

ACTIVITÉS 2014/2015

CERCLE LAÏQUE JEAN CHAUBET

76 *cours proposés*

31 *disciplines
différentes*

dès 4 ans !



**ateliers
hebdomadaires**

stages

**manifestations
annuelles**

Renseignements

*Accueil du lundi au vendredi
de 14h30 à 18h30*

7, place Pinel - 31500 Toulouse

Tél. : 05 61 34 85 88

Email : claique.jc@aliceadsl.fr

Site : <http://www.cercle-laique-jean-chaubet.com>



ACTIVITÉS

Enfants

Peinture/dessin • Pratique du dessin d'observation, de la peinture acrylique, création d'œuvres collectives, et découverte de grands artistes avec le cycle "à la manière de"

Cirque • Jonglage, acrobatie et équilibre avec du matériel spécifique (*fil, boule, poutre, trampoline...*).

Danse africaine • Découvrir une autre manière de bouger à partir des musiques et rythmes traditionnels ou modernes, d'objets reliés à la vie quotidienne africaine (*calebasses, éventails, pilons...*). Rendre curieux de la différence en donnant des outils pour établir des passerelles entre connaissance et nouveauté.

Danse classique • Art vivant dont les principes fondateurs, techniques et esthétiques sont « l'en-dehors » et l'aplomb, l'esprit de rigueur et de netteté, le souci d'élégance et de clarté.

Danse modern'jazz • La danse modern'jazz est une invitation à partager ! Partager de bons

moments en apprenant des chorégraphies rythmées et dynamiques sur des musiques actuelles ou pas ! Le modern'jazz est un mélange de styles différents allant du hip-hop aux danses de salon en passant par la danse contemporaine.

Apprentissage musical

De façon ludique se familiariser avec le langage musical : déchiffrer notes et rythmes avec des jeux.

Guitare • Différentes techniques seront abordées. Elles faciliteront les apprentissages des participants.

Éveil musical • Musicolier, chasseur de sons, chasseur de rythmes, tu chanteras, écouteras, découvriras...

Expression dansée

Découvrir son corps singulier et apprendre à s'exprimer avec. Solliciter l'imaginaire par des comptines, des objets (*plumes, tissus, petits instruments musicaux...*). L'éveil et l'initiation sont aussi un cadre permettant aux enfants d'apprendre de façon

ludique les notions de vie commune qui reposent sur l'articulation autorité / groupe / individu.

Gym base GRS • Activité artistique qui permet de développer l'écoute musicale, la coordination et la souplesse en alliant danse et gymnastique avec comme support *le ruban, le cerceau, le ballon, les massues et la corde*.

Jujitsu Brésilien • Si le Jujitsu Brésilien présente d'énormes points communs avec le judo il développe principalement les aptitudes de combat au sol. C'est autour d'une ambiance ludique, sérieuse, et respectueuse

les uns des autres que l'enfant découvrira ce sport d'opposition tout droit venu du Brésil.

Atelier terre • Transformer la terre, décorer, émailler, créer toutes sortes de céramiques.

Théâtre • Aborder et approfondir l'univers de la création théâtrale... Expérimenter, jouer, créer, dans un esprit collectif.

Théâtre pré-ado • S'initier aux pratiques théâtrales à travers des exercices ludiques abordant la voix, le corps, l'écriture, le texte, l'interprétation, la mise en scène...

► **Retrouvez les horaires de tous les ateliers dans les pages centrales**

Début des ateliers

le lundi 15 septembre 2014

► **Enfants**

► **Ados**

► **Adultes**

Ados

Comédie musicale • Danse, corps, espace, son, comédie du texte et de la voix. Théâtralité et mise en scène, chant, vocalise, textes, mises en situation, interprétation. L'objectif est ici d'apprendre à se mettre en scène, de découvrir ses potentiels artistiques et créatifs et de participer à la dynamique du groupe et de vivre une simulation de Troupe.

Théâtre • Un temps pour découvrir, mais aussi pour se perfectionner aux techniques théâtrales... Dans une ambiance conviviale et solidaire permettant de se mettre en jeu !

Ados-Adultes

Danse africaine • Inspirées par des danses du Bénin, les chorégraphies sont adaptées à la vision contemporaine de la danse. La technique se caractérise par l'enracinement dans le sol, le travail dans l'espace et les changements de dynamique. Le but étant de s'approprier la danse proposée, et de l'adapter à sa morphologie, sa façon de se mouvoir et de s'émouvoir...

Danse classique - Danse modern jazz •

(Cf. page précédente)

Guitare • (Cf. page précédente)

Atelier terre • Façonner, décorer, émailler, s'initier au tour, choisir des thèmes, tels sont les ingrédients pour stimuler la créativité de chacun.

Peinture/dessin/illustration • Pratique du dessin d'observation, de la peinture et du graphisme. Conception de logotype. Apprentissage d'impression de monotypes.

Peinture/dessin (après-midi) • Atelier ouvert aux adultes et aux ados pour apprendre à dessiner et découvrir des techniques variées : *crayon, fusain, pastels secs ou gras, encres et lavis* et pour les plus confirmés, s'exprimer en peinture en se référant aux artistes et à l'actualité artistique.

Adultes

Anglais conversation • Cours interactifs de conversation pour une expression fluide, faux débutants et initiés.

Allemand conversation • Apprivoiser la langue allemande afin de savoir comprendre et s'exprimer dans des situations de conversation simple

Danse classique intermédiaires • Après une série d'exercices exécutés à la barre, le danseur développera ce travail avec des enchaînements plus élaborés qui lui permettront d'enrichir ses connaissances. Par la suite, il sera proposé un travail chorégraphique par le biais d'une variation.

Danse classique débutants • Ce cours permet de s'initier à la danse classique, par des exercices simples, par un échauffement à la barre, puis progressivement, des enchaînements seront proposés. Ils permettront de développer la musicalité et le sens artistique.

Atelier peinture/dessin (soir) • L'année se déroule en trois cycles : de septembre à la Toussaint : dessin d'observation. De la Toussaint à février : aquarelle puis de février à juin : "à la manière de" où l'on crée des images d'après l'œuvre d'artistes connus.

Atelier de création littéraire tout public • Atelier ouvert, à celles et ceux qui écrivent déjà, mais aussi à celles et ceux qui n'écrivent pas encore... À chaque atelier plusieurs propositions, des courtes, ludiques (*jeux de mots et jeux d'écriture*) pour entrer en écriture et des plus longues pour creuser, travailler votre écriture. Aucun pré-requis littéraire n'est attendu, il suffit d'avoir envie... D'Écrire tout simplement !

Atelier terre • Modelage-plaque-columbin-initiation au tour - décoration - émaillage... Choisir une forme pour dériver vers d'autres, considérer le thème comme une ouverture. En parallèle, réalisation de projets personnels.

Yoga • Enseignement du yoga selon le courant viniyoga : les postures sont adaptées aux capacités de chacun et mises en lien avec le souffle. Pratiquer le yoga permet d'acquérir souplesse corporelle, détente et bien être.

Gym abdos-fessiers • Excellent cours pour tonifier et raffermir fessiers et abdos.

Gym barre à terre • Séries d'exercices exécutés au sol permettant d'acquérir souplesse et tonicité de l'ensemble du corps ; augmentation

de l'amplitude articulaire en limitant les problèmes d'équilibre.

Gym douce • Travail de tous les muscles de façon douce et lente, sans accessoire, étirements, en musique.

Gym douce pilates • Cette gym douce s'appuiera sur des techniques de Pilates.

Elle facilitera le renforcement du muscle, et améliorera la tonicité, la détente intérieure et la respiration. Elle s'adapte au rythme de chacun.

Gym maintien • Cours en musique de renforcement musculaire général du haut et bas du corps, avec ou sans accessoires, afin d'améliorer la musculature dans son ensemble.

Gym maintien pilates • Le maintien Pilates favorise le renforcement musculaire du corps tout en travaillant sur la détente intérieure et la respiration. Elle s'adapte au rythme de chacun.

Pilates • La méthode Pilates permet d'allonger et de renforcer le muscle. Elle galbe le corps, améliore sa tonicité, stimule la circulation, amène à la détente intérieure et améliore la respiration. Les mouvements

sont effectués en tenant compte des capacités physiques de la personne.

Gym stretching • Discipline douce pratiquée dans une perspective d'entretien musculaire, de relaxation et de détente. Acquisition de la souplesse, renforcement des dorsaux, maintien de la colonne vertébrale.

Gym tonique • Exercices de renforcement musculaire dans des enchaînements dynamiques.

Qi Gong • Par l'attention portée sur la respiration, la mobilisation des articulations, les étirements et les contractions musculaires, le Qi Gong apporte le calme et l'énergie.

Jeudi club • Atelier animé par les personnes inscrites : activités culturelles (réunion, sortie) hebdomadaires.

Guitare • (Cf. page précédente)

Ateliers mémoire • Entretien et développer sa mémoire pour tous Retraités ou Actifs.

Modern'jazz •
(Cf. page précédente)



ATELIERS ENFANTS

... création

🌀 **atelier terre** Martine Béréni
6/10 ans mercredi 16h15/17h45
Tarif : 1h30/243 € (dont 27 € de matériel)

🌀 **peinture et dessin** Valentina Chambrin
6/10 ans mercredi 14h/15h30
Tarif : 1h30/243 € (dont 27 € de matériel)

... scène

🌀 **danse modern'jazz** Marie-Pierre Brillaud
8/10 ans mardi 17h/18h
11/13 ans mardi 18h/19h
..... Mariette Pechillon
11/13 ans samedi 10h30/11h30
Tarif : 1h/173 €

🌀 **danse classique** Christine Thévenet
initiation (6/7 ans) jeudi 17h00/18h00
préparatoire (8 ans) jeudi 18h00/19h00
élémentaire 1 (8/10 ans) lundi 17h/18h15
élémentaire 2 (10/12 ans) lundi 18h15/19h45
Tarifs : 1h/173 € - 1h15/195 € - 1h30/216 €

🌀 **danse africaine** Peggy Piccoli
7/10 ans mercredi 13h30/14h30
Tarif : 1h/173 €

🌀 **cirque** Elric Guillot
5 ans mercredi 15h30/16h30
6 ans mercredi 14h30/15h30
7/8 ans mercredi 13h30/14h30
9/12 ans mardi 16h45/18h00
Tarifs : 1h/194 € - 1h15/216 € (dont 21 € de matériel)



ATELIERS ENFANTS

...scène

expression dansée Peggy Piccoli
 éveil 4 ans mercredi 15h30/16h30
 initiation 5/6 ans mercredi 14h30/15h30
 Tarif : 1h/173 €

théâtre **changement de jour!** Claire Massol
 8/10 ans mercredi 16h30/17h30
 11/13 ans mercredi 17h30/19h00
 Tarifs : 1h/191€ - 1h30/234 €-
 (dont 18 € de participation forfaitaire à la représentation de fin d'année.)

...culture

éveil musical
 4/5 ans mercredi 15h30/16h30
 Tarif : 1h/173 €

apprentissage musical
 6/10 ans mercredi 14h30/15h30
 Tarif : 1h/173 €

guitare Bruno Longo
 à partir de 10 ans mardi 17h/18h
 mercredi 16h30/17h30
 Tarif : 1h/246 €

sport

gym base GRS Marie-Pierre Themista
 tous niveaux lundi 16h45/17h45
 tous niveaux jeudi 16h45/17h45
 Tarif : 1h/173 €

jujitsu brésilien Damien Tarride
 débutants mercredi 16h45/17h45
 intermédiaires mercredi 17h45/18h45
 Tarif : 1h/173 €



ATELIERS ADOS

...culture

guitare Bruno Longo
 à partir de 13 ans mardi 18h/19h- 19h/20h
 mercredi 17h30/18h30 - 18h30/19h30
 Tarif : 1h/244 €

...création

atelier terre Martine Béréni
 à partir de 11 ans mercredi 17h45 à 19h45
 Tarif : 2h/284 € (dont 27 € de matériel)

peinture, dessin, illustration Valentina Chambrin
 à partir de 11 ans jeudi 18h/20h00
 Tarif : 2h/271 € (dont 27 € de matériel)

...scène

danse classique Christine Thévenet
 à partir de 13 ans jeudi 19h00/20h30
 Tarif : 1h30/214 €

danse modern' jazz Marie-Pierre Brillaud
 à partir de 14 ans mardi 19h/20h30
 Mariette Pechillon
 à partir de 14 ans samedi 10h30/12h
 Tarif : 1h30/214 € - 3h/322 €

théâtre Claire Massol
 à partir de 14 ans mercredi 19h00/21h00
 Tarif : 2h/275 € (dont 18 € de participation forfaitaire à la représentation de fin d'année.)

comédie musicale Maryse Aussal
 à partir de 12 ans mardi 18h/19h30
 Tarif : 1h30/214 €

	Vendredi			Samedi		
	poly.	studio	réunion	poly.	studio	réunion
8h15						
8h30						
8h45						
10h		9h-10h Barre à terre				
10h15						
10h30		10h-11h Classique adultes débutants				
10h45						
11h						
11h15						
11h30						
11h45						
12h						
12h15						
12h30						
12h45						
13h	12h30-13h45 Yoga					
13h15						
13h30						
13h45						
14h						
14h15						
14h30						
14h45						
15h						
15h15						
15h30						
15h45						
16h						
16h15						
16h30						
16h45						
17h						
17h15						
17h30						
17h45						
18h						
18h15						
18h30						
18h45						
19h						
19h15						
19h30						
19h45						
20h		19h-20h30 Danse africaine tous niveaux				
20h15						
20h30						
20h45						
21h						
21h15						
21h30						
21h45						
22h						
22h15						
22h30						
22h45						
23h						



<http://www.cercle-laique-jean-chaubet.com>



► **Début des ateliers le lundi 15 septembre 2014**
Le démarrage de chaque atelier est soumis à un nombre suffisant d'inscriptions

76 cours proposés
31 disciplines différentes

dès 4 ans !

Peinture/dessin **Cirque** **Apprentissage musical** **Jujitsu Brésilien** **Danse classique** **Yoga** **Danse modern'jazz** **Peinture/dessin/illustration** **Anglais conversation** **Danse africaine** **Gym abdos-fessiers** **Gym barre à terre** **Gym douce** **Expression dansée** **Atelier de création littéraire tout public** **Gym douce pilates** **Éveil musical** **Guitare** **Gym maintien** **Théâtre** **Gym maintien pilates** **Atelier terre** **Danse classique** **Allemand conversation** **Pilates** **Gym stretching** **Gym tonique** **Qi Gong** **Jeudi club** **Modern'jazz** **Gym base** **GRS** **Atelier mémoire**



ATELIERS ADOS/ADULTES

...scène

🎭 **danse africaine** Peggy Piccoli
en présence d'un percussionniste

tous niveaux vendredi 19h00/20h30
Tarif ados 1h30/264 € / Tarif adulte 1h30/267 €

🎭 **danse classique** Christine Thévenet
intermédiaire mercredi 20h15/21h45
débutant vendredi 10h/11h
Tarif ados 1h30/214 € - Tarif adulte 1h/194 - 1h30/247 €

...création

🎨 **peinture/dessin** Sophie Roche
..... lundi 14h à 16h

Tarif ados 2h/271 € (dont 27 € de matériel)
Tarif adultes 2h/246 € (matériel non fourni)



ATELIERS ADULTES

...culture

🎧 **jeudi club** jeudi 14h/17h
Tarif : 3h/26 €

🎧 **anglais conversation** Thomas Devaney
faux-débutant lundi 9h30-10h30
initiés lundi 10h30 à 12h
initiés lundi 18h30/20h
Tarifs : 1h/195 € - 1h30/249 €



ATELIERS ADULTES

...culture

🎧 **allemand conversation** Jana Mignien
débutants jeudi 19h45/20h45
initiés jeudi 20h15/21h15
Tarif : 1h/195 €

🎧 **atelier création littéraire** Aurélie Guilbaud
..... mercredi de 20h à 22h (1 semaine sur deux)
Tarif : 2h/195 €

🎸 **guitare** Bruno Longo
..... mardi 20h/21h - 21h/22h
..... mercredi 19h30/20h30 et 20h30/21h30
Tarif : 1h/253 €

🎧 **atelier mémoire** Laurence Chatel
..... lundi 9h/10h30 et 10h30/12h (1 semaine/2 en moyenne)
Tarif : 1h30/155 €

...création

🎨 **atelier terre** Martine Béréni
..... mardi 20h00/22h30
Tarif : 2h30/348 € (terre non fournie)

🎨 **peinture et dessin** Valentina Chambrin
..... jeudi 20h15/22h15
Tarif : 2h/246 € (matériel non fourni)

...scène

🎭 **danse modern' jazz** Marie-Pierre Brillaud
..... mardi 20h30/21h45
Tarif : 1h15/219 €



ATELIERS ADULTES

...sport/ maintien

⊗ qi gong	Véronique Berthier
débutant.....	lundi 17h45/18h30
intermédiaire.....	lundi 18h30/19h30
Marie-Françoise Jourjon.....	jeudi 10h30/11h30
Tarifs : 45 mn/143€ - 1 h/171€ - 1 h45/243€ - 2 h/263€	
⊗ yoga	Sylvie Dalouche
.....	mercredi 9h/10h15
.....	vendredi 12h30/13h45
Tarif : 1h15/220€ - 2h30/340€	

...gymnastique

⊗ abdos fessiers	Martine Zammit
.....	lundi 20h30/21h30
⊗ barre à terre	Christine Thévenet
.....	mercredi 9h30/10h30
.....	jeudi 20h30/21h30
.....	vendredi 9h/10h
⊗ gymnastique douce	Corinne Gouaillardou
.....	lundi 10h00/11h00
⊗ gymnastique douce pilates	Peggy Piccoli
.....	jeudi 10h00/11h00
⊗ maintien pilates	Peggy Piccoli
.....	jeudi 9h00/10h00
⊗ maintien	
Corinne Gouaillardou.....	lundi 9h/10h
Martine Zammit.....	lundi 19h30/20h30
Marie-Pierre Themista.....	mardi 9h/10h

Tarifs : voir page suivante



ATELIERS ADULTES

...gymnastique

⊗ pilates	changement d'horaire !	Peggy Piccoli
.....		mardi 12h15/13h15
⊗ stretching		Martine Zammit
.....		jeudi 19h00/20h00
⊗ tonique		Martine Zammit
.....		jeudi 18h00/19h00
.....		jeudi 20h00/21h00

TARIFS COURS GYMNASTIQUE :

- 1 cours/semaine >> 153 €
- 2 cours/semaine >> 230 €
- 3 cours/semaine >> 326 €

+ de 3 cours/semaine 378 €

les jours et horaires sont définis au moment de l'inscription

+ d'infos :

www.cercle-laique-jean-chaubet.com



journée portes ouvertes :
samedi 20 septembre 2014



VIE ASSOCIATIVE

► **Vide grenier**

- *automne*
- *printemps*

► **CARNAVAL** (sous réserve)

► **Assemblée Générale**

► **Spectacles tout public**

► **Représentation des ateliers**

► **Exposition artistique**

► **Représentation des ateliers théâtre**

Le calendrier sera précisé tout au long de l'année. N'hésitez pas à consulter régulièrement le site Internet
<http://www.cercle-laique-jean-chaubet.com>

► **Bijoux**, création en perles

de boucles d'oreilles, colliers, bracelets, broches...

Pour les enfants à partir de 8 ans.

Les samedis : 11 octobre, 15 novembre, 13 décembre 2014, et 17 janvier 2015 de 10h à 12h.

► **Couture** apprendre toutes les astuces de la couture, créer ses propres envies : accessoires, vêtements, déco en tissu, recycler ses vêtements... Venez passer de bons moments autour d'une machine à coudre.

Les samedis pour les enfants : 11 octobre, 15 novembre, 13 décembre 2014 ; 17 janvier 2015 de 9h30 à 12h30.

Les samedis pour les adultes : 4 octobre, 22 novembre, 6 décembre 2014 ; 24 janvier, 28 février, 21 mars et 30 mai 2015 de 10h30 à 12h et de 13h à 15h.

► **Vidéo** : Apprendre et découvrir ensemble la vidéo. Élaborer un court-métrage en équipe. *Les samedis 4 octobre, 8 novembre, 6 décembre 2014 ; et 24 janvier 2015 de 10h à 12h et de 13h à 15h*

► **Stages pendant les petites vacances scolaires** (Automne)
 Cirque, peinture dessin, gym...

Tout au long de l'année, d'autres stages pourront être proposés. N'hésitez pas à vous renseigner !





INFORMATIONS

Modalités d'inscription

► *Les inscriptions ont lieu exclusivement au bureau du Cercle Laïque Jean Chaubet*

► *Horaires :*

- du 23 juin au 27 juin 9h30 à 19h30 sans interruption
- du 30 juin au 9 juillet de 14h à 18h
- du 3 au 5 septembre de 9h30 à 19h30 sans interruption
- du 8 au 12 septembre de 9h30 à 12h et de 14h30 à 19h
- puis du lundi au vendredi de 14h30 à 18h30

► *Adhésion :*

Toute inscription à un cours entraîne l'adhésion de la personne à l'association du Cercle Laïque Jean Chaubet pour 1 an

- 12 € jusqu'à 16 ans
- 18 € pour les 16-25 ans étudiants
- 24 € pour les 16-25 ans non-étudiants
- 24 € au-delà de 25 ans
- 4 € première inscription aux stages pour les non-adhérents

► *Tarifs :*

- Les tarifs indiqués pour chaque atelier sont annuels
- Paiement échelonné pour toute inscription
- Tarifs réduits pour les bénéficiaires des minima sociaux
- Cours d'essai gratuit

► *Pièces justificatives*

- Certificat médical exigé pour les activités physiques dès le cours d'essai pour les mineurs et après le cours d'essai pour les adultes.
- Autorisation parentale pour les mineurs
- Justificatifs pour les bénéficiaires des minima sociaux

Contact

Accueil du lundi au vendredi de 14h30 à 18h30
7, place Pinel • 31500 Toulouse • Tél. : 05 61 34 85 88
Email : claique.jc@aliceadsl.fr
Site : <http://www.cercle-laique-jean-chaubet.com>



HAUTE-GARONNE
CONSEIL GÉNÉRAL

avec la participation de :

MAIRIE DE



TOULOUSE

www.toulouse.fr