

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

Centre culturel
Henri-Desbals

Les activités de mon quartier

Saison 2026 - 2027



Aimer Vivre à Toulouse

MAIRIE DE  **TOULOUSE**

Les activités de mon quartier



Sommaire

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

Code couleur :

Activité municipale (MUN)

Activité associative (ASSO)

1. Arts plastiques

Dessin / Peinture (MUN)

Public : dès 16 ans

Tous niveaux

Mardi 14h-16h

Mardi 16h-18h

Atelier de pratique picturale axé sur la découverte et la maîtrise de diverses techniques (aquarelle, gouache, acrylique, etc.) mais aussi de contenus plus théoriques (dessin, couleur, composition, etc).

Matériel fourni.



2. Cirque

Initiation cirque (MUN)

Public : enfants-ados

9-14 ans | Tous niveaux

Mardi 17h30-19h

Atelier de découverte des bases des arts du cirque : jonglerie, équilibre sur objets, acrobaties, expression scénique, mais aussi pratiques aériennes.



3. Musique

Éveil Musical (MUN)

Public : enfants 4-6 ans
Mercredi 15h-16h

Atelier de découverte de la musique via la pratique de divers instruments, de chant et de divers jeux collectifs.



Enseignement musical jeunes musiciens (ASSO)

Public : 8-15 ans
Tous niveaux
Mercredi 14h-18h

Le dispositif d'enseignement musical est le second volet du programme d'intervention de Topophone. Celui-ci a pour objectif de faciliter l'accès à l'enseignement musical au sein des zones prioritaires.

Renseignements & inscriptions :
Association Topophone
06 63 80 83 07
contact@topophone.fr

Chorale (ASSO)

Public : adultes
Tous niveaux
Lundi 12h-14h

La Bande Originale, chorale du COSAT, compte une trentaine de choristes et propose des répétitions collectives du répertoire variétés françaises et chants du monde. Ambiance chaleureuse et décontractée.

Renseignements & inscriptions :
La Bande Originale
06 22 73 26 35
chorale.cosat@gmail.com

4. Théâtre

Théâtre jeunes adultes (ASSO)

Public : adultes

Tous niveaux

Vendredi 9h–13h30

Mercredi 18h30–21h30

Depuis 10 ans, l'atelier proposé fait se croiser les pratiques du théâtre et de la danse pour aboutir à une création.

Renseignements & inscriptions :

Compagnie Nelson Dumont

06 08 17 92 60

nelson.dumont@cegetel.net

Atelier boxe-théâtre (ASSO)

Public : dès 12 ans

Tous niveaux

Mardi 13h30–16h30

Vendredi 14h–16h

Détourner les techniques et les stratégies de la boxe : le noble art, au profit d'une joute verbale et corporelle permettant de dépasser les pensées limitantes.

Renseignements & inscriptions :

Draoui Productions

06 98 68 86 27

draoui.produc@gmail.com

Théâtre d'improvisation (ASSO)

Public : enfants-ados

11–15 ans | Tous niveaux

Mardi 18h30–19h30

Une envie de devenir super-héros sans tomber dans une cuve radioactive ? Pianiste prodige sans prendre de cours ?

Un atelier d'improvisation pour apprendre à jouer n'importe quel personnage, à devenir qui l'on veut en inventant ses propres histoires.

Renseignements & inscriptions :

Les Amis de la Bulle Carrée

06 75 40 02 20

formationjeune.bullecarrée@gmail.com



Expression théâtrale enfants- ados (ASSO)

**Public : enfants-ados
6-17 ans | Tous niveaux
Mercredi 16h-18h**

Un atelier pour s'amuser, faire semblant, rigoler, crier, parler fort, doucement, chuchoter...

Vous apprendrez l'art de dire, l'art d'être plus à l'aise, l'art d'avoir l'air !

Renseignements & inscriptions :

La Compagnie Jeux de Mêmes

06 70 34 35 27

lacompanie.asso@free.fr

Théâtralement Solidaire (ASSO)

Public : adultes

Tous niveaux

Mardi 19H30-21H30

Cet atelier propose un parcours progressif en trois cycles pour découvrir l'improvisation théâtrale.

Le premier pose les bases du groupe : écoute, acceptation et présence, pour installer confiance et spontanéité. Le deuxième invite à explorer le jeu à travers personnages, émotions et narration. Le troisième approfondit les techniques et multiplie les formats, à travers répétitions et mise en scène, pour préparer la représentation finale.

Renseignements & inscriptions :

Théâtralement Solidaire

06 58 88 37 38

theatralementsolidaire@gmail.com



5. Danse

Découverte danse moderne jazz / classique (MUN)

Public : enfants 9-12 ans

Niveau : débutant

Mercredi 14h-15h

Atelier d'initiation à la danse
moderne jazz et classique.
Aucun prérequis n'est nécessaire.

Danse orientale (ASSO)

Public : adultes

Niveau : initié & confirmé

Mardi 12h-13h30

Danse orientale entre tradition et
bien - être. Création de spectacle
de fin d'année. Tous niveaux
acceptés. Animé par une
danseuse professionnelle et
chorégraphe Vlasta Kalskaya.

Renseignements & inscriptions :

Mille Danses D'orient

07 82 41 97 98

milledansesdorient1@gmail.com



Modern'jazz adaptée et inclusive (ASSO)

Public : adultes

Tous niveaux

Lundi 18h–21h30

Atelier de danse ouvert à tous et adapté pour les danseuses et danseurs en situation de handicap. De part ses valeurs, Incorporel met en avant les différences.

L'accent est mis sur les sens performants, sensibles, les qualités de chaque danseur pour une expérience artistique riche.

Renseignements & inscriptions :

Incorporel

06 19 56 16 68

association.incorporel@gmail.com



Initiation danse afro/hip-hop (ASSO)

Public : enfants 6–17 ans

Niveau : débutant

Jeudi & vendredi 18h–20h

Ces ateliers d'initiation et de perfectionnement à la danse hip-hop sont une porte d'entrée vers la culture urbaine.

Ils s'adressent à des enfants et adolescents curieux et souhaitant découvrir les arts urbains.

Renseignements & inscriptions :

Centre des Arts Urbains

06 51 43 34 38

artsurbains31@gmail.com

Danses urbaines (ASSO)

Public : enfants 8–17 ans

Niveau : confirmé

Mercredi 15h–18h

Atelier de coopération des danseuses et danseurs de la compagnie Fidiala (cie composée d'enfants et d'adolescents), abordant différents types de danse (afro-dancehall, reggeaton & hip-hop).

Renseignements & inscriptions :

Fidiala

06 44 11 80 57

fidiala@yahoo.fr

Dancehall (ASSO)

Public : Dès 17 ans
Tous niveaux
Mardi 19H15- 21H30

Découvrez la culture dancehall à travers le mouvement. Cours hebdos, trainings et stages dans une ambiance dynamique et bienveillante. Travail technique, créativité et confiance en soi.

Renseignements & inscriptions :

AGART 31

07 69 09 11 78

agart31occitanie@gmail.com

Danse Bollywood (ASSO)

Public : Tous publics
Niveau : débutant
Lundi 17H- 18H dès 6 ans
18H-19H dès 16 ans

Innovant et tendance, l'Association Bani Thani propose des cours de danse Indienne sur des musiques Bollywood, un cours cardio mêlant fitness et la beauté de la danse indienne. Tous les lundis venez partager votre passion de la culture Ind

Renseignements & inscriptions :

Bani Thani

banithani.tlse@gmail.com



6. Forme & bien-être

Kendo (ASSO)

Public : adultes
Tous Niveaux
Lundi 19h–21h30

Atelier de pratique de cet art martial permettant à travers l'étude des techniques et la pratique de combats, la libération des énergies, la découverte et la maîtrise de son corps, l'apprentissage de la discipline et la lutte contre le stress.

Renseignements & inscriptions :

Seigakukan Kendo

06 87 55 43 28

seigakukan.kendo@gmail.com

Stretching (ASSO)

Public : adultes
Tous Niveaux
Mercredi 11h–12h

L'objectif de ces ateliers sera de travailler la remise en forme en travaillant sur le renforcement musculaire, l'équilibre et la souplesse, le tout dans une ambiance conviviale et détendue, dans une optique de "sport santé" et non de performance.

Renseignements & inscriptions :

CVIFS

07 87 34 90 54

sante@cvifs.fr

Danse à destination des personnes exilées et réfugiées (ASSO)

Public : adultes
Tous Niveaux
Mercredi 18h–20h

**RETSE31 (Réseau Toulousain En Soutien
Aux Exilés Et Réfugiés)**

retser31@gmail.com

Gym douce (ASSO)

Public : adultes
Tous Niveaux
Mercredi 12h15–13h15

L'objectif de ces ateliers sera de travailler la remise en forme en travaillant sur le renforcement musculaire, l'équilibre et la souplesse, le tout dans une ambiance conviviale et détendue, dans une optique de "sport santé" et non de performance.

Renseignements & inscriptions :

CVIFS

07 87 34 90 54 / 06 03 68 66 71

sante@cvifs.fr

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

Centre
culturel
Henri-Desbals

CC Henri-Desbals
128, rue Henri-Desbals
05 36 25 25 73

accueil.desbals@mairie-toulouse.fr

Accès :

Métro ligne A & bus n° 13 : Bagatelle

Accueil du public :

du lundi au vendredi de 9h à 12h30
et de 13h30 à 18h30 (18h en vacances scolaires)

Suivez-nous sur les réseaux sociaux !

linktr.ee/centreculturelhenridesbals



metropole.toulouse.fr
centresculturels.toulouse.fr



Centres culturels de Toulouse

