



STAGES- ATELIERS

Toute l'année

DIEULEFIT – Couture créative Pimpelume
Atelier couture, ponctuels ou réguliers, tous niveaux, à partir de 7 ans (environ). Ateliers pour enfants, ados, familles.

☎ Sur RV : 06 04 19 73 54 – Pascaline Perrin
couture@pimpelume.fr – couture.pimpelume.fr

PONT-DE-BARRET – Créarsoi – Pierre Pierre Compagnie (Toute l'année sauf vacances d'été)

📍 40, route de Salettes

. Accompagnement artistique. Cours, médiation art, art -thérapie pour enfants accompagnés, jeunes et adultes. Ateliers dessins Croqu'Arbres dans la nature. Accessible handicaps.

www.artistescontemporains.org/artistes/pierre-pierre/

☎ 06 69 31 46 77

DIEULEFIT – Atelier de l'Origami

📍 Quartier de la combe aux baux

. Tu as entre 4 et 12 ans ? Je te propose de devenir magicien(e) du papier, de faire apparaître par pliage: fleurs, animaux, oiseaux, avions, etc. L'origami est un art ludique qui développe la créativité, la concentration, la patience et l'imagination.

€ Enfant : 10€ la séance d'1h30
8€ la séance sur 3 jours (3 x 1h30).

☎ 06 33 06 59 78 –

DIEULEFIT – Stage de Poterie : Atelier L'Empreinte
Tout Public, adultes et enfants mélangés

📍 Atelier L'Empreinte, 16 Quai Roger Morin

. Travail au colombin, à la plaque, modelage, tournage... La finition de l'objet par le décor: gravures, empreintes ou modelage clôturera le travail.

Tournage 1h30 et Modelage 2h00

€ Tarif dégressif / nombre de personnes

☎ 06 26 08 12 01

BOURDEAUX – Stage de céramique

📍 L'Atelier boutique Elisa Le Guern, 29 Rue du Pont

. Venez explorez votre créativité et vous initier à la céramique.

-Découverte modelage (durée 3h). Groupe 60€.

Individuel : 80 €

-Cours/stage enfants (durée 2h). Groupe : 30€.

Individuel : 40 €

-A la carte en famille (15€/h enfant, 20€/h adulte)

☎ 06 35 46 80 20 Elisa-leguern@hotmail.fr

SOUPIERRE – Accorps Dansés

📍 Espace Danse, 18 route de Dieulefit

. Accorder son corps, équilibrer ses énergies, se relier à sa puissance et s'ouvrir au vivant ! Ateliers et/ou cours hebdomadaires.

☎ 06 08 46 33 26 - www.accorps-danses.com

DIEULEFIT – Djinn et compagnie

📍 1 rue d'Audiffret

. Têtes qui bougent, corps qui parlent... Klowne, Théâtre, Flamenco, Graphique

☎ 07 68 83 59 97

MONTJOUX – Stage de Poterie tout public

📍 Atelier Douce Argile, quartier du vieux moulin

. Je vous aiderai à réaliser vos poteries du façonnage jusqu'à la décoration. Elles seront cuites par mes soins une fois sèches.

☎ 09 75 39 11 70 | 06 78 62 56 64 -
www.atelierdouceargile.com

DIEULEFIT – Yoga Inari

📍 Yogainari, 4 place Abbé Magnet

. Amateurs et professionnels, retrouvez Roxane et son équipe: cours, stages et formations de yoga enseigné dans le respect de l'anatomie de chacun.

€ Tarifs non communiqués

☎ 07 67 18 92 66 - www.yogainari.com

DIEULEFIT – Cours- Atelier de Musique CAEM, Tout Public

📍 CAEM, 2 rue des Ecoles

. Atelier chant, jazz, musique de salon, musique actuelle et création, Batucada, Hip Hop, orchestre

€ Tarif réduit basé sur la quotient familial (voir simulation sur le site), bon CAF, chèque-vacances, et chèque Top départ acceptés.

☎ 04 75 52 06 44 – www.caem-dieulefit.org/

DIEULEFIT – Stages de Décor sur céramique et verre

📍 Atelier-boutique MHP : 15 rue des Reymonds

☎ Renseignement et inscription : 06 79 31 75 43

DIEULEFIT (RAYON DE 20KM) – Sortie d'escalade en plein air avec Natura Grimpe

☎ Demi-journée ou journée avec Mathilde monitrice diplômée

Séances collectives de 3 à 8 pers ou cours particuliers.

☎ 06 64 65 62 56 www.naturagrimpe.com

DIEULEFIT – Atelier « A la carte »

Maison de la Céramique

☎ 1h30 en fonction des disponibilités de salle

€ - Forfait 1 à 4 personnes : 90 euros

- Forfait de 5 à 7 personnes : 120 euros

- Forfait 8 à 10 personnes : 150 euros

☎ Inscriptions : 04 75 50 20 98
info@maisondelaceramique.fr

Tous les lundis

LA BEGUDE-DE-MAZENC - Atelier de fabrication de cosmétiques Bio. L'essentiel de lavande.

🕒 - 10h à 18h, le lundi et samedi

📍 L'Essentiel de lavande, 270 allée de Fontchaude
. Apprenez à fabriquer votre baume hydratant pour le corps bio le temps d'un atelier bien-être au cœur des lavandes.

💰 45€/personne pour 1h15 d'atelier de fabrication de cosmétique.

☎ 04 26 79 00 70 - www.essentiel-de-lavande.com

DIEULEFIT - Kundalini Yoga

🕒 18h20 -

📍 Sayer Margaux, La Maison Besun, 406 Chemin du Col de la Ruche

. Cours de kundalini yoga et kundalini yoga prénatal
Accompagnement Yoga Doula Familles et femmes enceintes

💰 Cours à l'unité 17 euros / Cours d'essai possible

Forfait au trimestre possible, merci de me contacter.

☎ 06 50 56 70 60 - www.yoga-doula-ayurveda.fr

Tous les mardis

DIEULEFIT - Danse Africaine

🕒 19h30 à 21h30 -

. Atelier danse et musique africaine. Danse du Mali, BurkinaFaso Bénin.

. ANGATA

☎ 06 86 98 44 29 -

CRUPIES - Summer yoga

🕒 18h30 à 19h30

. Centre Musiflore

💰 10€ sur inscription

L'Instant Cocon Antoinette Selim

☎ 06 16 57 94 73

Tous les jeudis

LA BEGUDE-DE-MAZENC - Cours de fitness en plein air

18h30 - Zen pour Soi

Et lundi à 18h30

💰 10€ le cours / 90€ les 10 séances / Cours tous niveaux

☎ 06 84 32 36 08

Tous les samedis

DIEULEFIT - Cours de Hatha Yoga avec Sadhna-Yoga

🕒 10h -

📍 . Association Sadhna-Yoga, Dojo - Gymnase
Cours de Hatha Yoga, dans la lignée du Yoga de l'Energie, animés par Jean-Baptiste Stimamiglio, diplômé de l'EFYL (Ecole Française de Yoga de Lyon) professeur titulaire de la FNEY (Féd. Nationale des Enseignants de Yoga) élève de B. Tatski.

💰 Tarifs non communiqués.

☎ 04 26 51 73 88|06 11 52 96 00 - <http://yoga-pontjimdo.com>

LA BEGUDE-DE-MAZENC - Atelier de fabrication de cosmétiques Bio. L'essentiel de lavande.

🕒 10h à 18h, le lundi et samedi

📍 270 allée de Fontchaude

. Apprenez à fabriquer votre baume hydratant pour le corps bio le temps d'un atelier bien-être au cœur des lavandes.

💰 45€/personne pour 1h15 d'atelier de fabrication de cosmétique.

. L'Essentiel de Lavande

☎ 04 26 79 00 70 - <http://www.essentiel-de-lavande.com>

LA ROCHE SAINT SECRET - Club Tricot

🕒 16h30

📍 Le Préau - 65 Le Péage

. Le coin café se transforme en vivier créatif chaque premier samedi du mois. Point mousse, point de riz ou crochet, pour tous niveaux et techniques !



A partir du 8 octobre

CHATEAUNEUF-DE-MAZENC - 1, 2, 3 spectacles

Théâtre enfants de 6 à 10 ans, mercredi après-midi de 15h - 16h

Théâtre adultes, mercredi soir de 19h - 20h30

Escrime théâtrale adolescents, mercredi après-midi de 11 à 15 ans, mercredi après-midi de 17h - 18h

Chœur de femmes, mardi soir de 19h à 20h30

Cours d'essai : du 17 sep - 1^{er} oct

Pas de cours pendant les vacances scolaires

💰 Cours enfants : 250€ + 10€ d'adhésion FIEF, cours adultes : 300€ + 10€ d'adhésion au FIEF

☎ 06 83 71 23 70 - Inscription :

mirandolina.cie@gmail.com

Vendredi 10, lundi 13, samedi 25 et mercredi 29 octobre

PONT DE BARRET - Stage de tapisserie : retapissez un tabouret vintage

🕒 14h sauf le 13 à 9h

📍 Le Quai, 135 rue Chaix

UN MOMENT RIEN QUE POUR VOUS ✨

Accordez-vous une parenthèse créative et apprenez à retapisser un tabouret vintage !

Déconnectez-vous du quotidien

Reconnectez-vous avec le faire de vos mains

💰 90€ par personne tout compris (tabouret + matériel + outils).

☎ Dautrey Chloé - Panache du Crapaud

07 80 35 49 67

<https://lepanacheducrapaud.fr>

Du 18 octobre au 2 novembre

BEZAUDUN/BINE- Stage Toussaint : à cheval dans le Pays de Bourdeaux

📅 Demi-journée ou journée

📍 Le Cros de L'Oume, élevage d'Irish cob et centre équitation

💰 .90€ la journée, 50 € la demi-journée unique les 23/24 et 31 octobre

☎ 06 66 90 30 26 www.crosdeloume.com

Du lundi 20 au vendredi 24 octobre

BOURDEAUX-Stage de tennis 100% découverte et perfectionnement

📅 Terrains de tennis Bourdeaux

- 5/7 ans découverte mini tennis 1h/jour
- 8/13 ans initiation shortennis 1h30/jour
- Adultes technique et tactique 1h30/jour

💰 5 séances du lundi au vendredi 50€ (1 heure par jour), 75 € 1h30 par jour

☎ Infos et inscription 06 26 13 08 48

Encadrement par un éducateur Tennis CQP ET

23 octobre Halloween à cheval

BEZAUDUN/BINE- Initiation voltige

📅 Demi-journée

📍 Le Cros de L'Oume, élevage d'Irish cob et centre équitation

💰 .50 €

☎ 06 66 90 30 26 www.crosdeloume.com
crosdeloume@gmail.com

24 octobre Halloween à cheval

BEZAUDUN/BINE- Stage enfant Equifun

📅 Demi-journée ou journée

📍 Le Cros de L'Oume, élevage d'Irish cob et centre équitation

💰 .50 € demi, 90 € journée

Des jeux, du fun et bonbons.

☎ 06 66 90 30 26 www.crosdeloume.com
crosdeloume@gmail.com

31 octobre Halloween à cheval

BEZAUDUN/BINE- Chasse au trésor

📅 Demi-journée

📍 Le Cros de L'Oume, élevage d'Irish cob et centre équitation

Animation familiale déguisée.

💰 .50 €

☎ 06 66 90 30 26 www.crosdeloume.com
crosdeloume@gmail.com

Vendredi 7, mardi 11 et lundi 24 novembre

PONT DE BARRET- Stage de tapisserie : retapissez un tabouret vintage

📅 14h

📍 Le Quai, 135 rue Chaix

UN MOMENT RIEN QUE POUR VOUS ✨

Accordez-vous une parenthèse créative et apprenez à retapisser un tabouret vintage !

Déconnectez-vous du quotidien

Reconnectez-vous avec le faire de vos mains

💰 90€ par personne tout compris (tabouret + matériel + outils).

☎ Dautrey Chloé - Panache du Crapaud

07 80 35 49 67

<https://lepanacheducrapaud.fr>

Vendredi 5, dimanche 14 et lundi 22 décembre

PONT DE BARRET- Stage de tapisserie : retapissez un tabouret vintage

📅 14h

📍 Le Quai, 135 rue Chaix

UN MOMENT RIEN QUE POUR VOUS ✨

Accordez-vous une parenthèse créative et apprenez à retapisser un tabouret vintage !

Déconnectez-vous du quotidien

Reconnectez-vous avec le faire de vos mains

💰 90€ par personne tout compris (tabouret + matériel + outils).

☎ Dautrey Chloé - Panache du Crapaud

07 80 35 49 67

<https://lepanacheducrapaud.fr>