

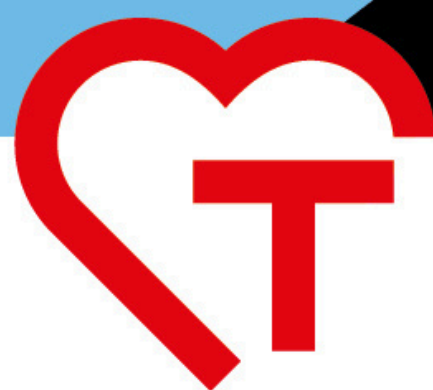
Danse - théâtre
musique - cirque
arts plastiques...
ENFANTS + ADULTES

Centre culturel
Bordeblanche

Les activités de mon quartier

Saison 2026 - 2027

IMPRIMERIE TOULOUSE MÉTROPOLE



Aimer Vivre à Toulouse

MAIRIE DE



TOULOUSE

Les activités de mon quartier



Sommaire

- 1. Arts plastiques**
- 2. Danse**
- 3. Musique**
- 4. Théâtre**
- 5. Forme & bien-être**
- 6. Cirque**

1. Arts plastiques

Dessin / Peinture

Public : Adultes

Jeudi 10h00-12h00

Initiation et perfectionnement

Avec plus de 40 ans de pratique, je peux vous apprendre toutes les techniques.

Peinture (acrylique, huile, aquarelle),
pastels secs, pastels gras,

Maîtrise du dessin, mesure, proportion,
reproduction

Développer sa créativité et trouver sa
propre écriture picturale

Je m'adapte à chaque élève selon ses
désideratas et nous pourrons travailler
des thèmes du genre, portraits,
paysages, profondeurs, figuratif,
abstraction, composition etc...

Renseignements et inscription :

Association Rezonances

cierezonances@gmail.com

Marika PERROS : 06 21 80 26 60

Activités artistiques

Public : Adultes

Jeudi 17h30 – 21h30

Les Talents Cachés des Pradettes

regroupe des artistes ayant tous une
affinité avec le quartier et développe
une activité culturelle de proximité.

L'association participe aux nombreux
événements qui animent la vie de
quartier : exposition Médiathèque,
Collectif des Pradettes, EHPAD de
Veyrinas. Elle entretient sa dynamique
culturelle par de nombreux échanges
et travaux entre artistes.

Renseignements et inscription :

Les talents cachés

06 58 51 35 53 –

**lestalentscachesdespradettes@gmail.
com**



2. Danse

Bollywood

**Public : enfants-ados
5 – 14 ans**

Mercredi : 17h – 19h15

**Public : Ados-adultes
confirmés**

Lundi 19h30 – 21h30

La danse Bollywood est un style de danse coloré, dynamique et très théâtral, présent dans les films indiens . Elle combine des formes classiques de danse, comme la danse traditionnelle indienne, la danse folklorique, la salsa et la danse du ventre, tout en intégrant des formes occidentales plus contemporaines comme le hip-hop, le jazz et le funk.

Zumba

**Public : enfants-ados-
adultes**

Tous niveaux

Mardi 17h30-21h30

Dancehall

Public : ados-adultes

Mercredi 19h15-22h00

Renseignements & inscriptions :

Association Vire et Volte

07 60 25 53 72

vireetvolte31@gmail.com



Kpop

**Public : enfants – ados débutants
Mardi 18h15 – 19h30**

**Public : enfants – ados confirmés
Lundi 18h30 – 19h30**

La Dance-Kpop est une discipline originaire de Corée du Sud, la Kpop, ou Korean Pop, est un genre musical qui englobe une variété de styles, notamment la pop, le hip-hop, l'électro, et le R&B. Ce genre est connu pour ses performances visuellement captivantes, ses chorégraphies complexes et synchronisées, son esthétique soignée

Renseignements & inscriptions :

Association Vire et Volte

07 60 25 53 72

vireetvolte31@gmail.com

Danses Sevillanes et Rumba Gipsy

Public : à partir de 5 ans
Jeudi 17h30-21h30

Les « sevillanas » sont parmi les plus populaires styles de flamenco. Dans n'importe quelle fête on danse « sevillanas » et c'est un ingrédient fondamental dans les « ferias » et « romerías ». Il s'agit d'un style très gai et dynamique dans lequel on peut participer.

Renseignements & inscriptions : Arte del Alma
06 64 79 12 83 -
artedelalma31@gmail.com



Tap dance claquette

Public : Adultes
Tous niveaux
Mardi 12h-13h30

Un atelier pour partager la joie de danser autour d'un travail approfondi sur le rythme et avec un professeur de Chicago.

Renseignements & inscriptions :
associationrythmeamericain@gmail.com
07 67 39 69 18
peter@peterhammerdance.com



3. Musique

Chant polyphonique des Pyrénées et d'ailleurs aux Pradettes

Public : Adultes

Tous niveaux

Jeudi 18h30-20h00

L'apprentissage du chant se fait sans partition musicale, par transmission orale. Tout le monde apprend toutes les voix et écoute l'ensemble pour définir quelle voix il ou elle va chanter. Le répertoire est traditionnel et pyrénéen, en occitan et en français. Un atelier de chant polyphonique pour acquérir une technique et être à votre aise dans les chants collectifs. Ce que l'on appelle dans le Bigorre et le Béarn "cantèras"

Renseignements & inscriptions :

La Compagnie Uèi

adissiatz@compagnie-uei.org

L'orchestre des pitchous

Public : Enfants 6-11 ans

Samedi 10h00-12h00

L'orchestre populaire des Pradettes

Public : Adultes

Samedi 10h00-12h00

Renseignements & inscriptions :

Compagnie Uèi

adissiatz@compagnie-uei.org

Guitare

Public : enfants-ados-adultes

Tous niveaux

Mardi 18h-19h

Renseignements & inscriptions :

Toujours plus :

toujoursplus.doc@gmail.com

toujoursplus1000@gmail.com



4. Théâtre

Théâtre

d'improvisation

Public : enfants-ados 4-17 ans

Tous niveaux

Mercredi 14h00-19h00

L'association artistique «Cie 4emeActe » propose des ateliers de théâtre les mercredis après-midi.

La constitution de groupes de 6 à 12 enfants, âgés de 4 ans à 17 ans, répartis par tranches d'âges, permet aux participants la découverte et l'approfondissement des grands principes du théâtre.

L'année aboutira à la création d'un spectacle avec une narration inventée ou autour d'un texte d'auteur pour célébrer le travail accompli

Renseignements & inscriptions :

Compagnie 4eme acte

contact.4emeacte@gmail.com

Opérette-chansons

Public : à partir de 10 ans

Tous niveaux

Vendredi 20h00-22h30

Renseignements & inscriptions :

Le rideau rouge

06 37 36 61 01

lerideaurouge31@orange.fr



5. Forme & bien-être

Hatha Yoga

Public : adultes

Tous niveaux

Mardi 19h30–20h30

Parmi les yogas les plus enseignés en France, on retrouve le Hatha yoga. C'est un yoga complet mélangeant postures, respiration, méditation et spiritualité. Il fait partie de la famille des yogas doux qui s'adaptent à toutes.

Renseignements & inscriptions

Tyka toucan

cie.tyka.toucan@gmail.com

Vinyasa Yoga

Public : adultes

Tous niveaux

Mercredi 20h00–21h15

Renseignements & inscriptions

Tyka toucan

cie.tyka.toucan@gmail.com

Yin Yoga

Public : adultes

Tous niveaux

Mardi 20h30–21h30

Le Yin yoga est une pratique lente de la discipline, accessible aux débutant·e·s dont le but est de relâcher les tensions profondes. La particularité ? Chaque position est maintenue plusieurs minutes et la concentration doit être portée sur la respiration, calme et profonde.

Renseignements & inscriptions

Tyka toucan

cie.tyka.toucan@gmail.com

Vinyasa Yoga

Public : adultes

Tous niveaux

Vendredi 18h30–19h30

Le yoga Vinyasa est l'une des formes les plus populaires et modernes du yoga. C'est un style de yoga dynamique et sportif dans lequel les élèves enchaînent généralement de manière fluide différentes séries de postures. Ces enchaînements sont souvent nommés Vinyasa Flow.

Renseignements & inscriptions

Les amis du petit Ferdinand

amisdupetitferdiand@gmail.com

Power Yoga

Public : adultes

Tous niveaux

Vendredi 19h30–20h30

Voyage sonore

Public : adultes

Tous niveaux

Dimanche une fois par mois

Renseignements & inscriptions

Les amis du petit Ferdinand

amisdupetitferdiand@gmail.com

Biodanza

Public : enfants-ados-adultes

Niveau : Tous niveaux

Mercredi 09h30–12h00

La Biodanza, est une méthode de développement personnel qui, par la danse et la musique, enrichit le plaisir de vivre.

Renseignements & inscriptions

So vivenciando

biodanzats@hotmail.com

Yoga

Public : Adultes

Jeudi 12h15–13h15

Le yoga est bien plus qu'une simple activité physique : c'est une véritable philosophie de vie, un art ancestral qui relie le corps, le souffle et l'esprit. Derrière les postures que l'on connaît aujourd'hui, se cache un chemin riche en enseignements et en bienfaits. Accessible à tous, quel que soit l'âge ou la condition physique, le yoga s'adapte à chacun pour offrir un moment de reconnexion à soi, d'équilibre et de sérénité.

Renseignements & inscriptions :
SHANGA YOGA
sanghayoga31@gmail.com

KOBUDO D'OKINAWA / KARATE UECHI-RYU

Public : Adulte dès 16 ans

Lundi & jeudi 12h15–13h45

Entraînement sur les arts martiaux japonais.

Renseignements & inscriptions :
Toulouse Shubukan
lionel@toulouse-shubukan.com

QI GONG

Public : Adultes

Niveau : Tous niveaux

Mercredi 12h30 13h30/19h00–20h00

Le qi gong est une gymnastique traditionnelle chinoise et une pratique de la respiration fondée sur la connaissance et la maîtrise du souffle et qui associe mouvements lents, exercices respiratoires et concentration.

TAIJI

Public : Adultes

Niveau : Tous niveaux

Lundi 18h30–20h00

Tai-Chi, est avant tout un art martial dont l'objectif principal est d'apprendre des mouvements d'attaques et de défenses tout en intégrant une dimension spirituelle et morale.

Renseignements & inscriptions :
Pradettes Taji
06 81 74 04 32
pradettes.taji@gmail.com



6. Cirque

Cirque

Public : Enfants 6 – 11 ans

Samedi 10–11h30

Atelier hebdomadaire de découverte des arts du cirque mêlant jeux d'équilibre, d'adresse et de coopération ainsi que de la jonglerie, des acrobaties et des petits numéros. La découverte du tissu aérien est également proposée. L'atelier est animé par un binôme d'intervenants permettant de découvrir divers facettes du cirque. Le cirque développe l'agilité, l'adresse et la dextérité des enfants, il encourage la confiance en soi et en les autres, ouvre un espace d'épanouissement et développe l'imaginaire.

Renseignements & inscriptions

Activité municipale

Pour cela, vous avez la possibilité d'utiliser le téléservice mis à votre disposition

sur metropole.toulouse.fr

05 61 22 30 25

Tarifs des activités municipales

Une tarification solidaire

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

FORMAT DES ATELIERS		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 !

À partir du 2 septembre 2026 | Toutes les infos sur metropole.toulouse.fr

Calendrier des activités

Du 28 septembre 2026 au 19 juin 2027

Envie d'autres activités ?

Découvrez toute l'offre proposée par l'ensemble des Centres culturels de Toulouse dans la brochure en ligne disponible sur metropole.toulouse.fr



CC Bordeblanche

5 rue Yves Rouquette

05 61 22 30 25

accueil.pradettes@mairie-toulouse.fr

Accès :

bus n° : 18 – Arrêt Pradettes

bus n° 87 – Arrêt Bibliothèque

Accueil du public :

du lundi au vendredi de 9h à 17h



metropole.toulouse.fr
centresculturels.toulouse.fr



Centres culturels de Toulouse



Imprimerie Toulouse Métropole – imprim'vert 2022