL CORPOREL ET SOCIAL DE L'ENFANT	3 - 6 ans	Lundi : 16h45 - 17h45	Wali & Co	06 84 07 43 93
CENTRE CULTUREL BORDEBLANCHE				
ACCUEIL ENFANT	0 - 3 ans	Lundi, jeudi et vendredi : 9h30 - 11h30	Les ptits loups	06 22 62 52 73 - fabienne.luguet@wanadoo.fr
ACTIVITÉS PARENTS - ENFANTS ÉVEIL		Mardi : 9h - 11h30	Les pitchounets	06 69 35 27 74 - kristindangles@aol.com
YOGA ENFANT	7 - 12 ans	Vendredi : 17h30 - 18h30	Les amis du petit ferdinand	06 22 27 76 94 - amisdupetitferdinand@gmail.com
CENTRE CULTUREL LA BRIQUE ROUGE				
TAEKWONDO	6 - 9 ans	Mardi et jeudi : 16h30 - 18h30	Toulouse Taekwondo	07 69 69 17 65 - toulousetaekwondo@gmail.com
	10 - 16 ans	Mardi et jeudi : 18h30 - 20h15		
		Mercredi : 17h - 20h		
CENTRE CULTUREL REYNERIE				
GYM AU SOL CE1 / CE2	7 - 8 ans	Samedi : 9h30 - 10h30	Vitafede 31	05 62 24 19 20 - pauline.moreau@comite-epgv.fr
GYM AU SOL CM1 / CM2	9 - 10 ans	Samedi : 10h30 - 11h30		
GYM ENFANTS PSM	4 - 5 ans	Mercredi : 15h30 - 16h30		
GYM ENFANTS MS/GSM	5 - 6 ans	Mercredi : 16h45 - 17h45		
GYM ENFANTS GS/CP	6 - 7 ans	Mercredi : 18h - 19h		
MUAY THAÏ (ART MARTIAL)	5 - 8 ans	Lundi : 18h - 19h	Lina Sport Culturel Toulousain	06 49 52 49 70 - linaboukhalfa@hotmail.fr
	9 - 12 ans	Jeudi : 18h - 19h		
JUDO - INITIATION	6 - 9 ans	Mercredi : 14h - 15h	Centre culturel Reynerie	05 31 22 99 21 ou 23 Accéder au téléservice
PARKOUR - DÉCOUVERTE	9 - 12 ans	Mardi : 17h - 18h		
PARKOUR - INITIATION	12 - 17 ans	Mardi : 18h - 19h		
RAID MULTISPORTS ET NAUTIQUE - INITIATION	9 - 12 ans	Mercredi : 14h30 - 16h		

	Pour qui ?	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL SAINT-SIMON				
JUDO	Dès 4 ans	Lundi : 16h30 - 21h Samedi : 9h - 13h	Saint-Simon Judo	saintsimonjudo.clubeo.com
MUAY TAI, KICK BOXING, K1	Dès 4 ans	Mercredi : 18h - 19h Vendredi : 18h - 19h	Lina sport toulousain	06 49 52 49 70 – linaboukhalfa@hotmail.fr
CENTRE CULTUREL SOUPETARD				
CHEERLEADING	6 - 14 ans	Vendredi : 18h - 19h	Toulouse Football Americain Les Ours	06 19 07 77 22 - contact@ours-toulouse.com
CENTRE CULTUREL – THÉÂTRE DES MAZADES				
CAPOEIRA	6 - 14 ans	Mercredi : 18h - 19h15	Embora	06 12 63 61 79 - associationembora@gmail.com
JUDO	8 - 9 ans	Lundi : 17h15 - 18h30	Judo club des mazades	06 43 94 85 69 - judoclubdesmazades@gmail.com
	10 - 11 ans	Lundi : 18h30 - 19h30		
	5 ans	Mercredi : 17h15 - 18h15		
	6 - 7 ans	Mercredi : 18h - 19h30		
	8 - 9 ans	Jeudi : 17h15 - 18h30		
	10 - 11 ans	Jeudi : 18h30 - 19h30		
	6 - 7 ans	Samedi : 10h30 - 11h30		
	4 - 5 ans	Samedi : 11h30 - 12h15		
GYMNASE DES ACACIAS				
AIKIDO	Dès 5 ans	Mercredi : 14h15 - 15h30	ASEAT	06 65 09 63 89 - as.eat@orange.fr
BABY JUDO + ENFANTS	Dès 3 ans	Lundi : 10h - 14h	Avenir Judo 31	07 66 18 29 53 - avenirjudo31toulouse@gmail.com
		Mercredi : 9h30 - 12h		
		Jeudi : 16h30 - 20h		
BOXE ANGLAISE ET THAÏLANDAISE	10 - 13 ans	Mercredi : 18h - 19h	Ladjal Boxing Club	06 24 60 96 50 - ladjal910@gmail.com
KARATÉ SHOTOKAN	5 - 13 ans	Vendredi : 17h - 19h	Shin Sekai	06 11 63 76 50 - shinsekai.karate@gmail.com
MAISON DE QUARTIER AMOUROUX				
JUDO	3 - 12 ans	Mardi : 17h15-19h30	Avenir Judo 31	avenirjudo31toulouse@gmail.com - 07 66 18 29 53
		Vendredi : 17h30 - 20h30		

	Pour qui ?	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
MAISON DE QUARTIER ARÈNES ROMAINES				
DANSE HORS FORMAT		Mardi : 20h - 22h30	Mjc ancely	fredsemat@gmail.com - direction@mjcancely.fr
KPOP / DANCE HALL	Dès 13 ans	Mercredi : 19h - 20h30		
MAISON DE QUARTIER LALANDE				
BOXE THAILANDAISE & ANGLAISE	5 - 9 ans	Mercredi : 14h - 15h	Ladjal boxing club Toulouse	ladjal910@gmail.com
	10 - 13 ans	Mercredi : 15h - 16h		
	5 - 9 ans	Vendredi : 17h - 18h		
	10 - 13 ans	Vendredi : 18h - 19h		
ESCALADE - TOUS NIVEAUX	6 - 9 ans	Mardi : 16h30 - 17h30	Maison de quartier Lalande	05 36 25 28 23 Accéder au téléservice
	9 - 14 ans	Mardi : 17h30 - 18h30		
JUDO	4 - 5 ans	Mardi : 17h - 19h45	Judo club des mazades	judoclubdesmazades@gmail.com
	6 - 7 ans	Mardi : 17h45 - 18h45		
	8 - 11 ans	Mardi : 18h45 - 19h45		
KIDI-DANCE	9 - 12 ans	Lundi : 17h15 - 18h30	Club Vitafédé	pauline.moreau@comite-epgv.fr
	6 - 8 ans	Jeudi : 17h15 - 18h30		
WA-JUTSU	6 - 12 ans	Mercredi : 17h30 - 18h30	Toulouse minimes Jujutsu	jl.piumi@free.fr
MAISON DE QUARTIER DE L'HERS				
ÉVEIL AUX DANSES DU MONDE PAR LE CONTE	3 - 8 ans	Jeudi : 17h - 17h45	Mond'arts31	06 64 20 76 27 - mondarts31@gmail.com
		Jeudi : 17h45 - 18h30		

ROUGE : activité proposée par une association
VERT : activité proposée par la Mairie de Toulouse
 ⚠ Tarifs hors fourniture et/ou matériel spécifique

	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE			
ATELIER COACH DÉVELOPPEMENT PERSONNEL	Samedi : 17h30 - 20h	Agart 31 Occitanie	06 51 22 52 02 - agart31occitanie@gmail.com
PILATES - DÉBUTANT (DÈS 16 ANS)	Lundi : 17h - 18h	Centre culturel Alban-Minville	05 67 73 87 60 Accéder au téléservice
PILATES - DÉCOUVERTE (DÈS 16 ANS)	Lundi : 18h - 19h		
PRATIQUES "SOMATIQUES" & DANSE	Vendredi : 9h - 11h	P.O.P.S. Toulouse	07 83 15 67 26 - popstoulouse@gmail.com
QI GONG	Lundi : 12h15 - 13h15	Les 2 Principes	06 07 59 05 88 - assoles2principes@gmail.com
	Mercredi : 12h45 - 13h45		
RELAXATION - DÉCOUVERTE (DÈS 16 ANS)	Vendredi : 12h30 - 13h30	Centre culturel Alban-Minville	05 67 73 87 60 Accéder au téléservice
CENTRE CULTUREL BELLEGARDE			
ASSOUPPLISSEMENTS SENIORS	Mercredi : 9h30 - 10h15	Accor'danse	07 61 28 49 53 - accordanse@ymail.com
	Mercredi 10h30 - 11h45		
FLOW YOGA	Mardi : 18h05 - 19h05	Soflow	06 17 02 66 51 - a.soflow@orange.fr
GYMNASTIQUE	Jeudi : 9h - 11h	Caisse de retraite AROC	06 70 14 93 73 - mariejosee.higadere@gmail.com
	Mardi : 16h30 - 17h30		
	Mardi : 17h30 - 18h30		
GYM HOLISTIQUE	1 samedi par mois : 9h30 - 12h45	Entretoises	06 74 55 22 38 - entretoises@gmail.com
GYM TONIC	Vendredi : 12h30 - 13h30	Toulouse Sport Santé	06 66 30 91 83 - brivalin@live.fr
MÉTHODE FELDENKRAIS	Lundi : 14h30 - 15h45	Association Movement Refinery	06 43 25 01 27 - movement-refinery.com
	Jeudi : 19h - 20h15		
	1 samedi par mois : 9h30 - 12h30		
PILATES	Mardi : 9h - 10h	En Corps Libres	06 12 01 80 20 - encorpslibres@gmail.com
	Mardi : 10h - 11h		
	Mercredi : 9h30 - 10h30		
	1 samedi par mois : 10h - 17h30		

CENTRE CULTUREL BELLEGARDE

	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
PILATES	Mardi : 11h15 - 12h15	Toulouse Sport Santé	06 66 30 91 83 - brivalin@live.fr
	Mardi : 12h30 - 13h30		
	Mardi : 14h - 15h		
	Vendredi : 9h - 10h		
	Vendredi : 10h - 11h		
	Vendredi : 11h15 - 12h15		
PILATES YOGA	Jeudi : 17h30 - 18h30	Soflow	06 17 02 66 51 - a.soflow@orange.fr
QI-GONG	Mardi : 10h30 - 11h45	Qi-Gong ADVAQ	06 82 81 20 42 - cathyboussard31@gmail.com
	Mardi : 12h15 - 13h30		
	Vendredi : 12h30 - 13h45		
SOPHRO RELAXATION MÉDITATION	Mardi : 17h - 18h	Soflow	06 17 02 66 51 - a.soflow@orange.fr
	Jeudi : 18h35 - 19h35		
TAI CHI CHUAN - DÉBUTANT	Mardi 10h30 - 11h15	Long river tai chi Toulouse	06 76 55 33 82 - edanjard31@gmail.com
	Mardi : 19h15 - 20h30		
TAI CHI CHUAN - INTERMÉDIAIRE	Mardi : 11h15 - 13h		
	Mardi : 20h30 - 21h45		
TAÏCHINDO	Lundi : 19h45 - 21h45	Fédération Française de Taïchindo représentée localement par Audebert Jean Pierre	05 56 96 34 40 - 06 79 37 31 48 - audebert.jp@free.fr
VOYAGES AVEC LES COULEURS	Mardi : 18h - 20h	Express yourself	06 50 76 40 82 - isa.morales@yahoo.fr
YOGA DOUX SHRI VIVEK	Jeudi : 10h - 11h30	Yoga Shri Vivek France	06 52 62 99 49 - medha.jgd@gmail.com
YOGA INTÉGRAL SHRI VIVEK	Lundi : 12h15 - 13h30		
	Lundi : 17h30 - 18h45		
	Lundi : 19h - 20h15		

CENTRE CULTUREL BONNEFOY

ABDOS-FESSIERS - TOUS NIVEAUX	Mardi : 18h - 19h	Centre culturel Bonnefoy	05 67 73 83 60 Accéder au téléservice
CARDIO TRAINING - TOUS NIVEAUX	Mardi : 19h - 20h		
DOUX YOGA (DE 14 À 75 ANS)	Mardi : 12h30 - 13h30	Soflow	06 17 02 66 51 - a.soflow@orange.fr
FLOW YOGA	Lundi : 12h30 - 13h30		
FLOW YOGA (DE 14 À 70 ANS)	Lundi : 18h15 - 19h15		

	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL BONNEFOY			
GYM DOUCE - TOUS NIVEAUX	Jeudi : 9h15 - 10h15	Centre culturel Bonnefoy	05 67 73 83 60 Accéder au téléservice
GYM DYNAMIQUE - TOUS NIVEAUX	Jeudi : 10h30 - 11h30		
GYM SPORTIVE - TOUS NIVEAUX	Jeudi : 11h45 - 12h45		
HATHA YOGA (DÈS 16 ANS)	Mardi : 19h - 20h	Blossom	blossomdansetheatre@gmail.com
PILATES - TOUS NIVEAUX	Mardi : 12h45 - 13h45	Centre culturel Bonnefoy	05 67 73 83 60 Accéder au téléservice
	Mercredi : 9h - 10h		
	Mercredi : 10h15 - 11h15		
	Mercredi : 11h30 - 12h30		
	Jeudi : 13h - 14h		
QI GONG	Lundi : 19h30 - 20h45	Qi gong advaq	06 82 81 20 42 cathyboussard31@gmail.com
STRETCHING RELAX - TOUS NIVEAUX	Mardi : 10h - 11h	Centre culturel Bonnefoy	05 67 73 83 60 Accéder au téléservice
	Mardi : 11h - 12h		
TAI-CHI CHUAN - DÉBUTANT	Vendredi : 10h - 11h	Long River Tai-Chi Toulouse	06 64 42 31 37 - cours@longrivertaichi.fr
TAI-CHI CHUAN - INTERMÉDIAIRE	Vendredi : 11h - 12h		
YOGA DANSE / DANSE LIBRE (DÈS 16 ANS)	Mardi : 18h - 19h	Blossom	blossomdansetheatre@gmail.com
YOGA VINYASA	Lundi : 12h30 - 13h45	Artey Movimiento	07 63 10 46 98 - info@acroyogatoulouse.com
CENTRE CULTUREL BORDEBLANCHE			
BIODANZA	Mercredi : 10h - 12h	So vivenciando	06 33 21 21 28 - biodanzats@hotmail.com
HATHA YOGA	Mardi : 19h30 - 20h30	Tyka toucan	06 13 06 88 45 - cie.tyka.toucan@gmail.com
	Vendredi : 18h30 - 19h30	Les amis du petit ferdinand	06 22 27 76 94 - amisdupetitferdinand@gmail.com
KOBUDO D'OKINAWA / KARATE UECI-RYU	Lundi : 12h - 13h30	Toulouse shubukan	06 86 98 89 09 - lionel@toulouse-shubukan.com
	Jeudi : 12h - 13h30		
QI GONG	Mercredi : 12h30 - 13h30	Pradettes taiji	06 81 74 04 32 - pradettes.taiji@gmail.com
	Mercredi : 19h - 20h		
TAIJI	Lundi : 19h - 20h		
VINYASA YOGA	Vendredi : 19h30 - 20h30	Les amis du petit ferdinand	06 22 27 76 94 - amisdupetitferdinand@gmail.com
VOYAGE SONORE	1 dimanche par mois : 9h - 11h		
YIN YOGA POSTURAL	Mercredi : 20h - 21h	Tyka toucan	06 13 06 88 45 - cie.tyka.toucan@gmail.com
YOGA	Jeudi : 11h45 - 13h15	CYSO	07 81 08 68 28 - laurence.butte@gmail.com
YOGA YIN	Mardi : 20h30 - 21h30	Tyka toucan	06 13 06 88 45 - cie.tyka.toucan@gmail.com

	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS			
ATELIERS DE DANSE À DESTINATION DES EXILÉES ET RÉFUGIÉES	Mercredi : 18h - 20h	RETSE31 (Réseau Toulousain En Soutien Aux Exilés Et Réfugiés)	retser31@gmail.com
GYM DOUCE - STRETCHING	Mercredi : 12h15 - 13h15	CVIFS	06 31 32 62 05 - sante@cvifs.fr - contact@cvifs.fr
KENDO	Lundi : 19h - 22h	Seigakukan Kendo	06 87 55 43 28 - seigakukan.kendo@gmail.com
CENTRE CULTUREL LA BRIQUE ROUGE			
KINBALL	Lundi : 20h - 22h	Tkc kinball	06 76 05 20 63 - tkc.kinball@gmail.com
CENTRE CULTUREL RENAN			
YOGA	Mardi : 19h - 20h30	Vitafede 31	06 72 11 16 15 - hautegaronne@club-vitafede.fr
CENTRE CULTUREL REYNERIE			
ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE SENIORS	Vendredi : 13h30 - 15h	Apadanse	06 78 11 34 24 - apadanse@gmail.com
CHORALE	Lundi : 18h - 20h	Choeurs du Lac	06 77 20 60 15 - frederique.said65@orange.fr
GYM BIEN-ETRE À DESTINATION DES ADHÉRENTS DU COSAT	Lundi : 12h30 - 13h30	Cosat	05 31 22 21 71 - pascale.finelestraquit@mairie-toulouse.fr
PILATES - INITIATION	Mercredi : 12h15 - 13h15	Centre culturel Reynerie	31 22 99 21 ou 23 Accéder au téléservice
YOGA DYNAMIQUE - DÉBUTANT	Vendredi : 12h15 - 13h15		
YOGA ZEN - DÉCOUVERTE	Lundi : 12h30 - 13h30		
CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN			
ASSOUPPLISSEMENT SENIORS	Mardi : 9h30 - 10h30	FJEP	06 68 90 09 18 - fjep.danse@gmail.com
	Lundi : 10h30 - 11h30	Accor Danse	07 61 28 49 53 - accordanse@ymail.com
	Jeudi : 10h30 - 11h30		
	Vendredi : 11h - 12h		
ÉTIREMENTS SENIORS	Vendredi : 12h15 - 13h30		
ÉQUILIBRE SENIORS	Jeudi : 9h - 10h30	M2P	06 59 64 44 01 - secretariat@asso-m2p.fr
	Jeudi : 10h30 - 12h	Vie Z'âge	06 59 64 44 01 - lucierocher69@gmail.com
GYM DOUCE	Mercredi : 9h - 10h15	Solycuba	07 83 79 74 47 - martha.aranguiz@gmail.com
	Mercredi : 10h30 - 11h45		
MÉMOIRE SENIORS	Lundi : 9h30 - 12h	M2P	06 63 04 26 67 - secretariat@asso-m2p.fr
PILATES	Lundi : 12h15 - 13h45	Tribal vibes	06 41 88 88 61 - tribalvibes@gmail.com
	Lundi : 17h30 - 18h30	Art Indigo	06 52 78 58 43 - artindigotoulouse@gmail.com
	Vendredi : 9h30 - 10h30		

ROUGE : activité proposée par une association
VERT : activité proposée par la Mairie de Toulouse
 Tarifs hors fourniture et/ou matériel spécifique

	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN			
PILATES INITIAL	Jeudi : 14h30 - 16h	Vie Z'âge	06 59 64 44 01 - lucierocher69@gmail.com
PILATES SENIORS	Mercredi : 10h35 - 11h35	A corps imparfait	06 99 43 24 04 - aline.gubert@yahoo.fr
PILATES - TOUS NIVEAUX	Mercredi : 12h30 - 13h30	Centre culturel Saint-Cyprien	05 61 22 27 77 Accéder au téléservice
QI-GONG	Jeudi : 9h - 10h15	Les 5 éléments	05 61 59 91 29 - lescinqelements@hotmail.fr
	1 samedi par mois : 9h30 - 13h30	Le juste milieu	06 67 72 03 33 - lejustemilieu31@gmail.com
SOPHROLOGIE MON CORPS EN CONSCIENCE	Mercredi : 12h15 - 13h15	Soflow	06 17 02 66 51 - a.soflow@orange.fr
TAI CHI	Mardi : 9h05 - 12h15	Douceur de vie	06 09 93 57 21 - douceurdevie31@gmail.com
TAICHINDO	Mardi : 16h - 18h	Centre de taichindo de Toulouse	06 76 78 11 85 - jeanchristophe.audy@free.fr
	Jeudi : 17h - 18h45		
YOGA	Lundi : 9h - 10h15	Maygetsin	06 32 72 97 30 - legoff.andcie@yahoo.fr
	Mercredi : 9h - 10h15		
	Vendredi : 10h45 - 12h	Solycuba	yaritzadesol@gmail.com
YOGA IYENGAR	Mardi : 18h15 - 19h45	Silence & rythme	07 67 99 76 81 - silence.et.rythme@gmail.com
	Mardi : 19h45 - 21h15		
	Jeudi : 12h15 - 14h15		
YOGA SENIORS	Lundi : 14h - 17h	Yoga Asie culture	06 99 56 92 85 - raffanel.catherine@gmail.com
CENTRE CULTUREL SAINT-SIMON			
GYM DOUCE - DÉBUTANT	Mardi : 10h - 11h	Centre culturel Saint-Simon	05 31 22 96 80 Accéder au téléservice
MUAY TAI, KICK BOXING, K2 (DÈS 12 ANS)	Mercredi : 19h - 21h	Lina sport toulousain	06 49 52 49 70 - linaboukhalfa@hotmail.fr
MUAY TAI, KICK BOXING, K3 (DÈS 12 ANS)	Vendredi : 19h - 21h		
PILATES	Mardi : 12h30 - 13h30	Association MAD corps 83	06 72 74 73 26 - madcorps31@gmail.com
	Jeudi : 12h30 - 13h30		
QI GONG	Jeudi : 10h - 11h	Association DU YI AU CHI	06 08 75 39 95 - nathalie.pezzotti@orange.fr
RELAXATION - DÉBUTANT	Mardi : 12h30 - 13h30	Centre culturel Saint-Simon	05 31 22 96 80 Accéder au téléservice
TAI CHI CHUAN	Mardi : 19h30 - 20h30	Association DU YI AU CHI	06 61 21 49 38 - nproxi.32@gmail.com
	Jeudi : 11h15 - 12h15		06 08 75 39 95 - nathalie.pezzotti@orange.fr
YOGA	Lundi : 12h30 - 13h30	Espace et vie	06 83 19 43 86 - dominiquebrenquier@gmail.com

	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL SOUPETARD			
BARRE À TERRE	Samedi : 11h - 12h	Cie Les Mouvements Danses	06 16 29 52 83 - mest_pascal@yahoo.fr
CHEERLEADING (DÈS 17 ANS)	Vendredi : 19h - 21h	Toulouse Football Americain Les Ours	06 19 07 77 22 - contact@ours-toulouse.com
GYM ADULTE	Mardi : 12h - 13h	Aseat gy adultes	06 65 09 63 89 - as.eat@orange.fr
	Jeudi : 12h - 13h		
GYM SENIORS	Lundi : 10h - 11h et 11h - 12h	Aseat gy seniors	06 65 09 63 89 - as.eat@orange.fr
	Mardi : 9h - 10h		
	Vendredi : 10h30 - 11h30		
INITIATION TECHNIQUE ET PRATIQUE DE LA PÊCHE À LA MOUCHE	Jeudi : 19h - 24h	Club français des pêcheurs à la mouche	cfpm@free.fr - www.cfpm-mouche.fr
INTERVENTIONS SPORTIVES SPORT SANTÉ	Jeudi : 15h - 17h	Mixah / Maison Sport Santé	06 68 09 91 77 - accueil@mixah.org
PILATES BALLON	Samedi : 10h - 11h	Cie Les Mouvements Danses	06 16 29 52 83 - mest_pascal@yahoo.fr
PILATES AU SOL	Samedi : 9h - 10h		
QI GONG	Lundi : 19h15 - 20h15	Neijing Taiji Qicong	06 51 51 26 22 - centreqigong@gmail.com
	Mardi : 10h30 - 11h30		
	Jeudi : 14h - 15h	Espace aikido	06 21 34 42 84 - dany31@orange.fr
RENFORCEMENT MUSCULAIRE - TOUS NIVEAUX	Mercredi : 9h30 - 10h30	Centre culturel Soupetard	05 31 22 99 70 Accéder au téléservice
	Vendredi : 9h30 - 10h30		
TAI CHI CHUAN	Vendredi : 14h - 15h	Espace aikido	dany31@orange.fr - 06 21 34 42 84
YOGA IYENGAR	Mardi : 18h15 - 19h30	Biloba	06 45 00 81 02 - assobilobayoga@gmail.com
	Jeudi : 10h - 11h15		
	Vendredi : 12h15 - 13h30		
YOGA ZEN	Mercredi : 12h30 - 13h30	Cie Les Mouvements Danses	06 16 29 52 83 - mest_pascal@yahoo.fr
CENTRE CULTUREL - THÉÂTRE DES MAZADES			
AÏKIDO	Mardi : 19h30 - 21h30	Aikido club mazades	06 74 09 77 41 - david.patrice@gmail.com
	Vendredi : 19h30 - 21h30		
ENTRAÎNEMENT GROUPE SENIORS GYM	Mardi : 13h30 - 15h30	Coquelicot Toulouse gymnastique	06 07 33 75 53 - contact@ctgym.fr
GYM DANSÉE	Mardi : 18h45 - 20h	Gym des mazades	agvdm31@gmail.com /

CENTRE CULTUREL - THÉÂTRE DES MAZADES

	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
GYM DOUCE	Mardi : 11h15 - 12h15	Association Negreneys Curie - ANC	05 61 57 44 01 - asso.negreneys-curie@wanadoo.fr
	Mardi : 15h30 - 16h45	Gym des mazades	agvdm31@gmail.com /
	Mercredi : 19h45 - 20h45		
	Jeudi : 10h15 - 11h15		
	Jeudi : 11h15 - 12h15	Association Negreneys Curie - ANC	05 61 57 44 01 - asso.negreneys-curie@wanadoo.fr
	Jeudi : 18h15 - 19h15	Gym des mazades	agvdm31@gmail.com
	Vendredi : 14h45 - 16h15		
GYM DYNAMIQUE	Lundi : 15h30 - 16h45		
	Mardi : 9h - 10h15		
	Mercredi : 20h45 - 21h45		
	Jeudi : 9h - 10h15		
	Samedi : 9h - 10h15		
HATHA YOGA	Vendredi : 9h - 10h15	Fleur'essence	06 51 77 57 31 - fleuressenceasso@gmail.com
JUDO	Lundi : 19h30 - 21h30	Judo club des mazades	06 43 94 85 69 - judoclubdesmazades@gmail.com
	Jeudi : 19h30 - 21h30		
KI TAISO	Jeudi : 12h15 - 13h30	Seigakukan	seigakukan.kendo@gmail.com
MÉMOIRE	Vendredi : 10h - 11h30	Association Negreneys Curie - ANC	05 61 57 44 01 - asso.negreneys-curie@wanadoo.fr
PILATES	Mardi : 12h30 - 13h30	So pilates	06 50 97 59 72 - so.pilates@gmail.com
	Mercredi : 19h15 - 20h15		
QI GONG	Lundi : 20h - 21h15	Fleur'essence	06 51 77 57 31 - fleuressenceasso@gmail.com
QI GONG	Vendredi : 10h30 - 11h45		
TAIJI QUAN	Mardi : 17h - 19h30	Aïkido club mazades	06 74 09 77 41 - david.patrice@gmail.com
	Vendredi : 17h - 19h30		
TAÏSO	Lundi : 18h30 - 19h30	Judo club des mazades	06 43 94 85 69 - judoclubdesmazades@gmail.com
YOGA SENIORS	Jeudi 16h - 17h	LASALA	asso.lasala@proton.me
YOGA VINYASA	Mardi : 19h - 20h15	Yogalipette	06 84 99 43 09 - claudine@yogalipette.com
	Mercredi : 12h - 13h15		
	Vendredi : 12h15 - 13h30		

Adulte

Forme et bien-être

ROUGE : activité proposée par une association
VERT : activité proposée par la Mairie de Toulouse
 Tarifs hors fourniture et/ou matériel spécifique

	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
GYMNASSE DES ACACIAS			
BOXE ANGLAISE ET THAÏLANDAISE (DÈS 14 ANS)	Mercredi : 19h - 20h	Ladjal Boxing Club	06 24 60 96 49 - ladjal910@gmail.com
CAPOEIRA	Mardi : 17h30 - 20h	Capoeiragem	06 67 75 86 04 - toulouse@capoeiragem.fr
	Vendredi 19h - 22h		
FITNESS + URBAN TRAINING	Mardi et vendredi : 12h30 - 13h30	Gym volontaire Jolimont	06 26 01 65 20 - gvjolimont@laposte.net
	Mardi et jeudi : 20h - 22h		
KARATÉ SHOTOKAN	Lundi : 20h - 22h	Shin Sekai	06 11 63 76 49 - shinsekai.karate@gmail.com
QI GONG	Lundi : 18h30 - 19h45	Qi Gong Advag	06 82 81 20 42 - cathyboussard31@gmail.com
CYCLE DE XIII EQUILIBRE	Jeudi : 9h30 - 10h30	Toulouse Olympique XIII	06 30 48 16 41 - stephanie.luthier@to13asso.fr
	Jeudi : 10h30 - 11h30		
MAISON DE QUARTIER AMOUROUX			
AÏKIDO	Jeudi : 20h30 - 22h	ASEAT	06 65 09 63 89 - as.eat@orange.fr
JUDO	Vendredi : 20h30 - 22h	Avenir Judo 31	07 66 18 29 53 - avenirjudo31toulouse@gmail.com
YOGA SUR CHAISE	Jeudi : 11h - 12h	L'Atelier Yoga	06 22 69 18 12 -veronique.daguenetpillot@gmail.com
YOGA ZEN	Lundi : 18h30 - 19h30	Yaka rire et jouer	06 62 84 74 55 – yakarirejouer@gmail.com
PILATE SUR MUR	Mardi : 9h30 - 10h30		
MAISON DE QUARTIER DES ARÈNES ROMAINES			
CHORALE	Mercredi : 20h30 - 22h30	Chœur battant	06 52 80 48 96
CROSS TRAINING	Lundi : 18h30 - 19h30	Mjc ancely	fredsemat@gmail.com - direction@mjcancely.fr
DANSE SENIORS	Mardi : 13h - 15h	Osssquart	09 50 81 22 82 - osquart13@free.fr
GYM ADAPTÉE	Vendredi : 14h30 - 16h	Foyer le petit bois	06 01 28 45 74 - christophe.fayet@asei.asso.fr
GYM SENIORS	Vendredi : 11h20 - 12h20	Osssquart	09 50 81 22 82 - osquart13@free.fr
PILATES	Mardi : 18h45 - 19h45	Mjc ancely	fredsemat@gmail.com - direction@mjcancely.fr
	Vendredi : 12h30 - 13h30		
PILATES SENIORS	Lundi : 9h30 - 10h30	Osssquart	09 50 81 22 82 - osquart13@free.fr
	Jeudi : 11h15 - 12h15		
QI GONG	Mardi : 17h - 18h	Du YI au CHI	06 08 75 39 95 - nathalie.pezzotti@orange.fr
	Jeudi : 15h45 - 16h45		
QI GONG SENIORS	Lundi : 15h15 - 16h15	Osssquart	09 50 81 22 82 - osquart13@free.fr

	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
MAISON DE QUARTIER DES ARÈNES ROMAINES			
SPORT SANTÉ SENIORS	Lundi : 17h30 - 18h30	Mjc ancely	fredsemat@gmail.com - direction@mjcancely.fr
	Jeudi : 9h - 10h		
TAI JI SENIORS	Mardi : 15h15 - 16h15	Osssquart	09 50 81 22 82 - osquart13@free.fr
	Jeudi : 14h30 - 15h30		
YOGA SENIORS	Lundi : 10h50 - 11h50		
	Jeudi : 10h10 - 11h10		
	Vendredi : 10h15 - 11h15		
MAISON DE QUARTIER CHAMOIS			
YOGA	Jeudi : 9h30 - 11h	Vitafede 31	06 72 11 16 15 - hautegaronne@club-vitafede.fr
MAISON DE QUARTIER CROIX-DAURADE			
COURS THÉORIQUE	Mardi : 19h - 22h30	Club subaquatique	csat31@gmail.com
GYM SENIORS	Mardi : 9h15 - 12h	Club des aînés de Croix Daurade	05 61 48 89 60
	Jeudi : 9h15 - 12h		
GYM HOLISTIQUE	Mercredi : 17h30 - 20h15	MJC Croix Daurade	contact@mjjccroixdaurade.fr
MÉDITATION	Lundi : 18h - 21h		
QI QONG	Mardi : 19h - 20h15		
MAISON DE QUARTIER LALANDE			
ART MARTIAL JAPONAIS	Vendredi : 19h30 - 21h30	Jinankan Fr	jinenkanfr@gmail.com
ARTS MARTIAUX RUSSES	Mardi : 18h - 20h	Systemic énergie	stephen.roy@hotmail.fr
BADMINTON	Lundi : 19h - 21h	Colt badminton	petruschka@gmail.com
	Mercredi : 19h - 21h		
BADMINTON SENIORS	Lundi : 16h - 18h	Astors	astors@orange.fr
	Jeudi : 16h - 17h		
BOXE THAÏLANDAISE & ANGLAISE (DÈS 14 ANS)	Mercredi : 16h - 17h15	Ladjal boxing club Toulouse	ladjal910@gmail.com
CANNE DÉFENSE & BÂTON DÉFENSE	Mardi : 18h - 21h	Académie Jacques Levinet	ajl.hautegeronne@gmail.com
CAPOEIRA	Jeudi : 20h30 - 22h	Volta ao mundo	candeia.toulouse@gmail.com

	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
MAISON DE QUARTIER LALANDE			
ESCALADE - TOUS NIVEAUX (DÈS 14 ANS)	Mardi : 18h30 - 19h30	Maison de quartier Lalande	05 36 25 28 23 Accéder au téléservice
ESCRIME LUDIQUE	Samedi : 20h30 - 23h30	Le consulat D'Elleslande	consulatdelleslande@gmail.fr
FOOTBALL DE TABLE	Mercredi : 18h30 - 21h	Toulouse Football de Table	toulouseft@gmail.com
	Vendredi : 18h - 22h		
GYMNASTIQUE VOLONTAIRE SENIORS	Lundi : 18h30 - 19h30	Gv sport et santé	g.auneau31@gmail.com
KENDO	Jeudi : 19h30 - 23h	Seigakukan	seigakukan.kendo@gmail.com
	Samedi : 9h - 13h		
KRAV MAGA SELF DÉFENSE	Mercredi : 19h - 21h	Académie Jacques Levinet	ajl.hautegeronne@gmail.com
MMA - ARTS MARTIAUX MIXTES (DÈS 14 ANS)	Vendredi : 19h - 21h30	Ladjal boxing club Toulouse	ladjal910@gmail.com
PING-PONG SENIORS	Lundi : 16h - 18h	Astors	astors@orange.fr
	Jeudi : 16h - 17h		
	Vendredi : 10h - 12h		
PILATES - TOUS NIVEAUX	Lundi : 9h30 - 10h30	Maison de quartier Lalande	05 36 25 28 23 Accéder au téléservice
	Lundi : 10h30 - 11h30		
RENFORCEMENT MUSCULAIRE - TOUS NIVEAUX	Lundi : 12h30 - 13h30		
SOPHROLOGIE	Samedi : 9h30 - 12h	Eveil T sens	jgonzalez.sophro@yahoo.com
VOLLEY LOISIRS	Lundi : 21h - 23h30	Colt volleyball	coltvolleyball31@gmail.com
	Mercredi : 21h - 23h30		
	Vendredi : 21h30 - 23h30		
VOLLEY COMPÉTITION	Mardi : 20h30 - 23h30		
MAISON DE QUARTIER LA VACHE			
ARTS MARTIAUX RUSSES	Jeudi : 18h - 20h	Systemic énergie	stephen.roy@hotmail.fr
ATELIER MOTRICITÉ	Vendredi : 9h - 12h	Alliances et cultures	joelle.schneider@alliancesetcultures.org
BILLARD INDIEN	Mercredi : 20h30 - 23h30	Carrom	spidernaute@gmail.com
GYM DOUCE	Lundi : 10h30 - 12h	Alliance et culture	joelle.schneider@alliancesetcultures.org
	Mardi : 10h - 11h		
	Jeudi : 10h - 11h		

ROUGE : activité proposée par une association
VERT : activité proposée par la Mairie de Toulouse
 Tarifs hors fourniture et/ou matériel spécifique

	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
MAISON DE QUARTIER DE L'HERS			
CAPOEIRA (DÈS 16 ANS)	Mercredi : 18h30 - 20h	Capoeir'Axe Toulouse	07 63 84 47 58 - erickhenrique122@gmail.com
COURSES PÉDESTRES	1 vendredi par mois : 19h - 22h30	La balade de Riquet	06 22 21 41 24 - 06 73 60 65 03 - orgasympa@gmail.com
RÉUNIONS HABITANTS DU QUARTIER DE L'HERS	1 ^{er} et 2 nd s mardis du mois : 20h30 - 22h30	Comité des Quartiers de l'Hers	06 01 94 96 90 - comite.hers@gmail.com
YOGA	Mardi : 18h15 - 20h	Yoga E.T.Y.C	06 07 90 81 82
	Jeudi : 18h30 - 20h	Atelier du Yoga	06 46 63 55 56 - marielaure.biran@gmail.com
SALLE 2M			
MÉDITATION	Vendredi : 10h - 14h	Amesoin	gigliola.mambrini@free.fr
PILATES	Mardi : 19h30 - 21h30	MJC Croix Daurade	contact@mjccroixdaurade.fr
YOGA HATHA	Lundi : 17h - 18h15	Yogasana 31	annabertin7@gmail.com
	Mercredi : 10h - 11h15		
	Mardi : 17h30 - 18h45		

Jeux de société



Index

Dans l'index ci-dessous, la première colonne des numéros de pages renvoie à l'offre enfant, la deuxième colonne à l'offre adulte.

CENTRE CULTUREL BELLEGARDE	88-89	
CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS	88-89	
CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN	88-89	
MAISON DE QUARTIER CHAMOIS	88-89	
MAISON DE QUARTIER CROIX DAURADE	88-89	
MAISON DE QUARTIER DE L'HERS	88-89	
MAISON DE QUARTIER LALANDE	88-89	
MAISON DE QUARTIER LA VACHE	88-89	

Jeux de société

Adulte

ROUGE : activité proposée par une association
VERT : activité proposée par la Mairie de Toulouse
 Tarifs hors fourniture et/ou matériel spécifique

	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL BELLEGARDE			
MAH JONG - CONFIRMÉ	Lundi : 19h - 22h	Blue Frog Mah Jong Club	07 85 12 55 27 - florent.descamps.fd@gmail.com
JEUX DE RÔLES (DÈS 12 ANS)	Vendredi : 17h - 22h	Jeux de Trolls	contact@jeuxdetrolls.com
	1 samedi par mois : 13h30 - 17h45		
CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS			
JEU DU MAHJONG	Mercredi : 19h - 22h	Sou-Long Mahjong	06 52 92 58 90 - soulong.mahjong.toulouse@gmail.com
CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN			
JEUX DE SOCIÉTÉ	2 jeudis par mois : 14h - 16h	Centre culturel Saint-Cyprien	05 61 22 27 77 Accéder au téléservice
MAISON DE QUARTIER CHAMOIS			
BILLARD CARAMBOLE	Tous les jours : 9h30 - 21h	Billard Club Toulousain	05 61 12 11 69 - billard.bct@orange.fr
MAISON DE QUARTIER CROIX-DAURADE			
LUDOTHÈQUE	Mardi : 9h30 - 11h30	123 Soleil	direction.123soleil@gmail.com
	Mardi : 16h - 18h		
	Mercredi : 9h30 - 12h		
	Mercredi : 14h - 18h		
	Vendredi : 9h30 - 11h30		
	Vendredi : 16h - 18h		
	Samedi : 10h - 12h		
	Samedi : 14h - 18h30		
MAISON DE QUARTIER DE L'HERS			
JEUX DE SOCIÉTÉ	Lundi, mardi, jeudi et vendredi : 14h - 17h	Foyer des anciens du château de l'Hers Pierre Baudis	mady13.31@gmail.com - clubfoyerseniorshers@gmail.com
MAISON DE QUARTIER LALANDE			
AUTOUR DU JEU SENIORS	Lundi : 14h - 16h	Astors	astors@orange.fr
MAISON DE QUARTIER LA VACHE			
JEUX DE RÔLE	Samedi : 18h30 - 23h30	Le consulat D'Elleslande	consulatdelleslande@gmail.fr

Langues et écriture



Index

Dans l'index ci-dessous, la première colonne des numéros de pages renvoie à l'offre enfant, la deuxième colonne à l'offre adulte.

CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE	92-93, 94-95	
CENTRE CULTUREL BELLEGARDE	94-95	
CENTRE CULTUREL BONNEFOY	92-93, 94-95	
CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN	96-97	
CENTRE CULTUREL LA BRIQUE ROUGE	96-97	
CENTRE CULTUREL SOUPETARD	96-97	
MAISON DE QUARTIER CHAMOIS	92-93	
MAISON DE QUARTIER CROIX DAURADE	92-93, 98-99	
MAISON DE QUARTIER LA VACHE	92-93, 98-99	

ROUGE : activité proposée par une association
VERT : activité proposée par la Mairie de Toulouse
 ⚠ Tarifs hors fourniture et/ou matériel spécifique

	Pour qui ?	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE				
COURS INITIATION LANGUES ÉTRANGÈRES	5 - 17 ans	Samedi matin	Alliance des Cultures et de Loisirs	06 03 00 85 62 - allianz.tls1@gmail.com
		Samedi après-midi		
		Dimanche matin		
SOUTIEN SCOLAIRE MATHS / PHYSIQUE	12 - 18 ans	Dimanche : 10h - 12h30	Centre Formation Excellence	06 60 67 13 02 - profbmounir@yahoo.fr
	17 - 18 ans	Dimanche : 10h - 12h30		
CENTRE CULTUREL BONNEFOY				
ART & ENGLISH (ANGLAIS LUDIQUE)	6 - 10 ans	Jeudi : 16h45 - 17h45	Bani Thani	banithani.tlse@gmail.com
CORÉEN	5 - 16 ans	Samedi : 10h - 11h45	École coréenne de Toulouse	06 69 32 02 95 - jeongmi@free.fr - ecole.coreenne31@yahoo.fr
		Samedi : 14h - 17h		
L'ESPAGNOL - ÉVEIL ET NATURE - PARENTS-ENFANTS	6 mois - 3 ans	1 lundi par mois : 16h30 - 17h15	Agribains	07 68 64 29 60 - latalatacolombia@gmail.com
L'ESPAGNOL EN JOUANT	4 - 9 ans	Lundi : 17h30 - 18h30		
MAISON DE QUARTIER CHAMOIS				
AIDE AUX DEVOIRS	6 - 18 ans	Lundi : 16h30 - 19h	Izards Attitude	06 76 73 18 69 - clas.izardsattitude@gmail.com
		Mercredi : 13h - 17h		
		Jeudi : 15h30 - 19h30		
PARRAINAGE ET ACCOMPAGNEMENT	11 - 25 ans	Mardi : 17h - 20h30	Proxité	07 67 76 17 36 - a.guiner@proxite.com
MAISON DE QUARTIER CROIX-DAURADE				
ACCOMPAGNEMENT SCOLAIRE	11 - 15 ans	Vendredi : 16h15 - 19h15	Apsar	isabelle.massardi@associationapsar.org
MAISON DE QUARTIER LA VACHE				
ACCOMPAGNEMENT A LA SCOLARITE	6 - 11 ans	Vendredi : 16h - 18h30	Alliances et cultures	joelle.schneider@alliancesetcultures.org

	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE			
ATELIERS DE FRANÇAIS LANGUE ÉTRANGÈRE	Mardi : 13h30 - 16h30	Bell'Arc en Ciel	06 67 97 00 82 - 06 87 35 16 80 - assobellarcenciel@gmail.com
	Mercredi : 9h - 12h		
	Jeudi : 9h - 12h		
CENTRE CULTUREL BELLEGARDE			
ANGLAIS DU VOYAGE	Mardi : 10h - 11h30	Culturlang	06 82 81 20 42 - cathyboussard31@gmail.com
COURS D'ANGLAIS	Lundi : 16h - 17h45	Cercle Bellegarde	06 67 60 68 22 - cerclebellegarde@free.fr
	Jeudi : 16h - 17h30		
COURS D'ESPAGNOL	1 lundi sur 2 : 14h - 16h		
COURS D'ITALIEN	Mardi : 12h - 13h30	Asso.machiavelli	06 16 03 97 21 - contact@machiavelli-toulouse.fr
	Jeudi : 12h15 - 13h45		
ÉCRITURE	2 mardis par mois : 18h30 - 20h30	Collectif Avant les mots	06 60 93 70 15 - elisevandel@gmail.com
ESPAGNOL CONVERSATION	Jeudi : 16h - 17h30	Cercle Bellegarde	06 67 60 68 22 - cerclebellegarde@free.fr
ÉCRITURE ESPAGNOL	1 jeudi sur 2 : 14h - 16h		
CENTRE CULTUREL BONNEFOY			
ANGLAIS DU VOYAGE - INTERMÉDIAIRE	Mardi : 9h - 10h30	Cultur'lang	06 82 81 20 42 - cathyboussard31@gmail.com
ANGLAIS DU VOYAGE - PRÉ-INTERMÉDIAIRE	Mardi : 10h30 - 12h		
ANGLAIS DU VOYAGE - ÉLÉMENTAIRE	Mardi : 15h - 16h30		
ANGLAIS DU VOYAGE - INTERMÉDIAIRE	Mardi : 18h45 - 20h		
APPRENTISSAGE DE LA LANGUE DES SIGNES FRANÇAISE (LSF) - DÉBUTANT	Jeudi : 18h - 20h	Institut de recherche et d'innovation en langue des signes (IRIS)	les.iris@wanadoo.fr
AUTOBIOGRAPHIE, ÉCRITURE, CONSEIL...	1 samedi par mois : 14h - 17h	Association pour l'autobiographie	06 45 55 26 58 - rcombroux@gmail.com
ESPAGNOL	Lundi : 9h - 10h30	Accent tonique	05 61 26 29 34 - 06 74 05 84 09 - accent.tonique@gmail.com
	Lundi : 10h30 - 12h		
	Mardi : 17h - 18h30		
	Jeudi : 10h30 - 12h		
	Jeudi : 17h - 18h30		
	Jeudi : 18h30 - 20h		
ITALIEN NIVEAU B1	Mardi : 12h15 - 14h15	Association Dante Alighieri	07 66 03 82 72 - secretariat@ladantetoulouse.com
OCCITAN	Jeudi : 20h30 - 22h	Institut d'études occitanes de la Haute-Garonne	05 61 11 24 87 - cors@ieo31.com

	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL LA BRIQUE ROUGE			
LSF	2 jeudis par mois : 18h - 20h	Hibiscus	communication@faireville.fr
CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN			
ANGLAIS CONVERSATION	Vendredi : 9h - 10h30 Vendredi : 10h30 - 12h	RAM	06 60 93 70 15 - relaistoulouse@gmail.com
CONVERSATION ESPAGNOL	Mercredi : 18h15 - 19h45	MJC Roguet	09 53 39 19 66 - accueil.roguet@gmail.com
ÉCRITURE	1 jeudi par mois : 14h - 17h	Collectif avant les mots (calm)	06 60 93 70 15 - elisevandel@gmail.com
ESPAGNOL	Lundi : 10h30 - 12h Mardi : 9h30 - 11h Mardi : 11h - 12h30 Mardi : 14h - 15h30 Mardi : 15h30 - 17h Jeudi : 10h30 - 12h	Cultura Latina Espanola	07 80 34 73 94 - christinefournie@free.fr
SLAM ET POÉSIE	Mercredi : 19h45 - 20h45	MJC Roguet	09 53 39 19 66 - accueil.roguet@gmail.com
CENTRE CULTUREL SOUPETARD			
ANGLAIS - ÉLÉMENTAIRE	Lundi : 17h - 18h30	Accent tonique	06 74 05 84 09 - accent.tonique@gmail.com
ANGLAIS - INTERMÉDIAIRE	Lundi : 18h30 - 20h		
ATELIER CHANT EN ESPAGNOL	2 mardis par mois : 9h45 - 11h15		
ESPAGNOL	Mardi : 11h30 - 13h Mardi : 14h - 15h30		
ESPAGNOL - NIVEAU A2	Jeudi : 15h - 16h30		
ESPAGNOL - NIVEAU B1	Jeudi : 16h30 - 18h	Mixah / Lsf	mixah.lsf@gmail.com
FORMATION LANGUE DES SIGNES FRANCAISE (LSF)	Jeudi : 18h - 19h30		
LECTURE ET DÉBAT AUTOUR D'UNE OEUVRE	1 lundi par mois : 14h - 17h	ANR Association Nationale Retraités La Poste France Télécom	06 89 83 55 39 - danielle.bombail@wanadoo.fr

MAISON DE QUARTIER CROIX-DAURADE

	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
LUDOTHÈQUE	Mardi : 9h30 - 11h30	123 Soleil	direction.123soleil@gmail.com
	Mardi : 16h - 18h		
	Mercredi : 9h30 - 12h		
	Mercredi : 14h - 18h		
	Vendredi : 9h30 - 11h30		
	Vendredi : 16h - 18h		
	Samedi : 10h - 12h		
	Samedi : 14h - 18h30		

MAISON DE QUARTIER LA VACHE

COURS DE FRANÇAIS LANGUE ÉTRANGÈRE	Lundi : 18h - 20h	Retser	retser31@gmail.com
COURS D'ARABE DIALECTAL MAROCAIN (DÉBUTANT)	Mercredi : 17h - 18h30	Ali Alaoui Arts et Développement	contact@alialaoui.com
COURS D'ARABE DIALECTAL MAROCAIN (AVANCÉ)	Mercredi : 18h30 - 20h		

Index

Dans l'index ci-dessous, la première colonne des numéros de pages renvoie à l'offre enfant, la deuxième colonne à l'offre adulte.

CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE	102-103, 110-111	
CENTRE CULTUREL BELLEGARDE	102-103, 110-111	
CENTRE CULTUREL BONNEFOY.....	102-103, 104-105, 110-111	
CENTRE CULTUREL BORDEBLANCHE.....	104-105, 110-111	
CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS	104-105, 110-111	
CENTRE CULTUREL LA BRIQUE ROUGE	104-105, 112-113	
CENTRE CULTUREL RENAN	104-105	
CENTRE CULTUREL REYNERIE	112-113	
CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN	112-113	
CENTRE CULTUREL SAINT-SIMON	104-105, 112-113	
CENTRE CULTUREL SOUPETARD.....	106-107, 112-113, 114-115	
CENTRE CULTUREL - THÉÂTRE DES MAZADES.....	106-107, 108-109, 114-115	
MAISON DE QUARTIER AMOUROUX.....	114-115	
MAISON DE QUARTIER CHAMOIS.....	108-109	
MAISON DE QUARTIER CROIX-DAURADE.....	108-109, 114-115	
MAISON DE QUARTIER DE L'HERS.....	108-109, 116-117	
MAISON DE QUARTIER LALANDE.....	116-117	
MAISON DE QUARTIER LA TERRASSE.....	116-117	
MAISON DE QUARTIER LA VACHE.....	116-117	

	Pour qui ?	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE				
ÉCLATS, CHOEUR D'ENFANTS - CHORALE	3 à 17 ans	Dimanche : 9h - 12h	Eclats, chœur d'enfants et de jeunes	06 01 48 44 08 - contact@choeureclats.fr
ÉVEIL MUSICAL	4 - 6 ans	Mercredi : 13h30 - 14h30	Centre culturel Alban-Minville	05 67 73 87 60 Accéder au téléservice
GUITARE PRATIQUE COLLECTIVE - DÉBUTANT ⚠	9 - 12 ans	Mercredi : 16h - 17h		
	12 - 17 ans	Mercredi : 17h - 18h		
INITIATION À LA PRATIQUE ORCHESTRALE	9 - 12 ans	Jeudi : 17h30 - 19h	Topophone	06 72 84 05 04 - jm@topophone.fr
ORCHESTRE DE MUSIQUE ACTUELLE - COURS COLLECTIFS DE MUSIQUE	Dès 10 ans	Mardi : 17h - 19h30		
ORCHESTRE DE MUSIQUE ACTUELLE - FORMATION MUSICALE	Dès 10 ans	Mardi : 18h15 - 19h30		
ORCHESTRE DE MUSIQUE ACTUELLE - COURS COLLECTIFS ET INDIVIDUELS	Dès 10 ans	Mercredi : 14h - 18h	CRR - PlayMusic	06 61 47 69 22 - nathalie.lechat@mairie-toulouse.fr
PLAYMUSIC #VERSION3 - DANS MON PREMIER ORCHESTRE	8 - 11 ans	Lundi : 16h45 - 19h		
PLAYMUSIC #VERSION4 - DANS MON ORCHESTRE AMATEUR	Dès 11 ans (4 ans de pratique orchestrale)	Lundi : 19h - 20h45		
CENTRE CULTUREL BELLEGARDE				
LES ATELIERS DU SON - INITIATION	9 - 14 ans	2 mercredis par mois : 17h - 18h15	Centre culturel Bellegarde	05 62 27 44 88 Accéder au téléservice
ÉCLATS CHOEUR D'ENFANTS - GROUPE COCCINELLES	6 - 8 ans	Jeudi : 17h10 - 17h55	choeur éclats	06 01 48 44 08 - contact@choeureclats.fr
ÉCLATS CHOEUR D'ENFANTS - GROUPE ROSSIGNOLS	9 - 11 ans	Jeudi : 18h - 19h		
CENTRE CULTUREL BONNEFOY				
ÉVEIL MUSICAL	4 - 6 ans	Mercredi : 15h30 - 16h30	Centre culturel Bonnefoy	05 67 73 83 60 Accéder au téléservice
ÉVEIL MUSICAL PARENTS - ENFANTS	0 - 3 ans	Samedi : 9h30 - 10h15		
GUITARE CLASSIQUE FOLK - ADO ⚠	14 - 17 ans	Jeudi : 18h - 19h		
INITIATION MUSICALE	4 - 6 ans	Mercredi : 16h45 - 17h45		
		Samedi : 10h30 - 11h30		
	6 - 9 ans	Samedi : 11h30 - 12h30		
LABORATOIRE MUSICAL	9 - 12 ans	Mercredi : 13h15 - 14h15		
	12 - 14 ans	Mercredi : 14h15 - 15h15		

ROUGE : activité proposée par une association
VERT : activité proposée par la Mairie de Toulouse
 ⚠ Tarifs hors fourniture et/ou matériel spécifique

	Pour qui ?	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL BONNEFOY				
PERCUSSIONS	9 - 12 ans	Mercredi : 18h - 19h	Centre culturel Bonnefoy	05 67 73 83 60 Accéder au téléservice
PRATIQUE INSTRUMENTALE ADO	14 - 17 ans	Mercredi : 19h - 20h		
CENTRE CULTUREL BORDEBLANCHE				
ORCHESTRE POPULAIRE DES PRADETTES		Samedi : 10h - 12h	Les belles fanes	lesbellesfanes@gmail.com
CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS				
ENSEIGNEMENT MUSICAL JEUNES MUSICIENS	8 - 15 ans	Mercredi : 14h - 17h	Topophone	07 68 99 21 59 - contact@topophone.fr
ÉVEIL MUSICAL	4 - 6 ans	Mercredi : 15h - 16h	Centre culturel Henri-Desbals	05 36 25 25 73 Accéder au téléservice
CENTRE CULTUREL LA BRIQUE ROUGE				
CHORALE	5 - 6 ans	Lundi : 16h30 - 17h30	La lauzeta	contact@laurzeta.fr
	7 - 10 ans	Lundi : 17h30 - 19h		
PERCUSSION SOURD	Dès 16 ans	Mardi et vendredi : 18h - 20h	Asso musique pi sourd	07 81 78 47 80 - asso.musiquepisourd@gmail.com
CENTRE CULTUREL RENAN				
BEATBOX - DÉCOUVERTE	9 - 14 ans	Jeudi ; 17h30 - 18h30	Centre culturel Renan	05 34 24 58 06 Accéder au téléservice
ÉVEIL MUSICAL	4 - 6 ans	Mercredi : 16h30 - 17h30		
GUIARE - DÉBUTANT ⚠	6 - 9 ans	Mardi : 17h - 18h		
GUIARE - DÉCOUVERTE ⚠	9 - 12 ans	Mardi : 18h - 19h		
CENTRE CULTUREL SAINT-SIMON				
BATTERIE	Dès 6 ans	Du lundi au jeudi	Association musicale Canto Laouzetto	assocanto@gmail.com
CHANT	Dès 6 ans	Mardi		
ÉVEIL MUSICAL	4 - 5 ans	Mercredi		
GUIARE	Dès 6 ans	Du lundi au jeudi		
PIANO	Dès 6 ans	Du lundi au jeudi		
SOLFÈGE, FORMATION MUSICALE	Dès 6 ans	Mercredi		
TROMPETTE	Dès 6 ans	Lundi, mardi et jeudi		

CENTRE CULTUREL SOUPETARD

Pour qui ?	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
GUITARE - DÉBUTANT ⚠	6 - 12 ans	Mardi : 17h - 18h	Centre culturel Soupetard 05 31 22 99 70 Accéder au téléservice
		Samedi : 9h30 - 10h30	
		Samedi : 10h30 - 11h30	
	12 - 17 ans	Mardi : 18h - 19h	
PIANO	6 - 17 ans	Mercredi : 14h - 15h	Neufs mètres carrés 06 73 05 95 28 - 9m2records@gmail.com
		Mercredi : 15h - 16h	
		Mercredi : 16h - 17h	
		Mercredi : 17h - 18h	
		Mercredi : 18h - 19h	
		Vendredi : 17h - 18h	
		Vendredi : 18h - 19h	

CENTRE CULTUREL - THÉÂTRE DES MAZADES

BASSE - DÉBUTANT ⚠	9 - 12 ans	Mercredi : 13h15 - 14h15	Centre culturel - Théâtre des Mazades	05 31 22 98 00 Accéder au téléservice
	12 - 14 ans	Mercredi : 14h15 - 15h15		
CHANT ET FORMATION MUSICALE ENFANTS	9 - 12 ans	Lundi : 17h - 18h15	Canzonetta	05 61 22 10 78 - assocanzonetta@gmail.com
CHANT - DÉBUTANT	6 - 9 ans	Mercredi : 15h - 16h	Centre culturel - Théâtre des Mazades	05 31 22 98 00 Accéder au téléservice
CHANT ET MUSIQUE - ÉVEIL	4 - 6 ans	Mercredi : 17h - 18h		
ÉVEIL MUSICAL	3 - 4 ans	Mercredi : 16h - 17h	Canzonetta	05 61 22 10 78 - assocanzonetta@gmail.com
GUITARE - DÉBUTANT ⚠	9 - 12 ans	Mercredi : 15h15 - 16h15	Centre culturel - Théâtre des Mazades	05 31 22 98 00 Accéder au téléservice
	12 - 14 ans	Mercredi : 16h15 - 17h15		
JEUNES MUSICIEN(NE)S	8 - 18 ans	Vendredi : 17h - 20h	Topophone	contact@topophone.fr
PRATIQUE MUSICALE COLLECTIVE : MUSIQUE DE CHAMBRE ⚠	9 - 14 ans	Mardi : 17h - 19h	Centre culturel - Théâtre des Mazades	05 31 22 98 00 Accéder au téléservice
PRATIQUE MUSICALE COLLECTIVE : POP-ROCK ⚠	9 - 14 ans	Mercredi : 17h30 - 19h30		

ROUGE : activité proposée par une association
VERT : activité proposée par la Mairie de Toulouse
 ⚠ Tarifs hors fourniture et/ou matériel spécifique

	Pour qui ?	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL - THÉÂTRE DES MAZADES				
RAP-BEATBOX-DJ-BEATMAKING	10 - 17 ans	Mercredi : 13h30 - 15h	Alpha B	06 87 09 17 14 - associationalphab@hotmail.fr
REPRISE MUSICALE	15 - 18 ans	Mardi : 20h15 - 22h	DSH	contact@studiodsh.fr
SOLFÈGE - DÉBUTANT 	9 - 14 ans	Jeudi : 17h30 - 18h45	Centre culturel – Théâtre des Mazades	05 31 22 98 00 Accéder au téléservice
MAISON DE QUARTIER CHAMOIS				
JEUX MUSICAUX ET DANSÉS	3 - 6 ans	Mercredi : 15h30 - 16h30	Kobenawati	06 67 00 29 92 - asso.kobenawati@yahoo.com
PRATIQUE INSTRUMENTALE	8 - 18 ans	Jeudi : 17h - 19h	Topophone	07 68 99 21 59 - aurelie.guirao@topophone.fr
		Mercredi : 14h - 17h		
MAISON DE QUARTIER CROIX-DAURADE				
CHORALE	6 - 12 ans	Mercredi : 17h30 - 18h30	Mjc Croix Daurade	contact@mjccroixdaurade.fr
MAISON DE QUARTIER DE L'HERS				
ENSEMBLE MUSICAL - CRÉATION 	6 - 12 ans	Mercredi : 15h - 17h	Centre culturel Soupetard	05 31 22 99 70 Accéder au téléservice
ÉVEIL MUSICAL 	4 - 6 ans	Jeudi : 17h - 18h		
BASSE ÉLECTRIQUE - CONTREBASSE - VIOLONCELLE	6 - 14 ans	Mardi : 17h - 18h	Neufs mètres carrés	06 73 05 95 28 - 9m2records@gmail.com
		Mardi : 18h - 19h		

	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE			
ENSEMBLE MUSICAL, PRATIQUE ORCHESTRALE (DÈS 16 ANS)	Jeudi : 19h - 21h	Centre culturel Alban-Minville	05 67 73 87 60 Accéder au téléservice
GUIWARE PRATIQUE COLLECTIVE (DÈS 16 ANS) ⚠	Mercredi : 18h - 19h		
PLAYMUSIC #VERSION4 - DANS MON ORCHESTRE AMATEUR (4 ANS DE PRATIQUE ORCHESTRALE)	Lundi : 19h - 20h45	CRR - PlayMusic	06 61 47 69 22 - nathalie.lechat@mairie-toulouse.fr
CENTRE CULTUREL BELLEGARDE			
CHORALE ONLY VOICES	Mercredi : 18h45 - 20h30	Shake Art 31	06 63 74 26 28 - shakeart31@yahoo.fr
CHANT - DECOUVERTE	Lundi : 10h15 - 11h15	Centre culturel Bellegarde	05 62 27 44 88 Accéder au téléservice
ENREGISTREMENTS MUSICAUX	Mercredi : 9h - 22h	Bouton Rouge	06 20 74 88 25 - assoboutonrouge@gmail.com
LA CAPSULE SONORE - MADJID HOCINE	Mardi : 9h - 12h et 14h - 16h30	Centre culturel Bellegarde	05 62 27 44 88 Accéder au téléservice
	Jeudi : 9h - 12h et 14h - 16h30		
MUSIQUES ACTUELLES AVEC ABLETON - DÉCOUVERTE (DÈS 16 ANS)	Mardi : 18h30 - 20h30		
RÉALISATION D'UN JOURNAL SONORE ET FILMIQUE (DÈS 16 ANS)	2 jeudis par mois : 18h30 - 20h30		
CENTRE CULTUREL BONNEFOY			
CHORALE, À CROCHE VOIX	Mercredi : 20h - 22h	A croche voix	acrochevoix@gmail.com
CHORALE ITALIENNE	Vendredi : 17h30 - 20h30	Association Dante Alighieri	06 19 77 51 51 - luca.sartori@laposte.net
CIRCLE SONG (DÈS 16 ANS)	Mardi : 19h15 - 20h15	Centre culturel Bonnefoy	05 67 73 83 60 Accéder au téléservice
GUIWARE CLASSIQUE FOLK (DÈS 16 ANS)	Jeudi : 19h - 20h		
UKULÉLÉ - DÉCOUVERTE (DÈS 16 ANS) ⚠	Jeudi : 20h15 - 21h15		
CENTRE CULTUREL BORDEBLANCHE			
CHANTS POLYPHONIQUES DES PYRÉNÉES ET D'AILLEURS	Jeudi : 18h30 - 20h	Les belles fanes	lesbellesfanes@gmail.com
GUIWARE, PIANO	Du mercredi au vendredi (créneaux à voir avec l'association)	Crescendo	06 58 51 35 53 - assoc-crescendo-pradettes@yahoo.fr
ORCHESTRE POPULAIRE DES PRADETTES	Samedi : 10h - 12h	Les belles fanes	lesbellesfanes@gmail.com
CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS			
CHORALE	Lundi : 12h - 14h	La Bande Originale	06 22 73 26 35 - chorale.cosat@gmail.com

	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL LA BRIQUE ROUGE			
ACCORDÉON	1 lundi sur deux : 20h - 22h	La roulotte	06 19 79 37 71 - contactlaroulotte@googlegroups.com
	1 jeudi sur deux : 19h - 21h		
CHORALE	Lundi : 19h30 - 21h30	Soul gossellers	07 67 72 46 29 - soulshinevoicesgospel@gmail.com
PERCUSSION	Mercredi : 19h - 22h	07 81 64 50 44 - Baga percussion	info@bagapercussion.com
CENTRE CULTUREL REYNERIE			
CHORALE	Lundi : 18h - 20h	Choeurs du lac	06 77 20 60 15 - frederique.said65@orange.fr
CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN			
CORPS ET VOIX - DÉCOUVERTE	Lundi : 10h30 - 12h	Centre culturel Saint-Cyprien	05 61 22 27 77 Accéder au téléservice
CENTRE CULTUREL SAINT-SIMON			
CHORALE ADULTE	Mardi	Association musicale Canto Laouzetto	assocanto@gmail.com
CENTRE CULTUREL SOUPETARD			
ACCORDÉON - DÉCOUVERTE (DÈS 16 ANS) ⚠	Mercredi : 17h30 - 18h30	Centre culturel Soupetard	05 31 22 99 70 Accéder au téléservice
	Mercredi : 18h30 - 19h30		
CHANT CHORAL	Lundi : 14h - 17h	Chorale des aînés La Joie De Vivre	06 64 76 35 26 - francois.mylene@wanadoo.fr
GUIARE - CRÉATION (DÈS 16 ANS) ⚠	Mardi : 16h - 17h	Centre culturel Soupetard	05 31 22 99 70 Accéder au téléservice
GUIARE - DÉBUTANT (DÈS 16 ANS) ⚠	Mardi : 19h - 20h		
	Mardi : 20h - 21h		
	Samedi : 11h30 - 12h30		
PERCUSSIONS AFRIQUE DE L'OUEST (DÈS 14 ANS)	Jeudi : 18h - 20h	Kobenawati	06 67 00 29 92 - asso.kobenawati@yahoo.com
PIANO (DÈS 14 ANS)	Mercredi : 9h - 10h	Neufs mètres carrés	06 73 05 95 28 - 9m2records@gmail.com
	Mercredi : 10h - 11h		
	Mercredi : 11h - 12h		
	Mercredi : 13h - 14h		
	Vendredi : 9h - 10h		
	Vendredi : 10h - 11h		
	Vendredi : 11h - 12h		

CENTRE CULTUREL SOUPETARD

	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
PIANO (DÈS 14 ANS)	Vendredi : 13h - 14h	Neufs mètres carrés	06 73 05 95 28 - 9m2records@gmail.com
	Lundi : 15h - 16h		
	Lundi : 16h - 17h		
	Vendredi : 14h - 15h		
	Vendredi : 15h - 16h		
	Vendredi : 16h - 17h		
PIANO (DÈS 14 ANS)	Vendredi : 19h - 20h		
SOUTIEN SOLFÈGE	Lundi : 13h - 14h		
	Lundi : 14h - 15h		

CENTRE CULTUREL - THÉÂTRE DES MAZADES

ATELIER VOCAL - DÉBUTANT	Mercredi : 18h30 - 20h	Centre culturel - Théâtre des Mazades	05 31 22 98 00 Accéder au téléservice
CHORALE INCLUSIVE	Vendredi : 14h15 - 16h	Canzonetta	05 61 22 10 78 - assocanzonetta@gmail.com
EN LIVE !	Samedi : 10h - 12h30	DSH	contact@studiodsh.fr
LE VIOLONCELLE DANS TOUS SES ÉTATS	Lundi : 20h15 - 22h		
MUSIQUE ET CHANT BIEN-ÊTRE	Jeudi : 18h30 - 20h	Canzonetta	05 61 22 10 78 assocanzonetta@gmail.com
ORCHESTRE SYMPHONIQUE AMATEUR	Vendredi : 19h30 - 22h	Ensemble orchestral Pierre de Fermat	06 61 91 09 43 - ensemble.orchestral.fermat@gmail.com
OSEZ LE BAROQUE	Lundi : 18h30 - 20h	Canzonetta	05 61 22 10 78 - assocanzonetta@gmail.com
PRATIQUE MUSICALE COLLECTIVE : MUSIQUES DU MONDE ⚠	Jeudi : 19h - 22h	Centre culturel - Théâtre des Mazades	05 31 22 98 00 Accéder au téléservice

MAISON DE QUARTIER AMOUROUX

CHORALE	Lundi : 20h - 23h	Le Cabri CSF	06 89 82 67 05 - direction-lecabri@laposte.net
---------	-------------------	--------------	--

MAISON DE QUARTIER CROIX-DAURADE

CHORALE LA BOSCA	Lundi : 20h15 - 23h	Chorale La Bosca	guilaine.du@gmail.com
------------------	---------------------	------------------	-----------------------

	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
MAISON DE QUARTIER DE L'HERS			
ENSEMBLE MUSICAL (DÈS 16 ANS) ⚠	Mercredi : 17h30 - 19h30	Centre culturel Soupetard	05 31 22 99 70 Accéder au téléservice
CBASSE ÉLECTRIQUE - CONTREBASSE - VIOLONCELLE (DÈS 14 ANS)	Mardi : 14h - 15h	Neufs mètres carrés	06 73 05 95 28 - 9m2records@gmail.com
	Mardi : 15h - 16h		
	Mardi : 16h - 17h		
RÉPÉTITION SPECTACLES MUSICAUX	Mardi et mercredi : 20h - 22h30	Choeur Mélopée	06 63 91 92 93 - ylbaspin@yahoo.fr
MAISON DE QUARTIER LALANDE			
ORCHESTRE MUSIQUE ORIENTALE ET CRÉATIONS	Vendredi : 18h - 22h30	Ali Alaoui Arts et Développement	contact@alialaoui.com
PIANO	Lundi : 13h - 17h	Jazz vivant	philip.lejeune@yahoo.fr
	Mardi : 13h30 - 16h		
MAISON DE QUARTIER LA TERRASSE			
CHORALE	Jeudi : 12h - 14h	Association Les chœurs de la Plaine	06 59 98 09 63 - jeanyves.garinet@gmail.com
MAISON DE QUARTIER LA VACHE			
HANDPAN	Jeudi : 12h30 - 14h	Ali Alaoui Arts et Développement	contact@alialaoui.com
PERCUSSION ET DANSE LIYANNAJ-K	Mercredi : 20h - 22h30	Liyannaj-k	liyannajk971@hotmail.com
PERCUSSION ET DANSE	Vendredi : 19h - 22h30		

Index

Dans l'index ci-dessous, la première colonne des numéros de pages renvoie à l'offre enfant, la deuxième colonne à l'offre adulte.

CENTRE CULTUREL BELLEGARDE.....	120-121, 124-125	
CENTRE CULTUREL BONNEFOY	120-121, 124-125	
CENTRE CULTUREL BORDEBLANCHE	124-125	
CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS	120-121, 124-125	
CENTRE CULTUREL SAINT-SIMON	120-121, 124-125	
CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN	126-127	
CENTRE CULTUREL SOUPETARD	120-121, 126-127	
CENTRE CULTUREL - THÉÂTRE DES MAZADES	122-123, 126-127	
MAISON DE QUARTIER LA TERRASSE.....	122-123	
MAISON DE QUARTIER CROIX DAURADE.....	126-127	
MAISON DE QUARTIER DE L'HERS.....	126-127	
MAISON DE QUARTIER DES ARÈNES ROMAINES.....	126-127	
MAISON DE QUARTIER LALANDE.....	126-127	
MAISON DE QUARTIER LA TERRASSE.....	122-123, 126-127	
MAISON DE QUARTIER LA VACHE.....	128-129	
SALLE 2M.....	128-129	

	Pour qui ?	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL BELLEGARDE				
ATELIER THÉÂTRE	6 - 8 ans	Mercredi : 13h30 - 15h15	Contrescarpe	06 24 69 61 73 - con3scarpe@gmail.com
	9 - 11 ans	Mercredi : 15h15 - 17h		
	12 - 13 ans	Mercredi : 17h - 18h30		
CENTRE CULTUREL BONNEFOY				
ATELIER THÉÂTRE CLOWN	4 - 6 ans	1 à 2 samedis par mois : 9h - 10h15	Éclair de lune	06 25 58 37 52 - eclairdelune@yahoo.com
	7 - 11 ans	1 à 2 samedis par mois : 10h30 - 11h45		
ATELIER THÉÂTRE ET ÉCRITURE VIF	12 - 17 ans	Samedi : 14h15 - 16h45	Collectif smack	collectifsmack@gmail.com
PETIT MONDE À EXPLORER PARENTS - ENFANTS	6 mois - 4 ans	1 mercredi et vendredi par mois : 9h - 12h	Cie les Bricoleuses	06 71 71 04 20 - lesbricoleuses@gmail.com
THÉÂTRE - ATELIER CRÉATION	9 - 13 ans	Lundi : 17h30 - 19h	Cie des Communards	06 17 13 68 36 - atelierstheatrebonnefoy@gmail.com
	5 - 7 ans	Mercredi : 14h - 15h		
	7 - 12 ans	Mercredi : 15h15 - 16h45		
	13 - 18 ans	Mercredi : 17h - 19h		
	13 - 18 ans	Vendredi : 17h45 - 19h45		
CENTRE CULTUREL SAINT-SIMON				
THÉÂTRE	12 - 14 ans	Lundi : 18h15 - 19h45	Cie du petit matin	06 58 14 08 28
	7 - 9 ans	Mardi : 16h30 - 18h		
	11 - 14 ans	Mardi : 18h - 19h30		
	5 - 6 ans	Mercredi : 16h30 - 18h		
	6 - 10 ans	Vendredi : 16h30 - 18h		
	6 - 10 ans	Jeudi : 16h30 - 18h		
	11 - 14 ans	Jeudi : 18h15 - 19h45		
	14 - 17 ans	Jeudi : 18h - 20h		
CENTRE CULTUREL SOUPETARD				
PRATIQUE THÉÂTRALE	Dès 7 ans	Mardi : 17h30 - 19h	Cie Molisetti	07 79 49 26 28 - ciemolisetti@yahoo.fr
CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS				
JEUX DE MÔMES	6 - 17 ans	Mercredi : 16h - 18h	La Compagnie Jeux de Mômes	06 70 34 35 27 - lacompagnie.asso@free.fr
THÉÂTRE D'IMPROVISATION JUNIOR	11 - 15 ans	Mardi : 18h15 - 19h30	Les Amis de la Bulle Carrée	06 75 40 02 20 - formationjeune.bullecarrée@gmail.com

ROUGE : activité proposée par une association
VERT : activité proposée par la Mairie de Toulouse
 Tarifs hors fourniture et/ou matériel spécifique

	Pour qui ?	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL – THÉÂTRE DES MAZADES				
COMÉDIE MUSICALE	6 - 15 ans	Mercredi : 13h30 - 17h30	Les tréteaux blancs	aude.valette@sfr.fr
THÉÂTRE ENFANTS ET ÉVEIL	6 - 8 ans	Mercredi : 13h30 - 14h30	Ailleurs et ici	06 79 81 97 86 - claudesanchezclement@gmail.com
THÉÂTRE ENFANTS	8 - 11 ans	Vendredi : 17h45 - 19h45		
THÉÂTRE PRÉ-ADOS	Dès 12 ans	Mercredi : 16h - 17h30		
MAISON DE QUARTIER LA TERRASSE				
PRATIQUE THÉÂTRALE	6 - 17 ans	Lundi : 17h30 - 19h	FITE	06 79 14 31 54 - 06 61 42 40 78 - theatrefite@gmail.com

	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL BELLEGARDE			
ATELIER THÉÂTRE	Mercredi : 18h30 - 20h30	Contrescarpe	06 24 69 61 73 - con3scarpe@gmail.com
ATELIER THÉÂTRE - DÉBUTANT	Mercredi : 18h45 - 20h45	Oui Bizarre	06 60 46 45 80 - oui.bizarre@gmail.com
CENTRE CULTUREL BONNEFOY			
ART ORATOIRE	Jeudi : 17h30 - 19h	Comédie plus	09 88 07 83 93 - association.comedieplus@gmail.com
	Vendredi : 20h - 21h30		
IMPROVISATION THÉÂTRALE	Mercredi : 20h15 - 22h15	Labo Fomo / Cie Synapse	guillaume.levy@gmail.com
IMPROVISATION THÉÂTRALE - APPROFONDI	Mardi : 20h30 - 22h30	Cie Synapse	contact@compagnie-synapse.com
RENCONTRES THÉÂTRALES CROISÉES	Lundi : 19h15 - 21h15	Cie Ira !	iracompanie@gmail.com
THÉÂTRE	Samedi : 15h45 - 17h45	Entre	asso.entre@gmail.com
THÉÂTRE CRÉATION	Mercredi : 19h15 - 22h15	Cie des Communards	06 17 13 68 36 - ateliertheatrebonnefoy@gmail.com
	Jeudi : 19h15 - 22h15		
THÉÂTRE - DE CHAIR ET DE MOTS (DÈS 16 ANS)	2 à 3 samedis par mois : 15h30 - 18h30	Lohengrin - Théâtre du Hangar	05 61 48 38 29 - atelier@lehangar.org
CENTRE CULTUREL BORDEBLANCHE			
CHORALE (DÈS 10 ANS)	Vendredi : 20h30 - 22h30	Le rideau rouge	06 37 38 61 01 - lerideaurouge31@orange.fr
CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS			
ATELIER BOXE / THÉÂTRE	Lundi : 14h - 17h30	Draoui Productions	06 98 68 86 27 - draoui.produc@gmail.com
	Mardi : 10h - 12h		
	Vendredi : 20h - 22h		
THÉÂTRE INTERGÉNÉRATIONNEL	Samedi : 14h30 - 17h	Compagnie Vaga l'âme	07 76 75 44 09 - asso_cie.vagalame31@yahoo.com
THÉÂTRE ADULTES	Mercredi : 19h - 22h	Compagnie Nelson Dumont	06 08 17 92 60 - nelson.dumont@cegetel.net
	Vendredi : 9h - 13h30		
CENTRE CULTUREL SAINT-SIMON			
THÉÂTRE	Lundi : 20h - 23h	Cie du petit matin	06 58 14 08 28
	Jeudi : 20h - 23h		

	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN			
THÉÂTRE	Mercredi : 19h50 - 21h50	Comédie Plus	09 88 07 83 93 - association.comedieplus@gmail.com
CENTRE CULTUREL SOUPETARD			
PRATIQUE THÉÂTRALE (DÈS 14 ANS)	Mercredi : 17h15 - 18h45	Cie Molisetti	07 79 49 26 28 - ciemolisetti@yahoo.fr
PRATIQUE THÉÂTRALE	Mercredi : 19h - 21h		
CENTRE CULTUREL – THÉÂTRE DES MAZADES			
CRÉATION THÉÂTRALE (DÈS 17 ANS)	Lundi : 18h30 - 20h30	Ailleurs et ici	06 79 81 97 86 - claudesanchezclement@gmail.com
IMPROVISATION THÉÂTRALE	Mercredi : 20h - 22h	The black stories impro	07 86 64 37 73 - blackstoriesimpro@gmail.com
THÉÂTRE	Mardi : 14h - 17h	Reffet 31	reflet31@gmail.com
MAISON DE QUARTIER CROIX-DAURADE			
THÉÂTRE	Mardi : 19h - 22h30	Théâtre toulousain pop hilare	philippe.merlane@hotmail.fr
	Jeudi : 19h - 22h30		
MAISON DE QUARTIER DE L'HERS			
PRATIQUE THÉÂTRALE	Lundi : 18h30 - 21h30	Les Gorgones	06 27 16 45 19 - maelys.girasole@gmail.com
MAISON DE QUARTIER DES ARÈNES ROMAINES			
THÉÂTRE	Vendredi : 18h - 22h	Théâtre crecelle	06 80 03 35 79 - ph06charron@gmail.com
MAISON DE QUARTIER LALANDE			
ATELIER IMPROVISATION THÉÂTRE	1 samedi par mois	La brique de Toulouse	labriquedetoulouse@gmail.com
THÉÂTRE	Jeudi : 9h - 12h	La R'éplique	gisele.grange@wanadoo.fr
	Jeudi : 20h - 23h		
	Mardi : 20h - 23h	Cour et jardin	bettymalice55@gmail.com
MAISON DE QUARTIER LA TERRASSE			
PRATIQUE THÉÂTRALE	Jeudi : 19h - 21h	Théâmorphose	06 81 27 59 05 - theamorphose.asso@gmail.com

ROUGE : activité proposée par une association
VERT : activité proposée par la Mairie de Toulouse
 ⚠ Tarifs hors fourniture et/ou matériel spécifique

	Quand ?	Avec qui ?	Renseignements et inscriptions
MAISON DE QUARTIER LA VACHE			
THÉÂTRE D'IMPRO	Lundi : 20h30 - 23h30	La brique de Toulouse	labriquedetoulouse@gmail.com
SALLE 2M			
THÉÂTRE D'IMPROVISATION	Lundi : 20h30 - 23h30	Le songe de la chimère	lesongedelachimere@gmail.com

Tarifs et modalités d'inscriptions des activités hebdomadaires municipales 2025-2026

Une tarification solidaire

Une tarification solidaire calculée sur la base de votre Revenu Fiscal de Référence s'applique pour les activités hebdomadaires.

Pour éviter toute surfacturation et bénéficier d'un tarif adapté à vos revenus, pensez à vérifier vos informations personnelles et à actualiser vos données financières, sur le site internet, dans votre **Espace Famille-Loisirs > Mes données financières**

FORMAT DES ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES		TARIFS Toulouse	TARIFS Hors Toulouse
Activités hebdomadaires jusqu'à 2h	Année	DE 56,60€ À 127€	188€
Activités hebdomadaires + de 2h ou avec 2 intervenants ou avec mise à disposition de fournitures spécifiques	Année	DE 79,60€ À 177€	265€
Activités hebdomadaires + de 2h ou avec 2 intervenants ou avec mise à disposition de fournitures spécifiques + accès à une autre prestation	Année	DE 133€ À 235€	345€



Tarifs hors fourniture et/ou matériel spécifique pour certaines activités. Cette information sera signalée par un picto.

Accessibilité

Si vous avez des besoins spécifiques pour bénéficier pleinement de l'activité, nous vous invitons à nous contacter : inscriptionsdasc@mairie-toulouse.fr / 05 62 27 61 55

Inscrivez-vous depuis chez vous !

Les inscriptions sont possibles à partir du **mercredi 17 septembre 2025**.

Pour cela, vous avez la possibilité d'utiliser le téléservice mis à votre disposition sur metropole.toulouse.fr (aucune inscription ne sera réalisée par mail).

En cas de difficultés, un accompagnement est possible :

- 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

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

Calendrier

Du 6 octobre 2025 au 20 juin 2026

Modalités d'inscription

1. Créez votre compte : Cette étape s'adresse aux personnes qui n'ont jamais réalisé de démarches en ligne via le site Toulouse Mairie-Métropole ou l'ancien site MonToulouse. La création d'un compte en ligne permet de réaliser et suivre ses démarches depuis chez soi. **Création d'un compte.**

2. Dossier Unique Interactif

2.1 Vous avez un DUI - Dossier Unique Interactif : Pensez à mettre à jour ce dossier et notamment vos revenus pour bénéficier d'un tarif adapté via le lien suivant : **Dossier Unique Interactif**

2.2 Vous n'avez pas de Dossier Unique Interactif : C'est la première fois que vous réalisez une démarche famille et activités de loisirs. Vous allez constituer un Dossier Unique Interactif via le lien suivant : **Dossier Unique Interactif**

3. Associer son DUI : Dans tous les cas, vous devez associer votre numéro DUI à votre compte personnel pour pouvoir vous inscrire.

4. Accéder à la démarche en ligne : **Lien direct**

Modalités d'annulation après séance d'essai

Si vous changez d'avis après la première séance du cycle, vous pouvez vous désister en utilisant la démarche en ligne «**Demande d'Annulation**»

Cette demande, doit impérativement être faite dans les 7 jours calendaires maximum après la 1^{ère} séance (La première étant celle planifiée juste après votre inscription. Elle ne peut pas être reportée sur une autre date). Pour disposer de toutes les modalités d'annulation, se référer au recueil des tarifs : [Lien](#)

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
Bordeblanche**

5, rue Yves Rouquette
31100 Toulouse - 05 61 22 30 25

**Centre culturel
La Brique Rouge**

9, rue Maria Mombiola
31400 Toulouse - 05 34 24 52 65

**Centre culturel
Renan**

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

**Centre culturel
Reynerie**

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

**Centre culturel
Saint-Simon**

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

**Centre culturel
Soupetard**

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

Centre culturel Henri-Desbals

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

Centre culturel Saint-Cyprien

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

**Centre culturel
Théâtre des Mazades**

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

Le Lido

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

Maison de quartier Amoureux

70, chemin Michoun
31500 Toulouse - 05 31 22 99 70

Maison de quartier Chamois

11, rue des Chamois
31200 Toulouse

**Maison de quartier
Croix-Daurade**

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

Maison de quartier de l'Hers

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

Maison de quartier La Terrasse

15 Imp. Frantz Schrader,
31500 Toulouse - 05 62 47 05 38

**Maison de quartier
des Arènes Romaines**

107, avenue des Arènes Romaines
31100 Toulouse - 05 61 22 30 25

**Maison de quartier
Grand Selve**

1, rue Flora-Tristan
31200 Toulouse

Gymnase des Acacias

20 rue de l'obélisque
31500 Toulouse

Maison de quartier La Vache

7, rue Marguerite-Duras
31200 Toulouse - 05 34 42 83 43

Maison de quartier Lalande

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

Maison Giscard

25, avenue de la Colonne
31500 Toulouse - 06 11 65 61 32

Salle 2M

61, avenue Bourguès-Maunoury
31200 Toulouse