



## 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](mailto:couture@pimpelume.fr) – couture.pimpelume.fr

**PONT-DE-BARRET** - Créalsoi – 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/](http://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](http://www.accorps-danses.com)

**DIEULEFIT** - Djinn et compagnie  
1 rue d'Audiffret  
Têtes qui bougent, corps qui parlent... Klown, 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](http://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](http://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/](http://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](http://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](mailto: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.essential-de-lavande.com](http://www.essential-de-lavande.com)

**DIEULEFIT** - Hatha Yoga - adultes

⌚ 18h – 19h15  
📍 Nama Om Yoga – avec Léonie, Salle L'Inspir, 3C rue de la distillerie  
💶 Toutes les infos : [www.namaomyoga.com](http://www.namaomyoga.com)  
📞 07 49 07 21 71 / namaomyoga.com

**DIEULEFIT** - Kundalini Yoga

⌚ 18h20 –  
📍 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](http://www.yoga-doula-ayurveda.fr)

## Tous les mardis

**DIEULEFIT** - Yin ou Hatha Yoga -adultes

⌚ 09h – 10h15  
📍 Nama Om Yoga – avec Léonie, Salle L'Inspir, 3C rue de la distillerie  
💶 Toutes les infos : [www.namaomyoga.com](http://www.namaomyoga.com)  
📞 07 49 07 21 71 / namaomyoga.com

**CRUPIES**- Summer yoga

⌚ 18h30 à 19h30  
. Centre Musiflore  
💶 10€ sur inscription  
L'Instant Cocon Antoinette Selim  
📞 06 16 57 94 73

**DIEULEFIT** - Danse Africaine

⌚ 19h30 à 21h30 –  
. Atelier danse et musique africaine. Danse du Mali, BurkinaFaso Bénin.  
. ANGATA  
📞 06 86 98 44 29 –

## Tous les mercredis

**DIEULEFIT** - Cours de peinture

⌚ 10h (durée : 1h30)  
📍 L'Atelier « Joie de Peindre », 48 rue du Bourg  
💶 Téléphoner svp  
📞 06 63 34 46 99 / [atelierjoiedepeindre.com](http://atelierjoiedepeindre.com)

**DIEULEFIT** - Cours de peinture

⌚ 14h (durée : 1h30)  
📍 L'Atelier « Joie de Peindre », 48 rue du Bourg  
💶 Téléphoner svp  
📞 06 63 34 46 99 / [atelierjoiedepeindre.com](http://atelierjoiedepeindre.com)

**DIEULEFIT** - Yoga éveil – 3 – 5 ans

⌚ 17h30 – 18h45  
📍 Nama Om Yoga – avec Léonie, Salle L'Inspir, 3C rue de la distillerie  
💶 Toutes les infos : [www.namaomyoga.com](http://www.namaomyoga.com)  
📞 07 49 07 21 71 / namaomyoga.com

**DIEULEFIT** - Yin enfants – 6 – 10 ans

⌚ 15h – 16h  
📍 Nama Om Yoga – avec Léonie, Salle L'Inspir, 3C rue de la distillerie  
💶 Toutes les infos : [www.namaomyoga.com](http://www.namaomyoga.com)  
📞 07 49 07 21 71 / namaomyoga.com

**DIEULEFIT** – Yin Yoga -adultes

⌚ 16h15 – 17h&5  
📍 Nama Om Yoga – avec Léonie, Salle L'Inspir, 3C rue de la distillerie  
💶 Toutes les infos : [www.namaomyoga.com](http://www.namaomyoga.com)  
📞 07 49 07 21 71 / namaomyoga.com

**DIEULEFIT** – Yoga de l'énergie – Cours avancé

⌚ 18h30 – 20h30  
📍 Avec Françoise Boisset  
💶 07 60 41 09 75 / [boissette@zafourire.com](mailto:boissette@zafourire.com)

## Tous les jeudis

**DIEULEFIT** – Yoga de l'énergie – Cours intermédiaire

⌚ 09h15 – 10h45  
📍 Avec Françoise Boisset  
💶 07 60 41 09 75 / [boissette@zafourire.com](mailto:boissette@zafourire.com)

**DIEULEFIT** – Yoga pré-postnatal

⌚ 10h30 – 11h30  
📍 Nama Om Yoga – avec Léonie, Salle L'Inspir, 3C rue de la distillerie  
💶 Toutes les infos : [www.namaomyoga.com](http://www.namaomyoga.com)  
📞 07 49 07 21 71 / namaomyoga.com

**DIEULEFIT** – Yoga adapté

⌚ 15h – 16h  
📍 Nama Om Yoga – avec Léonie, Salle L'Inspir, 3C rue de la distillerie  
💶 Toutes les infos : [www.namaomyoga.com](http://www.namaomyoga.com)  
📞 07 49 07 21 71 / namaomyoga.com

**DIEULEFIT** – Yoga de l'énergie – Cours débutant

⌚ 17h30 – 19h  
📍 Avec Françoise Boisset  
💶 07 60 41 09 75 / [boissette@zafourire.com](mailto:boissette@zafourire.com)

**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-pont.jimdo.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 coeur des lavandes.  
45€/personne pour 1h15 d'atelier de fabrication de cosmétique.  
L'Essentiel de Lavande  
04 26 79 00 70 - <http://www.essential-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<sup>er</sup> 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](mailto:mirandolina.cie@gmail.com)

### 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>

### 22, 23, 24 décembre

#### **DIEULEFIT – Stage Noël**

L'Atelier « Joie de Peindre » au 1<sup>er</sup> étage du Secret de la Roche, 48 rue du Bourg Atelier multigénérationnel, adultes-ados-enfants de 4 à 99 ans  
€ 3 jours 45€ + (cotisation 10€)  
10h à 11h30