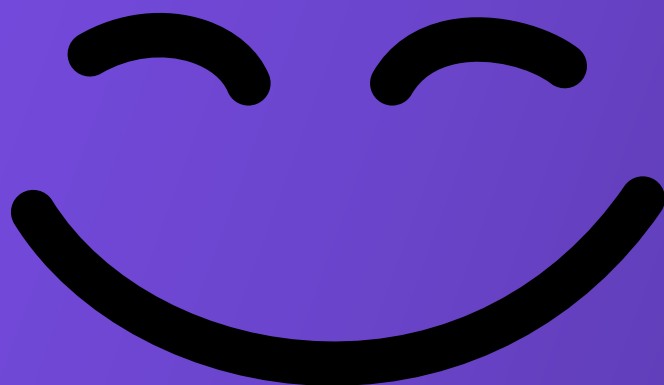


# Nos activités annuelles



**2026-2027**

**L'ATELIER DU  
QUARTIER**

Association artistique et culturelle à but non lucratif

# Table des matières



## Version 1.0

Il s'agit d'une première version de la brochure, certains créneaux doivent encore être validés, d'autres aspects peuvent être amenés à évoluer.

Si vous repérez une erreur, merci de nous en informer à [com@atelierduquartier.fr](mailto:com@atelierduquartier.fr)

<b>L'Atelier du Quartier</b>	Bienvenue	5
	Lumière sur nos nouveautés	6
	Qui sommes-nous ?	8
	Nos engagements	9
<b>Informations pratiques</b>	Adhésion et paiement	11
	Nos locaux	12
	Modalités d'inscription	14
	Calendrier	17
	Sorties d'école	18
<b>Toute l'année à l'Atelier</b>	Music'Lab	19
	Autres activités	20
	Spectacles, expositions, concerts	21
<b>Nos activités annuelles</b>	Maternelles	22
	Élémentaires	28
	Collège / Lycée	36
	Adultes	48
	Instruments de musique	62
<b>Pour s'inscrire</b>	Inscription	66
	Contact	67

# Bienvenue !

Depuis septembre 2006, l'Atelier du Quartier, association à but non lucratif, fait vivre des ateliers artistiques et corporels accessibles à tous, dans un esprit chaleureux, humain et intergénérationnel.

Cette saison 2026-2027 est très particulière : nous fêtons les 20 ans de l'association !

Au fil des saisons, notre projet est resté le même : faire de l'Atelier un véritable lieu de vie, de rencontre, d'expression et de transmission.

Nous sommes heureux de vous présenter le programme d'activités 2026-2027 : des ateliers de musique, théâtre, danse, arts plastiques, bien-être et renforcement corporel, proposés tout au long de l'année, ainsi que des stages et événements ponctuels les dimanches ou pendant les vacances scolaires.

Notre association accueille les enfants dès l'âge de 2 ans, les adolescents et les adultes, quel que soit leur lieu d'habitation.

Cette brochure vous permettra de découvrir l'ensemble de nos activités, mais aussi l'esprit de l'Atelier, nos engagements et notre fonctionnement.

N'hésitez pas également à consulter [notre site internet](#), régulièrement mis à jour tout au long de la saison.

Toute l'équipe d'accueil se tient à votre disposition pour vous accompagner et répondre à vos questions.

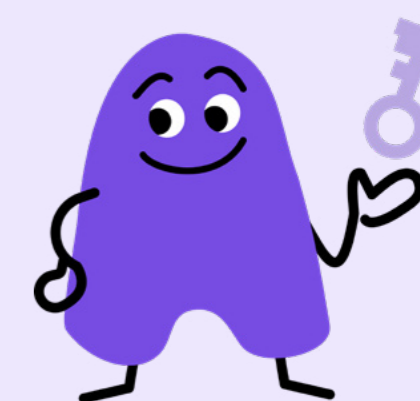
Très belle saison à toutes et à tous !

François ZABELSKI  
Directeur de l'Atelier du Quartier



Toutes les informations concernant les activités sont données à titre indicatif. Les horaires, salles, professeurs, peuvent être amenés à être modifiés. Notre équipe tiendrait alors les adhérents concernés informés.

La version numérique de cette brochure est régulièrement mise à jour en fonction des modifications.



# Lumière sur...

## Manga

Venez découvrir ou approfondir l'art du dessin narratif. Création de personnages, mise en scène, codes du manga japonais, tout y est pour stimuler l'imaginaire. Les séances allient technique, créativité et plaisir de raconter des histoires en images. Débutants ou passionnés, chacun progresse à son rythme dans un cadre bienveillant.

Plus d'informations pages [32-41-45](#).



**NOUVEAU**

## Mobilité / Renforcement

Un atelier destiné aux personnes ayant déjà une bonne forme physique (hommes et femmes). Au programme, renforcement musculaire, travail de la mobilité et de la tonicité globale du corps. Travail au poids du corps, avec haltères et kettlebells. Anciennement appelé «Full Body Training».

Plus d'informations page [57](#).



**NOUVEAU**

## Pilates Mouvement

Une méthode alliant Pilates et travail de la mobilité, pour renforcer le corps en profondeur, améliorer la posture et gagner en fluidité dans les mouvements. Plutôt destiné aux personnes en bonne forme physique qui souhaitent un travail complémentaire au Pilates.

Plus d'informations page [58](#).



**NOUVEAU**

## Danse K-Pop

Suite au succès des stages proposés cette saison, ouverture d'un nouvel atelier annuel de danse K-Pop à destination des adolescents !

Animé par Guillaume, notre intervenant spécialisé dans la K-Pop.

Plus d'informations page [37](#).



## Claquettes

Les claquettes reviennent le dimanche matin, avec trois niveaux pour progresser à son rythme : initiation, niveau 1, niveau 2.

Cette saison, les ateliers seront animés par Irène, pour découvrir ou approfondir cette discipline rythmique, dynamique et pleine d'énergie.

Plus d'informations page [49](#).



## Music'Lab

Face au bel enthousiasme autour du projet, le Music'Lab revient cette saison !

Proposé à raison d'une séance par mois, cet espace de création et d'expérimentation autour des musiques actuelles invite les participants à jouer en groupe, explorer différents styles et développer leur créativité dans un véritable studio de répétition.

Plus d'informations page [19](#).



... et d'autres nouveautés à venir en suivant notre site internet.

# Qui sommes-nous ?



Depuis 2006, l'Atelier du Quartier développe des espaces de pratique artistique accessibles à tous, dans un esprit de transmission, de création et de partage.

Créée en 2006, l'Atelier du Quartier proposait à l'origine des ateliers de peinture, pensés comme des espaces d'expression artistique accessibles à tous.

Dès 2007, les ateliers musicaux viennent enrichir l'offre. D'abord destinés aux enfants, ils sont aujourd'hui ouverts à toute la famille.

Au fil des années, l'association s'est développée pour proposer un large choix d'activités artistiques et corporelles, à destination des enfants comme des adultes.

À l'écoute des habitants du quartier et des environs, nous avons à cœur de proposer des ateliers de qualité, dans lesquels chacun peut pratiquer la discipline

qui lui correspond, dans une ambiance chaleureuse et stimulante. Association à but non lucratif, l'Atelier du Quartier grandit grâce à l'engagement de son équipe au quotidien et au bouche-à-oreille de ses adhérents.

Notre équipe d'intervenants est engagée dans le projet de l'Atelier et attentive aux adhérents.

Ce sont aussi des artistes, chacun avec sa pratique et ses projets, ancrés dans la réalité des disciplines qu'ils enseignent.

Comédiens, chanteurs, musiciens ou plasticiens, ils transmettent leur savoir avec pédagogie et exigence, portés par la passion qui les anime.

## L'Atelier fête ses 20 ANS !

Depuis 2006, des milliers d'enfants, d'adolescents et d'adultes ont grandi, créé, joué, dansé, chanté, dessiné et partagé la vie de notre association.

Au fil des années, certains enfants sont devenus adolescents, puis adultes... et quelques-uns ont même rejoint aujourd'hui notre équipe d'intervenants.

Cette saison anniversaire sera l'occasion de célébrer ensemble 20 années de projets artistiques, de spectacles, de souvenirs et d'aventures humaines partagées.

Merci à toutes celles et ceux qui font vivre cette belle histoire depuis 2006.

# Nos engagements

À l'Atelier du Quartier, nous pensons que la pratique artistique est bien plus qu'une activité de loisirs. C'est un espace d'expression, de découverte de soi, de rencontre et de construction personnelle.

Depuis 2006, notre association développe un projet humain fondé sur des valeurs simples : respect, bienveillance, exigence adaptée à chacun, plaisir de pratique et vivre ensemble.



### Un cadre attentif. Un lieu sécurisant.

Nous portons une attention particulière à l'accueil et à l'accompagnement des enfants, des adolescents et des adultes au sein de nos ateliers.

Les équipes pédagogiques et administratives veillent à proposer un cadre respectueux, bienveillant et adapté à chacun, dans lequel la sécurité physique, émotionnelle et relationnelle des participants constitue une priorité.

Les intervenants sont accompagnés dans leurs pratiques, et l'association reste attentive à toute situation nécessitant écoute, dialogue ou vigilance particulière.



### Des artistes pédagogues

Au-delà des compétences artistiques, nous attachons une importance particulière aux qualités pédagogiques, relationnelles et humaines de nos intervenants.



### Un projet commun

Notre équipe est composée de professionnels engagés dans un projet commun : transmettre leur passion dans un cadre sérieux, chaleureux et accessible.



### Un accompagnement durable

Les équipes bénéficient d'échanges réguliers et d'un accompagnement tout au long de l'année afin de garantir des ateliers de qualité et un suivi cohérent des participants.

# L'esprit de l'Atelier



À l'Atelier du Quartier, nous pensons que la pratique artistique est avant tout une aventure humaine, collective et accessible à tous.



## Accessible

Enfants, ados, adultes, débutants ou confirmés : chacun avance à son rythme dans un cadre bienveillant et adapté à ses envies.



## Collectif

Nous privilégions les groupes à taille humaine favorisant l'écoute, la progression et le plaisir de pratiquer ensemble.



## Local

Implantés dans le 15<sup>e</sup> arrondissement de Paris depuis plus de 20 ans, nous participons activement à la vie du quartier à travers nos ateliers, spectacles, stages, projets collectifs, ainsi que nos actions de soutien.

# Informations pratiques



## Adhésion

Adhérer à l'Atelier du Quartier, c'est avant tout partager ses valeurs et son projet pédagogique. L'adhésion est individuelle et valable pour la saison en cours.

Cette adhésion permet :

- de participer aux ateliers
- de contribuer à la vie de l'association
- de soutenir le bon fonctionnement de la structure

**49€**

par personne pour les deux premiers membres d'un même foyer

**10€**

à partir du 3e membre

## Paiement

Nous acceptons les moyens de paiement suivants :

- Chèques
- Espèces
- Cartes bancaires
- Virements
- Chèques Vacances
- Coupons sports

*Vous avez la possibilité d'échelonner vos paiements sur l'année en cas de règlement par chèques.*

## Séance d'essai

**10€**

en fonction des places disponibles et de l'avancée pédagogique des ateliers.

*Plus de détails [page 16](#).*

**Pour participer à une activité, il faut donc :**

- **adhérer à l'association** (sauf activités ponctuelles, stages, yoga prénatal)
- **régler l'activité choisie**
- **avoir fourni un dossier d'inscription complet** (fiche d'inscription signée, etc.)



Règlement intérieur disponible sur demande et sur notre site internet.

# Nos locaux

L'Atelier du Quartier est une association ancrée dans le 15<sup>e</sup> arrondissement de Paris.

À quelques pas de la mairie du 15<sup>e</sup>, nos locaux d'activités se situent autour du métro Vaugirard, rue Blomet, rue Péclet et rue d'Alleray.



92  
Blomet

## 92 rue Blomet

Accueil et salles de musique



81  
Blomet

## 81 rue Blomet

Espace polyvalent



13-17  
Alleray

## 13-17 rue d'Alleray

Espace Danse



4  
Alleray

## 4 rue d'Alleray

Espace Pilates, Yoga et éveil



12  
Péclet

## 12 rue Péclet

Espace polyvalent

Certaines de nos activités se déroulent dans d'autres lieux avec lesquels nous sommes en collaboration ou partenariat :

**Le CMS Lecourbe**  
205 rue de Javel, 75015 Paris

**Rock 4 You**  
Studio de danse au  
198 rue de Vaugirard, 75015 Paris

**Local XV (pour Music'Lab)**  
59 rue Desnouettes, 75015 Paris

# Modalités d'inscription

## Calcul des tarifs

Les tarifs de nos activités ont été calculés en fonction des réalités budgétaires de notre association. Organisme à but non lucratif, les recettes d'activités permettent de faire fonctionner notre structure et de continuer à vous proposer nos activités dans les meilleures conditions.

## Forfait annuel

Le forfait annuel vous donne **accès à votre atelier hebdomadaire**, au créneau choisi, du 13 septembre 2026 au 20 juin 2027, **hors vacances scolaires et jours fériés** où l'Atelier du Quartier serait fermé (voir p 16).



*Cas particulier : claquettes du dimanche (pas d'ateliers les dimanches des périodes de vacances).*

Une participation supplémentaire peut être demandée au moment des spectacles de fin d'année (billetterie, location ou achat de costumes) afin de contribuer aux frais d'organisation (location des lieux, salaires des techniciens...)

## Tarif réduit

Réduction de 10 % **applicable à partir de la seconde activité pour le même participant**. Certaines activités ne bénéficient pas de tarif réduit. Les tarifs réduits indiqués dans cette brochure sont arrondis à l'entier le plus proche.

## Annulation

Les inscriptions étant pensées sur l'année afin de garantir la continuité des groupes et des ateliers, tout engagement est considéré comme annuel. **L'abandon en cours d'année ne donne lieu à aucun remboursement**, quelle qu'en soit la raison (démotivation, maladie, accident, mutation, exclusions...). Il existe néanmoins quelques règles pour annuler votre inscription (voir page suivante).

## Pro-rata

L'inscription en cours de saison donne lieu à un calcul du tarif par nos équipes, au prorata temporis.



## Cas particuliers d'annulation

Notre règlement intérieur stipule que vous pouvez annuler l'inscription à l'une de nos activités annuelles jusqu'à 24 heures après la première séance. Au-delà, l'engagement est annuel

- **Jusqu'au 31 août 2026**  
Annulation sans frais
- **À partir du 1<sup>er</sup> septembre 2026 et jusqu'à 24h après votre premier atelier**  
Annulation possible avec retenue de 25 €
- **Du 1<sup>er</sup> au 10 septembre 2026**  
*Uniquement pour les enfants et en cas de choc des plannings entre l'Atelier du Quartier et l'établissement scolaire. Ne fonctionne pas pour le choc de planning d'activités périscolaires.*  
Annulation possible sur justificatif officiel



*Attention : en cas de règlement par chèques vacances ou coupons sports, le remboursement est fait sous forme d'avoir.*



## Assurance interruption annulation

L'inscription à un atelier est annuelle. En cas d'impossibilité de participation, l'Atelier du Quartier ne pourra pas procéder à un remboursement.

Pour vous couvrir en cas d'imprévu (maladie, déménagement, etc.), **une assurance est proposée lors de l'inscription. Cette assurance est indépendante de l'association : toute demande de prise en charge se fait directement auprès de l'organisme assureur**. Nous vous invitons à en prendre connaissance si vous souhaitez bénéficier de cette garantie.

## Je peux tester avant de m'engager ?

### Pour la saison en cours

C'est possible, en fonction des places disponibles, de l'avancée pédagogique de l'atelier convoité, et dans l'optique d'une inscription pour la saison en cours. À partir du mois de mai, en général, il n'est plus possible de s'inscrire.

### Pour la saison à venir

C'est également possible, mais uniquement à partir du début des ateliers en septembre, et sous réserve de places disponibles.

Les essais pour une inscription se font avec le groupe que vous comptez intégrer pour la nouvelle saison.

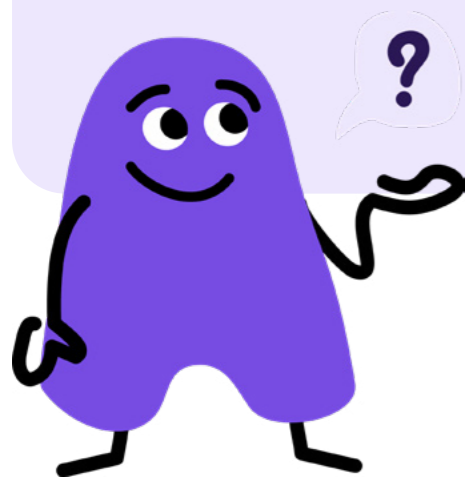
Il n'est donc pas possible d'essayer ponctuellement un atelier en mai-juin en vue d'une inscription l'année suivante.

À cette période, les groupes sont déjà engagés dans leur progression pédagogique et préparent parfois spectacles ou expositions de fin d'année.

De la même manière, il n'est pas possible d'assister simplement à un atelier "pour regarder", afin de préserver le bon déroulement des séances et le confort des participants.

### Conseils de l'équipe

En raison des fortes demandes et afin de sécuriser votre place, nous vous conseillons de vous inscrire, et d'éventuellement annuler votre inscription après la première séance si l'activité ne vous convenait pas (détails d'annulation page précédente).



# Calendrier 2026-2027

✓ **Dimanche 13 septembre 2026**

Début des activités

✗ **Vacances de la Toussaint**

Samedi 17 octobre → Dimanche 1<sup>er</sup> novembre

✗ **Mercredi 11 novembre**

Fermé (Armistice 1918)

✗ **Vacances de Noël**

Samedi 19 décembre → Dimanche 3 janvier

✗ **Vacances d'hiver**

Samedi 6 février → Dimanche 21 février

✗ **Lundi 29 mars**

Fermé (Lundi de Pâques)

✗ **Vacances de printemps**

Samedi 3 avril → Dimanche 18 avril

✗ **Samedi 1<sup>er</sup> mai**

Fermé (Fête du travail)

✗ **Jeudi 6 mai → Dimanche 9 mai**

Fermé (Pont de l'Ascension)

✓ **Lundi 17 mai**

Ouvert (Pentecôte)

✗ **Dimanche 20 juin**

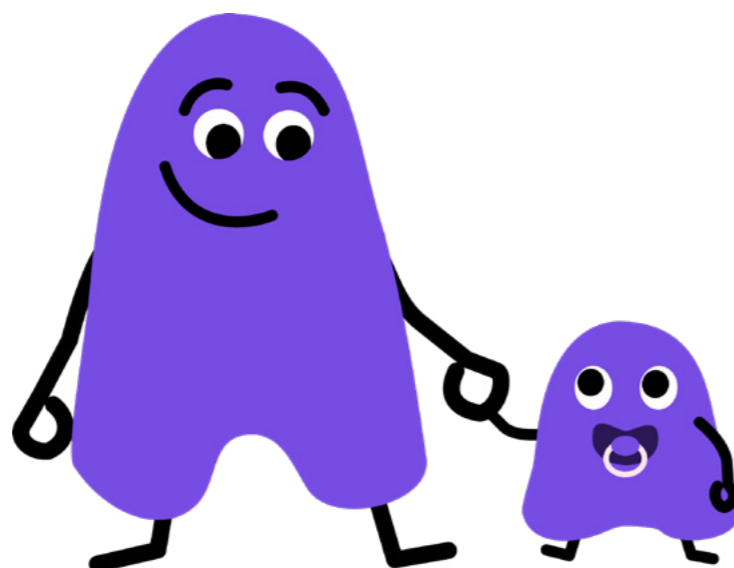
Fin des ateliers



## Vacances scolaires

La pause des vacances débute toujours le samedi indiqué, après les ateliers programmés. Les ateliers du samedi concernés sont donc maintenus (mais pas les claquettes du dimanche).

# Les sorties d'école



## Le principe

Notre équipe vous propose un service «sortie d'école», limité à quelques écoles du quartier. Nous proposons aux familles de mobiliser l'un de nos intervenants pour récupérer un groupe d'enfants à la sortie de l'école et de les accompagner à l'Atelier du Quartier pour pratiquer leur activité.

En raison de la particularité du service, il nous faut un certain nombre d'enfants intéressés et un intervenant disponible pour ouvrir une «sortie d'école». Au moment des inscriptions, vous candidatez pour une sortie d'école, et nous revenons vers vous pour la valider immédiatement ou être en liste d'attente (retour en septembre pour valider sa mise en place).

## Écoles concernées

**Maternelles :** Gerbert, Mademoiselle, Roussin, Volontaires, ENC, Corbon-Alleray.  
**Élémentaires :** Mademoiselle, Roussin, Blomet, ENC, Alleray.

## Quand ?

**Lundi, mardi, jeudi ou vendredi à 15h ou 16h30.**

Il faut bien entendu que votre enfant soit inscrit à une activité sur un horaire compatible.

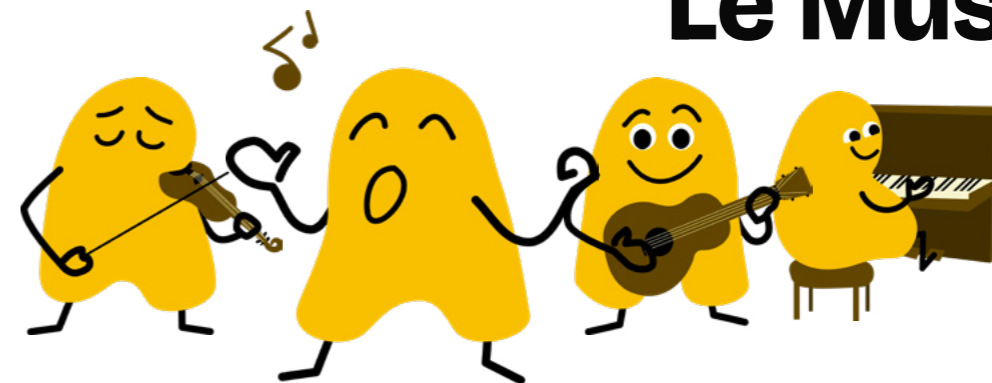
## Le tarif

**Forfait annuel : 224 €**

**À l'unité : 7€**

Il peut être possible d'intégrer un groupe «sortie d'école» déjà existant de manière temporaire (problème d'organisation, nounou absente...)

# Le Music'Lab



## Le principe

Initié en 2025-2026, le Music'Lab est un atelier mensuel où l'on regroupe des musiciens en formation équilibrée (clavier, batterie, guitare, basse, chant, instrument soliste).

L'idée est de découvrir ensemble le bonheur de partager la musique en groupe. Chacun s'appropriera les clés du jeu collectif. Le professeur accompagne, mais les musiciens sont acteurs du projet.

## Quand ?

Un samedi par mois. La liste des samedis sera diffusée à la rentrée après validation avec le studio et l'intervenant. On prévoit des sessions entre 1h30 et 2h, en fonction du groupe.

## Pour qui ?

Pour adultes et ados (à partir du collège) avec une bonne pratique instrumentale derrière eux (au moins 4 ans) et un niveau suffisant dans l'instrument.

## Inscription

MusicLab' ne fait pas partie des ateliers «annuels». **L'inscription se fera en deux temps :**

- **une séance de rencontre en septembre** pour évaluer les niveaux et construire les groupes

- **une inscription en ligne ensuite** (tarif 26-27 à définir, compter autour de 350 à 400 euro l'année).

Pour candidater à la session de rencontre en septembre 2026, [remplissez le formulaire en ligne ici](#).

## Un studio pro !

Pour cette activité, nous sommes en partenariat avec le **Localquinze**, studio de répétition au sud du 15<sup>e</sup> arrondissement.

À disposition sur place : piano, batterie, amplificateurs, micros. Tout ce qu'il faut pour animer un atelier de musique actuelle et pour répéter dans de bonnes conditions !



## Toute l'année, des temps pour découvrir, explorer, partager.

En plus des ateliers hebdomadaires, l'Atelier du Quartier propose tout au long de l'année des rendez-vous pour petits et grands.

### Stages de vacances



#### Enfants • Ados

Pendant les vacances scolaires, des stages à la semaine pour découvrir, approfondir ou pratiquer autrement une discipline artistique. Couture, Hip-Hop, K-Pop, Manga, et toujours nos stages pluri-artistiques m'ART toi.

### Stages du dimanche



#### Enfants • Ados • Adultes

Des ateliers ponctuels le dimanche, pour pratiquer seul, entre amis, ou en famille. Danse, Samba, Zumba, mais aussi dessin, ateliers manuels, et bien d'autres activités pour toute la famille.

### Anniversaires artistiques



#### Maternelles • Élémentaires

Fêtez l'anniversaire de votre enfant de manière originale avec des ateliers artistiques encadrés par nos intervenants. Un moment créatif et convivial, sans les parents, où on s'occupe de tout !

### Ateliers ponctuels



#### Adultes

Pendant certaines vacances scolaires, nous proposons quelques ateliers ponctuels pour continuer à pratiquer Pilates, Yoga, Mobilité, et autres pratiques corporelles.



Informations détaillées, dates et modalités d'inscription sur notre site internet et à l'accueil de l'Atelier du Quartier.

# Spectacles, expositions et concerts



À l'Atelier du Quartier, les représentations et expositions de fin d'année font partie intégrante du projet pédagogique de nombreux ateliers.

Elles permettent aux participants de vivre une aventure collective, de développer la confiance en soi, l'autonomie, l'écoute du groupe et le plaisir de partager une création avec un public.

Chaque discipline les aborde à sa manière : spectacle sur scène, restitution d'atelier, présentation plus intimiste, exposition, portes ouvertes... L'objectif n'est pas la performance, mais l'expérience artistique et collective vécue tout au long de l'année.

Ces temps de présentation demandent un investissement régulier dans les ateliers avec travail, répétition et engagement tout au long de l'année.

## Arts plastiques

### Expositions de fin d'année

Présentation des créations réalisées tout au long de la saison dans le cadre d'une exposition collective.

## Théâtre

### Pièces et créations scéniques

Présentation de spectacles issus du travail mené tout au long de l'année en troupe. Pas de spectacles pour les ateliers « Labo ».

## Danse

### Spectacle de danse

Des élémentaires aux adultes, les ateliers Danse présentent leurs chorégraphies sur scène en fin de saison à Bobino.

## Éveil

### Présentations ou ateliers ouverts

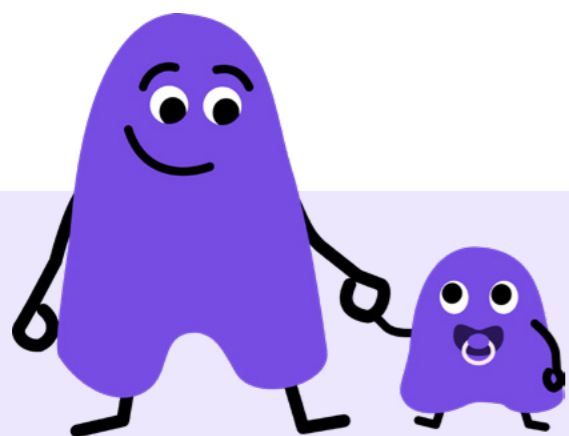
Les familles sont invitées à découvrir le travail des enfants lors d'un atelier ouvert ou d'un temps de présentation plus intimiste. Pas de présentation en éveil musical.

## Musique

### Auditions / concerts

Concerts par ateliers, et parfois petits ensembles en fonction des projets. Les pianistes joueront sur un piano à queue !

Certains événements de fin d'année peuvent donner lieu à une participation des familles (billetterie, costumes...) afin de contribuer aux frais d'organisation des spectacles.



# Maternelles

**Petite • Moyenne • Grande section  
2-6 ans**

**Découvrir, expérimenter, s'éveiller en douceur.**

Nous proposons aux enfants une variété d'activités artistiques afin de nourrir leur curiosité, développer leur imaginaire et leur permettre de découvrir progressivement ce qu'ils aiment.

Parce que les plus petits ne racontent pas toujours facilement leurs ateliers, nous avons mis en place **le suivi parent** : un blog régulièrement alimenté par les intervenants, permettant aux familles de découvrir la vie des ateliers tout au long de l'année.



## Éveil artistique

**799€**

réduit : néant

Pensé spécialement **pour les tout-petits de 2-3 ans** qui ne vont pas encore à l'école maternelle, cet atelier est **un espace doux, rassurant et stimulant** où l'enfant découvre progressivement la vie en groupe à travers différentes activités artistiques : **expression corporelle, peinture, musique.**

Pendant 2 heures, dans un petit groupe attentivement accompagné, les enfants apprennent à **se séparer en confiance**, à gagner en autonomie, à écouter, expérimenter, créer et partager, tout en respectant leur rythme.

C'est un atelier très cocooning, pensé comme une transition en douceur avant l'entrée à l'école. On y prend le temps d'accueillir chaque enfant, de le rassurer, de l'encourager et de l'aider à trouver sa place dans le groupe.

Beaucoup de familles nous disent que cet atelier a été une étape précieuse pour leur enfant. Et pour nous aussi, il occupe une place toute particulière : **c'est souvent ici que commence l'aventure à l'Atelier du Quartier.**

Possibilité de prendre un forfait de 12 séances consécutives (319€).

2-3 ans	Lundi	9h-11h	Gwendoline + Jimmy	81 rue Blomet
2-3 ans	Mardi	9h-11h	Gwendoline + Jimmy	81 rue Blomet

## m'ART toi ! Mercredi matin

**917€**

réduit : 825€

De 9h à 12h avec accueil garderie de 8h à 9h (inclus).  
Activités artistiques variées : arts plastiques, théâtre, musique, danse et aussi jeux collectifs, jeux de société, etc.

MS-GS	Mercredi	8h-12h	Équipe m'ART toi	81 rue Blomet
MS-GS	Mercredi	8h-12h	Équipe m'ART toi	12 rue Pécelet

Optionnel : garderie déjeuner + transfert centre de loisirs : 182€.

*Début septembre, l'équipe m'ART toi ! se réunit pour préparer la rentrée et constituer des groupes équilibrés répartis entre nos deux espaces (le 81 et le 12). Le lieu d'activité sera communiqué aux familles 4 à 6 jours avant le début de l'activité.*

## Expression corporelle\*

530€

**Premiers contacts avec le mouvement**, l'espace, la musique et l'expression, dans une approche ludique. Un moment tout en douceur pour développer la créativité, l'écoute et le plaisir de s'exprimer avec son corps.

réduit : néant

PS	Lundi	17h-18h	Victoria	4 rue d'Alleray
PS	Mercredi	16h15-17h15	Gwendoline	81 rue Blomet
PS	Mercredi	16h25-17h25	Victoria	4 rue d'Alleray

## Éveil corporel\*

530€

**Découverte du mouvement, du rythme et de l'espace**, en lien avec la musique. Les enfants développent leur aisance corporelle, leur créativité et leur capacité à s'exprimer en mouvement, dans une approche ludique et progressive.

réduit : néant

MS-GS	Mardi	17h-18h	Victoria	4 rue d'Alleray
MS-GS	Mercredi	14h-15h	Carole	4 rue d'Alleray
MS-GS	Mercredi	15h10-16h10	Carole	4 rue d'Alleray
MS-GS	Mercredi	17h30-18h30	Victoria	4 rue d'Alleray
MS-GS	Samedi	11h15-12h15	Jade	81 rue Blomet
MS-GS	Samedi	13h30-14h30	Chloé	4 rue d'Alleray

## Éveil classique\*

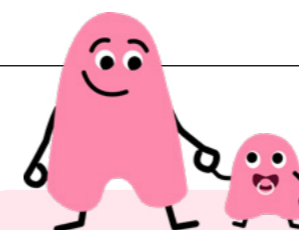
530€

**Les prémices de la danse classique.**

réduit : néant

GS	Mardi	17h-18h	Chloé	12 rue Pécelet
----	-------	---------	-------	----------------

\*Vérifiez auprès de votre médecin qu'il n'y a pas de contre-indication



## Petit éveil théâtre

499€

**Les premiers pas vers le théâtre** à travers le jeu, les émotions et l'imaginaire. Les enfants explorent leur créativité, leur expression et le plaisir de jouer ensemble dans une approche douce et ludique adaptée aux plus petits.

Tarif réduit pour tous !  
réduit : 449€

PS-MS	Vendredi	15h30-16h30	Gwendoline	81 rue Blomet
-------	----------	-------------	------------	---------------

## Éveil théâtre

499€

**Découverte du théâtre à travers le jeu, l'imaginaire et l'expression.** Les enfants apprennent à parler distinctement, à utiliser leur voix, jouer avec leurs émotions, prendre confiance face au regard des autres et développer le plaisir d'être ensemble sur scène.

réduit : 449€

MS-GS-CP	Lundi	17h-18h	Carole	12 rue Pécelet
MS-GS-CP	Lundi	17h-18h	Gwendoline	81 rue Blomet
MS-GS-CP	Mardi	17h-18h	Carole	81 rue Blomet
MS-GS-CP	Mercredi	13h45-14h45	Gwendoline	81 rue Blomet
MS-GS-CP	Mercredi	15h-16h	Gwendoline	81 rue Blomet
MS-GS-CP	Vendredi*	15h30-16h30	Carolina	12 rue Pécelet
MS-GS-CP	Samedi	13h30-14h30	- à définir -	12 rue Pécelet

\*Vendredi 15h30 : Tarif réduit pour tous !

## Un anniversaire créatif clé en main !

Offrez à votre enfant un anniversaire original, créatif et clé en main dans l'univers de l'Atelier du Quartier !

enfants un vrai moment de fête, de partage et de créativité.

Peinture, théâtre, danse, nos équipes s'occupent de tout pour faire vivre aux

Retrouvez les informations [sur notre site internet.](#)

## Éveil musical

**499€**

### À la découverte du monde sonore.

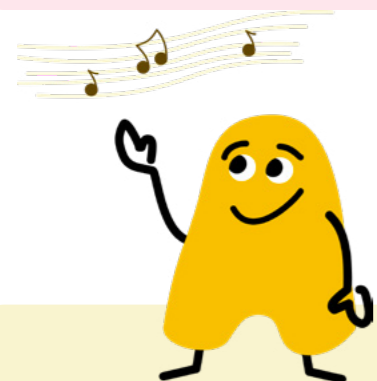
À travers le jeu, l'écoute, le rythme, le chant et la manipulation d'instruments, les enfants découvrent progressivement la musique et son langage.

L'atelier propose une exploration ludique des sons, des familles d'instruments, des musiques du monde, des contes musicaux et du plaisir de jouer ensemble (principalement des percussions).

**Pas de spectacle de fin d'année pour cette activité.**

réduit : 449€

PS	Mardi	17h-18h	Hadi	81 rue Blomet
PS	Mercredi	16h15-17h15	Hadi	81 rue Blomet
PS	Samedi	10h-11h	- à définir -	81 rue Blomet
MS-GS	Lundi	17h-18h	Pauline	81 rue Blomet
MS-GS	Mercredi	13h45-14h45	Hadi	81 rue Blomet
MS-GS	Mercredi	15h-16h	Hadi	81 rue Blomet
MS-GS	Vendredi	17h-18h	Pauline	81 rue Blomet
MS-GS	Samedi	11h15-12h15	- à définir -	81 rue Blomet



## Initiation solfège

**469€**

### Apprentissage du langage musical.

Nous abordons la lecture de notes, rythmes et notions théoriques de manière progressive et accessible.

Tarif réduit pour tous !  
réduit : 422€

GS-CP	Mercredi	13h30-14h30	Berta	92 rue Blomet
GS-CP	Mercredi	14h30-15h30	Berta	92 rue Blomet
GS-CP	Samedi	10h-11h	Berta	92 rue Blomet

**Matériel requis :** vous pourrez acquérir la méthode à l'accueil, après quelques séances.

## Beaux-arts

**464€**

### Une première découverte des arts plastiques.

Peinture, dessin, collages, volumes, couleurs et matières : les enfants explorent différentes techniques artistiques dans une approche ludique, créative, adaptée à leur âge.

L'atelier encourage l'imaginaire, l'autonomie, la motricité fine et le plaisir de créer librement, dans un cadre rassurant et en petit groupe.

réduit : 418€

GS-CP	Mardi	17h-18h	Delphine	81 rue Blomet
GS-CP	Mercredi	13h45-14h45	Jimmy	81 rue Blomet
GS-CP	Mercredi	15h-16h	Jimmy	81 rue Blomet

**Matériel requis :** une blouse de peinture. Le reste du matériel est fourni par l'Atelier.



## Peinture

**464€**

### Le plaisir de peindre librement.

Dans un espace spécialement aménagé pour eux, les enfants peignent librement à la gouache autour d'une grande table palette, pensée pour favoriser l'autonomie et le plaisir de créer.

Ici, **pas de modèle à reproduire** ni de « beau dessin » attendu : chacun explore les couleurs, le geste et son imaginaire à son rythme, dans une atmosphère calme, rassurante et valorisante.

Un atelier centré sur le plaisir de peindre, **la confiance en soi et la liberté d'expression.**

Au fil de l'année, différentes propositions, outils et petites consignes viendront enrichir l'atelier afin de nourrir la curiosité des enfants et renouveler le plaisir de peindre.

réduit : 418€

PS-CE2	Lundi	17h-18h	Mélanie	81 rue Blomet
PS-CE2	Mercredi	16h15-17h15	Fabien	81 rue Blomet
PS-CE2	Samedi	10h-11h	Roman	81 rue Blomet
PS-CE2	Samedi	11h15-12h15	Roman	81 rue Blomet

**Matériel requis :** une blouse de peinture. Le reste du matériel est fourni par l'Atelier.



# Élémentaires

CP • CE1 • CE2 • CM1 • CM2

6-11 ans

**Grandir, créer, s'exprimer ensemble.**

À travers la pratique artistique, les enfants développent leur **créativité**, leur **confiance en eux**, leur imagination et le plaisir de partager un **projet de groupe**.

Théâtre, musique, danse, arts plastiques... chaque atelier est aussi une aventure collective où l'on apprend à écouter les autres, trouver sa place, persévérer et progresser à son rythme.

Nos ateliers restent des activités de loisir, mais l'implication de chacun est essentielle pour profiter pleinement de l'expérience : présence régulière, curiosité, envie d'essayer, et parfois un peu de pratique à la maison !

## m'ART toi ! Mercredi matin

917€

De 9h à 12h avec accueil garderie de 8h à 9h (inclus).

réduit : 825€

Activités artistiques variées : arts plastiques, théâtre, musique, danse et aussi jeux collectifs, jeux de société, etc.

CP-CM2	Mercredi	8h-12h	équipe m'ART toi	81 rue Blomet
CP-CM2	Mercredi	8h-12h	équipe m'ART toi	12 rue Péclet

Optionnel : garderie déjeuner + transfert centre de loisirs : 182€.

*Début septembre, l'équipe m'ART toi se réunit pour préparer la rentrée et constituer des groupes équilibrés répartis entre nos deux espaces (le 81 et le 12). Le lieu d'activité sera communiqué aux familles 4 à 6 jours avant le début de l'activité.*



## Peinture

464€

**Le plaisir de peindre librement.**

Dans un espace spécialement aménagé pour eux, les enfants peignent librement à la gouache autour d'une grande table palette, pensée pour favoriser l'**autonomie et le plaisir de créer**.

Ici, **pas de modèle à reproduire** ni de «beau dessin» attendu : chacun explore les couleurs, le geste et son imaginaire à son rythme, dans une atmosphère calme, rassurante et valorisante.

Un atelier centré sur le plaisir de peindre, **la confiance en soi et la liberté d'expression**.

Au fil de l'année, différentes propositions, outils et petites consignes viendront enrichir l'atelier afin de nourrir la curiosité des enfants et renouveler le plaisir de peindre.

PS-CE2	Lundi	17h-18h	Mélanie	81 rue Blomet
PS-CE2	Mercredi	16h15-17h15	Fabien	81 rue Blomet
PS-CE2	Samedi	10h-11h	Roman	81 rue Blomet
PS-CE2	Samedi	11h15-12h15	Roman	81 rue Blomet

**Matériel requis :** une blouse de peinture. Le reste du matériel est fourni par l'Atelier.



## Dessin

464€

**Apprendre à observer pour apprendre à dessiner.**

Les enfants découvrent progressivement les bases du dessin : tracé, proportions, ombrage, perspective, composition... tout en développant leur regard, leur patience et leur créativité.

réduit : 418€

CE1-6e	Lundi	17h-18h	Jimmy	12 rue Pécelet
CE1-6e	Mercredi	14h-15h	Delphine	12 rue Pécelet
CE1-6e	Samedi	10h30-12h*	Delphine	12 rue Pécelet

\* **Le samedi, atelier de 1h30** permettant d'aller plus loin dans les projets, les techniques et le temps de création. **Tarif spécifique : 507€ / réduit : 456€**

**Matériel requis :** un carnet de croquis (références données au premier atelier)  
Le reste du matériel est fourni par l'Atelier, mais nous conseillons aux artistes d'avoir leurs propres outils pour pratiquer à la maison.



## Beaux-Arts • 1h30

507€

**Approfondir sa pratique artistique et développer son univers créatif.**

À partir du CE1, les enfants explorent une grande diversité de techniques et de médiums : dessin, peinture, encres, aquarelle, fusain, volumes, techniques mixtes...

L'atelier encourage **l'expérimentation, l'autonomie** et la progression de chacun dans une approche créative, stimulante et valorisante, laissant une vraie place à l'imaginaire et à **l'expression personnelle**.

réduit : 456€

CE1-CM2	Mercredi	16h30-18h	Delphine	12 rue Pécelet
CE2-5e	Vendredi	17h-18h30	Delphine	12 rue Pécelet

**Matériel requis :** une blouse de peinture. Le reste du matériel est fourni par l'Atelier.

## Beaux-Arts • 1h

464€

**Une première découverte des arts plastiques.**

Peinture, dessin, collages, volumes, couleurs et matières : les enfants explorent différentes techniques artistiques dans une approche ludique, créative, adaptée à leur âge.

L'atelier encourage l'imaginaire, l'autonomie, la motricité fine et le plaisir de créer librement, dans un cadre rassurant et en petit groupe.

réduit : 418€

GS-CP	Mardi	17h-18h	Delphine	81 rue Blomet
GS-CP	Mercredi	13h45-14h45	Jimmy	81 rue Blomet
GS-CP	Mercredi	15h-16h	Jimmy	81 rue Blomet

**Matériel requis :** une blouse de peinture. Le reste du matériel est fourni par l'Atelier.

## Tout en volume

464€

**Créer, construire et donner vie à ses idées en 3D.**

Un atelier pour explorer sa créativité en volume à travers la manipulation de matières variées : papier mâché, argile, carton, matériaux recyclés...

Les enfants expérimentent, assemblent, imaginent et développent leur sens artistique dans une approche ludique et concrète, favorisant **la motricité, l'autonomie et la confiance en soi**.

réduit : 418€

CE1-CM2	Mercredi	15h15-16h15	Delphine	12 rue Pécelet
---------	----------	-------------	----------	----------------

**Matériel requis :** une blouse de peinture. Le reste du matériel est fourni par l'Atelier.



## Bande-dessinée

507€

### Inventer ses propres histoires en images.

Les enfants découvrent les codes de la bande dessinée : création de personnages, expressions, cadrage, mise en page, scénario, dialogues et narration visuelle.

Un atelier pour développer l'imagination, le dessin, la créativité et le plaisir de raconter des histoires à travers son propre univers graphique.

réduit : 456€

CE2-5e	Jeudi	17h-18h30	Mélanie	12 rue Péclet
--------	-------	-----------	---------	---------------

**Matériel requis :** un carnet de croquis (références données au premier atelier)  
Le reste du matériel est fourni par l'Atelier, mais nous conseillons aux artistes d'avoir leurs propres outils pour pratiquer à la maison.

## Manga

507€

### Découvrir l'univers du manga et créer ses propres personnages.

Les enfants apprennent les bases du dessin manga : expressions, proportions, mouvements, encrage, narration et création d'univers graphiques.

Un atelier pour développer la technique, l'imagination et son propre style artistique, dans une ambiance créative et passionnée.

réduit : 456€

CE2-CM2	Mercredi	17h30-19h	Alexandre	81 rue Blomet
CE2-CM2	Vendredi	17h-18h30	Eric	81 rue Blomet

**Matériel requis :** un carnet de croquis (références données au premier atelier)  
Le reste du matériel est fourni par l'Atelier, mais nous conseillons aux artistes d'avoir leurs propres outils pour pratiquer à la maison.



Retrouvez aussi nos ateliers Manga pendant les vacances dans un format de 5 demi-journées pour progresser encore plus. Plus d'informations sur [notre site internet](#).

## Danse classique\*

436€

### Découvrir les techniques de la danse classique.

réduit : 392€

CP	Samedi	9h-10h	Chloé	13-17 rue d'Alleray
CE1	Samedi	10h05-11h05	Chloé	13-17 rue d'Alleray
CE2-CM1	Mercredi	15h45-16h45	Chloé	13-17 rue d'Alleray
CE2-CM1	Samedi	11h10-12h10	Chloé	13-17 rue d'Alleray
CM1-CM2	Jeudi	17h-18h	Chloé	13-17 rue d'Alleray
CM2-6e	Mercredi	13h45-14h45	Chloé	13-17 rue d'Alleray
CM2-6e	Samedi	14h30-15h30	Jade	13-17 rue d'Alleray

**Tenue :** justaucorps, demi-pointes, cheveux attachés.

## Modern Jazz\*

436€

### Bouger, s'exprimer et danser en musique.

réduit : 392€

CP	Samedi	9h-10h	Jade	81 rue Blomet
CE1	Samedi	10h-11h	Jade	81 rue Blomet
CE2-CM2	Lundi	17h-18h	Aurélié	13-17 rue d'Alleray

**Tenue :** jogging ou legging, t-shirt, chaussettes ou pieds nus.

## Street Jazz\*

436€

### Entre Modern' Jazz et influences urbaines.

réduit : 392€

CP-CE1	Jeudi	17h-18h	Bérandère	81 rue Blomet
CE2-CM1	Mardi	17h-18h	Bérandère	13-17 rue d'Alleray
CM2-6e	Vendredi	17h-18h	Bérandère	13-17 rue d'Alleray

**Tenue :** jogging ou legging, t-shirt, chaussettes ou pieds nus.

\*Vérifiez auprès de votre médecin qu'il n'y a pas de contre-indication

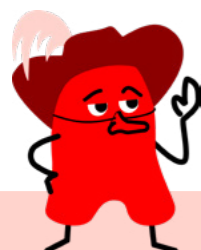
## Éveil théâtre

499€

Découverte du théâtre à travers le jeu, l'imaginaire et l'expression.

réduit : 449€

Voir les créneaux dans la section « Maternelles » (de la moyenne section au CP).



## Labo Théâtre

539€

Explorer le théâtre autrement, sans la contrainte d'un spectacle.

réduit : 485€

Un atelier ludique et créatif pour découvrir les techniques du comédien à travers l'improvisation, les jeux théâtraux, l'expression, les émotions et le travail de groupe.

**Pas de spectacle de fin d'année**, ni de texte à apprendre à la maison : un format idéal pour profiter pleinement du théâtre, expérimenter, prendre confiance et jouer sans pression.

CE1-CM2	Mercredi	14h-15h30	Blanche	12 rue Pécelet
---------	----------	-----------	---------	----------------

## Atelier théâtre

539€

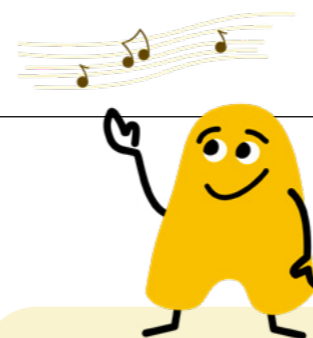
Jouer, créer et vivre l'aventure du théâtre en troupe.

réduit : 485€

Les enfants découvrent les techniques du comédien à travers le jeu, l'improvisation, le travail des émotions, de la voix et de la présence scénique.

L'atelier s'inscrit dans un véritable projet collectif avec **engagement de troupe, apprentissage du texte à la maison et spectacle de fin d'année.**

CE1-CM2	Mercredi	15h45-17h15	Blanche	12 rue Pécelet
CE1-CM2	Judi	17h-18h30	Carolina	12 rue Pécelet
CE1-CM2	Vendredi	17h-18h30	Blanche	4 rue d'Alleray
CE1-CM2	Vendredi	17h-18h30	Carolina	12 rue Pécelet
CE1-CM2	Vendredi	17h-18h30	Gwendo	81 rue Blomet
CE1-CM2	Samedi	9h45-11h15	- à définir -	12 rue Pécelet



## Initiation solfège

469€

Tarif réduit pour tous !

réduit : 422€

**Apprentissage du langage musical.**

Nous abordons la lecture de notes, rythmes et notions théoriques de manière progressive et accessible.

GS-CP	Mercredi	13h30-14h30	Berta	92 rue Blomet
GS-CP	Mercredi	14h30-15h30	Berta	92 rue Blomet
GS-CP	Samedi	10h-11h	Berta	92 rue Blomet

**Nouveau en 2026-2027 : un niveau 2 !**

La suite du programme pour ceux qui ont déjà fait un an d'initiation solfège ou de jeunes instrumentistes qui ont déjà fait un an d'instrument.

CP-CE1 / niveau 2	Samedi	11h-12h	Berta	92 rue Blomet
-------------------	--------	---------	-------	---------------

**Matériel requis :** vous pourrez acquérir la méthode à l'accueil, après quelques séances.

## Chant collectif enfant

418€

Tarif réduit pour tous !

réduit : 376€

**Chanter ensemble et découvrir le plaisir de la musique.**

Les enfants développent leur voix, leur écoute, le rythme et la justesse à travers un répertoire varié et adapté à leur âge, dans une ambiance dynamique et bienveillante.

Un atelier pour prendre confiance, s'exprimer en musique et partager le plaisir de chanter.

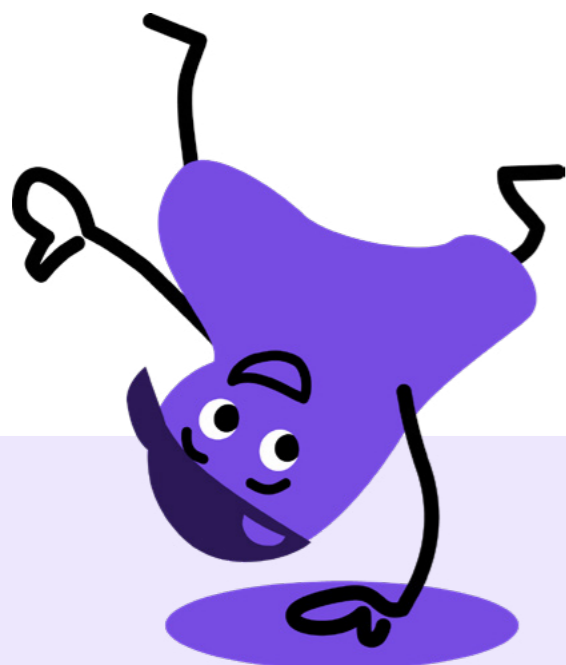
CE1-CM2	Vendredi	17h-18h	- à définir -	92 rue Blomet
---------	----------	---------	---------------	---------------



## Instruments de musique

**Piano, violon, flûte traversière, guitare, ukulélé, chant.**

Voir section dédiée [page 61](#).



# Collège/Lycée

## 6e-Terminale

### 11-17 ans

#### Créer, s'exprimer, partager, et grandir ensemble.

Plus que de simples ateliers artistiques, nos activités pour les collégiens et lycéens sont de véritables espaces d'expression, de rencontre et de création collective.

Théâtre, musique, danse, arts plastiques... chacun y développe sa créativité, sa confiance en soi, son autonomie et le plaisir de faire partie d'un groupe dans un esprit bienveillant et stimulant.

Des lieux pour expérimenter, s'affirmer, prendre sa place et continuer à se construire à travers la pratique artistique.

## K-Pop\* NOUVEAU 436€

Dancez au rythme de l'univers énergique et moderne de la K-Pop. réduit : 392€

4e-Lycée	Lundi	18h-19h	Guillaume	13-17 rue d'Alleray
----------	-------	---------	-----------	---------------------

*Tenue : jogging ou legging, t-shirt, baskets d'intérieur adaptées à la danse ou chaussettes.*



## Danse classique\* 436€

Découvrir les techniques de la danse classique. réduit : 392€

CM2-6e	Mercredi	13h45-14h45	Chloé	13-17 rue d'Alleray
CM2-6e	Samedi	14h30-15h30	Jade	13-17 rue d'Alleray
5e-4e	Mercredi	14h45-15h45	Chloé	13-17 rue d'Alleray
5e-3e	Samedi	15h30-16h30	Jade	13-17 rue d'Alleray
Lycée avancé	Jeudi	18h-19h15	Chloé	13-17 rue d'Alleray

*Tenue : justaucorps, demi-pointes, cheveux attachés.*

## Modern' Jazz\* 436€

Bouger, s'exprimer et danser en musique. réduit : 392€

6e-5e	Lundi	17h-18h	- à définir -	Rock 4 You
4e-Lycée	Lundi	18h-19h	- à définir -	Rock 4 You

*Tenue : jogging ou legging, t-shirt, chaussettes ou pieds nus.  
Rock 4 You - 198 rue de Vaugirard, métro Volontaires - infos pratiques envoyées à la rentrée.*

\*Vérifiez auprès de votre médecin qu'il n'y a pas de contre-indication

## Hip-hop\*

436€

Une danse urbaine rythmée, basée sur le groove et l'attitude.

réduit : 392€

Collège	Mardi	18h-19h	Entissar	CMS Lecourbe
---------	-------	---------	----------	--------------

**Tenue :** jogging ou legging, t-shirt, baskets.  
CMS Lecourbe, 205 rue de Javel - infos pratiques envoyées à la rentrée.

## Street Jazz\*

436€

Entre Modern Jazz et influences urbaines.

réduit : 392€

CM2-6e	Vendredi	17h-18h	Bérange	13-17 rue d'Alleray
6e-5e	Mercredi	17h-18h	Bérange	13-17 rue d'Alleray
6e-4e	Mercredi	14h-15h	Bérange	Rock 4 U
5e-3e	Mardi	18h-19h	Bérange	13-17 rue d'Alleray
5e-3e	Vendredi	18h-19h	Bérange	13-17 rue d'Alleray
3e- Lycée	Mercredi	15h-16h	Bérange	Rock 4 U
3e-Lycée Avancé	Mercredi	18h-19h	Bérange	13-17 rue d'Alleray

**Tenue :** jogging ou legging, t-shirt, chaussettes ou pieds nus ou baskets adaptées.  
Rock 4 You - 198 rue de Vaugirard, métro Volontaires - infos pratiques envoyées à la rentrée.



\*Vérifiez auprès de votre médecin qu'il n'y a pas de contre-indication



## Dessin • 1h

464€

Apprendre à observer pour apprendre à dessiner.

réduit : 418€

Les enfants découvrent progressivement les bases du dessin : tracé, proportions, ombrage, perspective, composition... tout en développant leur regard, leur patience et leur créativité.

CE1-6e	Lundi	17h-18h	Jimmy	12 rue Pécelet
CE1-6e	Mercredi	14h-15h	Delphine	12 rue Pécelet

## Dessin • 1h30

507€

Apprendre à observer pour apprendre à dessiner.

réduit : 456€

La continuité de l'atelier d'une heure, pour aller encore plus loin dans l'apprentissage et la création.

CE1-6e	Samedi	10h30-12h	Delphine	12 rue Pécelet
6e-3e	Mardi*	17h-18h30*	Jimmy	12 rue Pécelet
5e-Lycée	Mercredi	18h15-19h45	Mélanie	12 rue Pécelet
5e-Lycée	Jeudi	18h30-20h	Mélanie	12 rue Pécelet
Lycée	Mardi	18h30-20h	Jimmy	12 rue Pécelet

\*Mardi 17h avec Jimmy : l'atelier dessin sera un peu plus «ouvert» à d'autres mediums.

## Dessin • 2h

566€

Apprendre à observer pour apprendre à dessiner.

réduit : 509€

Pour approfondir davantage sa technique, développer son univers artistique et mener des projets encore plus ambitieux.

5e-Lycée	Samedi	14h-16h	Delphine	12 rue Pécelet
----------	--------	---------	----------	----------------

**Matériel requis :** un carnet de croquis (références données au premier atelier)  
Le reste du matériel est fourni par l'Atelier, mais nous conseillons aux artistes d'avoir leurs propres outils pour pratiquer à la maison.

## Beaux-arts • 1h30

507€

**Approfondir sa pratique artistique et développer son univers créatif.**

réduit : 456€

Les enfants explorent une grande diversité de techniques et de médiums : dessin, peinture, encres, aquarelle, fusain, volumes, techniques mixtes...

L'atelier encourage l'**expérimentation**, l'**autonomie** et la progression de chacun dans une approche créative, stimulante et valorisante, laissant une vraie place à l'imaginaire et à l'**expression personnelle**.

CE2-5e	Vendredi	17h-18h30	Delphine	12 rue Pécelet
--------	----------	-----------	----------	----------------

## Beaux-arts • 2h

566€

**Développer sa technique, affirmer son style et mener des projets artistiques plus aboutis.**

réduit : 509€

À partir de la 4e, les adolescents développent des projets plus ambitieux et personnels à travers une exploration approfondie du dessin, de la peinture, des volumes et des techniques mixtes.

L'atelier encourage la recherche artistique, l'autonomie, l'expérimentation et l'affirmation progressive de son propre univers créatif.

4e-Lycée	Lundi	18h15-20h15	Jimmy	12 rue Pécelet
----------	-------	-------------	-------	----------------

**Matériel requis :** une blouse de peinture. Le reste du matériel est fourni par l'Atelier.

## Bande-dessinée

507€

**Inventer ses propres histoires en images.**

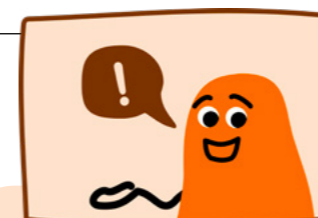
réduit : 456€

Les enfants découvrent les codes de la bande dessinée : création de personnages, expressions, cadrage, mise en page, scénario, dialogues et narration visuelle.

Un atelier pour développer l'imagination, le dessin, la créativité et le plaisir de raconter des histoires à travers son propre univers graphique.

CE2-5e	Jeudi	17h-18h30	Mélanie	12 rue Pécelet
--------	-------	-----------	---------	----------------

**Matériel requis :** un carnet de croquis (références données au premier atelier)  
Le reste du matériel est fourni par l'Atelier, mais nous conseillons aux artistes d'avoir leurs propres outils pour pratiquer à la maison.



## Manga

507€

**Approfondir les techniques du manga et développer son propre univers graphique.**

réduit : 456€

Les adolescents et adultes perfectionnent le dessin des personnages, les expressions, les mouvements, l'encrage, la composition des planches et la narration visuelle à travers des projets plus aboutis. Un atelier pour affirmer son style, enrichir sa technique et explorer pleinement sa créativité dans l'univers du manga et de l'illustration.

Collège	Vendredi	18h45-20h15	Alexandre	12 rue Pécelet
Lycée-Adultes	Mardi	20h05-21h35	Alexandre	12 rue Pécelet

**Matériel requis :** un carnet de croquis (références données au premier atelier)  
Le reste du matériel est fourni par l'Atelier, mais nous conseillons aux artistes d'avoir leurs propres outils pour pratiquer à la maison.



## Chant collectif Ados

519€

**Développer sa voix et prendre confiance.**

réduit : néant

Technique vocale, travail de répertoire (au choix) individuel et collectif.

Collège-Lycée	Vendredi	18h10-20h10	- à définir -	92 rue Blomet
---------------	----------	-------------	---------------	---------------



## Instruments de musique

**Piano, violon, flûte traversière, guitare, ukulélé, chant.**

Voir section dédiée [page 61](#).

## Atelier théâtre

539€

**Créer, interpréter et vivre pleinement l'expérience du théâtre en troupe.**

Les adolescents approfondissent les techniques du comédien à travers le jeu, l'improvisation, le travail du texte, des émotions, de la voix et de la présence scénique.

L'atelier s'inscrit dans une véritable dynamique de troupe avec **engagement collectif**, investissement personnel, apprentissage du texte à la maison et **spectacle de fin d'année**.

réduit : 485€

Collège	Lundi	18h15-19h45	Gwendoline	81 rue Blomet
Collège	Lundi	18h15-19h45	Carolina	12 rue Pécelet
Collège	Mercredi	17h30-19h	Gwendoline	12 rue Pécelet
Collège	Samedi	11h15-12h45	- à définir -	12 rue Pécelet
Collège-Lycée	Jeudi	18h30-20h	Carolina	12 rue Pécelet
Collège-Lycée	Vendredi	18h30-20h	Gwendoline	81 rue Blomet

## Labo théâtre

539€

**Explorer le théâtre librement, sans la contrainte du spectacle.**

Un atelier centré sur l'improvisation, les jeux théâtraux, l'expression, la créativité et le travail de groupe, dans une ambiance bienveillante et détendue.

**Pas de spectacle de fin d'année** ni de texte à apprendre : un espace pour expérimenter, prendre confiance, s'exprimer et découvrir le plaisir du théâtre autrement.

réduit : 485€

Collège-Lycée	Vendredi	18h30-20h	Carolina	12 rue Pécelet
---------------	----------	-----------	----------	----------------

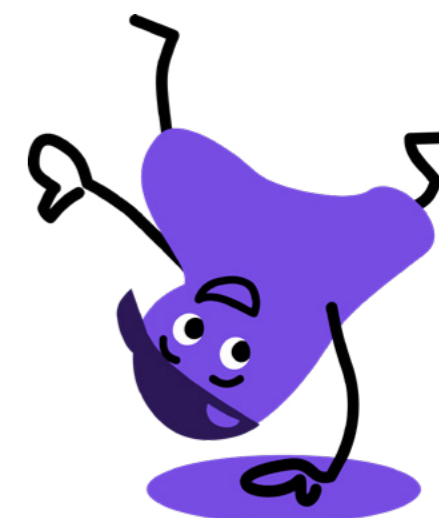


## Théâtre Jeunes Adultes

**Pour les anciens ados amoureux du théâtre.**

Voir section dédiée [page 46](#).

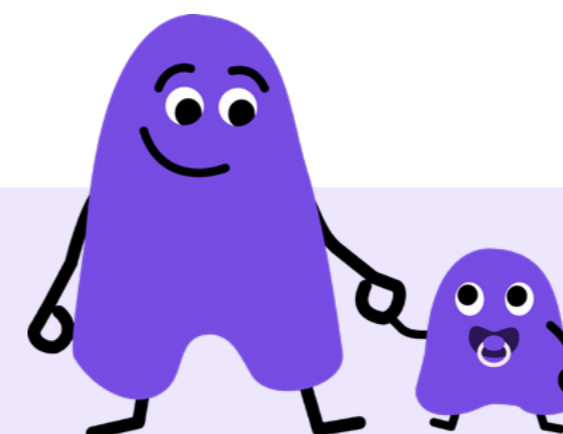
# Les stages de vacances



Fin juin, quand certains n'ont plus cours, on vous propose **des stages de vacances** adaptés aux rythmes et envies des ados : K-Pop, Hip-hop, Manga, Couture, Animation et d'autres activités à découvrir [sur notre site internet](#).



Informations détaillées, dates et modalités d'inscription sur notre site internet et à l'accueil de l'Atelier du Quartier.



## L'esprit de l'Atelier

### Une entraide intergénérationnelle

À l'Atelier du Quartier, les plus grands accompagnent parfois les plus jeunes lors des spectacles et événements : aide en coulisses, accompagnement des enfants, soutien des équipes...

Une manière concrète de transmettre, prendre des responsabilités, faire vivre l'esprit de l'association et parfois même faire naître des vocations.



# Adultes

## Prendre du temps pour soi, découvrir, progresser et partager.

Parce qu'il n'y a pas d'âge pour créer, apprendre, bouger ou commencer une nouvelle activité, l'Atelier du Quartier propose aux adultes des ateliers variés dans une ambiance conviviale, bienveillante et accessible à tous les niveaux.

**Danse, théâtre, musique, arts plastiques, bien-être...** chacun peut y trouver un espace pour s'exprimer, progresser à son rythme, se faire plaisir et partager une activité de groupe.

Afin de s'adapter aux réalités du quotidien, plusieurs formules sont proposées selon les activités : ateliers annuels, forfaits ou ateliers à la carte. Les ateliers présentés dans cette brochure correspondent aux activités annuelles. Le planning des ateliers à la carte sera communiqué à la rentrée en fonction des places disponibles.

## Labo peinture

**650€**

**Explorer différentes techniques et laisser libre cours à sa créativité.**

réduit : néant

Aquarelle, acrylique, encres, collages, techniques mixtes... chacun expérimente à son rythme dans une ambiance bienveillante et inspirante.

Un atelier **ouvert aux débutants comme aux passionnés**, centré sur le plaisir de créer, l'expression artistique et la découverte de son propre univers visuel.

Labo peinture	Lundi	14h-16h30	Mélanie	12 rue Pécelet
Labo peinture	Jeudi	14h-16h30	Mélanie	12 rue Pécelet

**Matériel requis :** liste fournie à l'issue du premier atelier (l'Atelier fournit une grande partie du matériel).

## Dessin et peinture-dessin

**689€**

**Approfondir les bases du dessin et affiner son regard artistique.**

réduit : néant

Travail du tracé, des proportions, de l'ombrage, de la perspective et de la composition dans une approche progressive mêlant technique, observation et créativité.

Dessin	Lundi	20h30-22h30	Mélanie	12 rue Pécelet
Peinture-dessin	Mercredi	20h-22h	Mélanie	12 rue Pécelet
Dessin	Jeudi	20h15-22h15	Mélanie	12 rue Pécelet

Vous aborderez également les techniques de peinture acrylique dans l'atelier du mercredi.

**Matériel requis :** liste fournie à l'issue du premier atelier (l'Atelier fournit une grande partie du matériel).

## Manga

**507€**

**Approfondir les techniques du manga et développer son propre univers graphique.**

réduit : 456€

Lycée-Adultes	Mardi	20h05-21h35	Alexandre	12 rue Pécelet
---------------	-------	-------------	-----------	----------------

**Matériel requis :** un carnet de croquis (références données au premier atelier)  
Le reste du matériel est fourni par l'Atelier.



## Écriture

**507€**

**Jouer avec les mots, imaginer, écrire et partager.**

Ici, l'écriture devient un véritable terrain d'exploration : histoires, personnages, dialogues, poésie ou projets collectifs prennent vie au fil de l'imagination du groupe.

**Un atelier pour développer sa créativité, trouver sa voix et prendre plaisir à écrire dans une ambiance libre et bienveillante.**

réduit : 456€

Adultes	Lundi	20h-21h30	Blanche	81 rue Blomet
---------	-------	-----------	---------	---------------

**Matériel requis :** un carnet et un stylo. Plus d'infos lors de votre premier atelier.



## Troupe théâtre - Jeunes adultes

**591€**

**Créer, interpréter et construire ses propres projets théâtraux.**

Réservé aux 18-26 ans, cet atelier propose une approche plus autonome et collaborative du théâtre à travers improvisations, explorations scéniques, travail du jeu et **création collective**.

L'objectif : développer progressivement les compétences nécessaires pour imaginer, organiser et porter ses propres **productions théâtrales**, aussi bien sur scène qu'en coulisses.

Décors, répétitions, communication, recherche de lieux, gestion de projet... chacun peut s'impliquer activement dans l'aventure de la troupe.

réduit : 532€

18-26 ans	Jeudi	20h15-22h15	Carolina	12 rue Pécelet
-----------	-------	-------------	----------	----------------

## Troupe théâtre

**591€**

**Vivre pleinement l'expérience du théâtre en troupe.**

Dans une ambiance conviviale et engagée, vous explorerez le jeu d'acteur, les émotions, la présence scénique et le travail collectif autour d'un véritable projet théâtral.

L'atelier aboutit à la **présentation d'une pièce sur scène** en fin d'année et demande implication, présence régulière et apprentissage du texte pour une aventure humaine et artistique riche en émotions.

réduit : 532€

Adultes	Lundi	20h15-22h15	Gwendoline	CMS Lecourbe
Adultes	Lundi	20h-22h	Carolina	12 rue Pécelet

## Labo théâtre

**539€**

**Découvrir le théâtre et le plaisir du jeu, sans la contrainte d'un spectacle.**

Un atelier ludique et bienveillant pour explorer l'improvisation, les émotions, l'expression, la voix et la présence face au groupe dans une atmosphère détendue et conviviale.

Idéal pour gagner en aisance, lâcher prise, développer les techniques du comédien... et simplement partager de bons moments ensemble pour une aventure humaine et artistique riche en émotions.

réduit : 485€

Adultes	Mardi	20h30-22h	Carole	81 rue Blomet
Adultes	Vendredi	20h15-21h45	Carolina	12 rue Pécelet

## Labo théâtre - Sénior

**539€**

**Un moment de théâtre, de partage et de bonne humeur en journée.**

Un atelier convivial pour jouer, s'exprimer, improviser et découvrir les techniques du comédien dans une ambiance détendue et bienveillante. Ici, pas d'enjeu ni de pression : simplement le plaisir de créer, rire et partager ensemble.

Tarif réduit pour tous !  
réduit : 485€

Adultes senior	Mardi	14h30-16h	Carole	12 rue Pécelet
Adultes senior	Jeudi	10h-11h30	Carole	12 rue Pécelet



## Chant collectif adultes

685€

### Développer sa voix et prendre confiance.

Travail de la technique vocale, de l'interprétation et du répertoire à travers des moments collectifs, en petit groupe ou en solo selon les envies de chacun.

Un format en effectif réduit (6 participants maximum) favorisant l'écoute, l'accompagnement personnalisé et la progression de chacun.

réduit : néant

Adultes	Mardi	19h15-21h15	- à définir -	92 rue Blomet
Adultes	Vendredi	14h45-16h45	- à définir -	92 rue Blomet
Adultes	Samedi	13h-15h	- à définir -	92 rue Blomet
Adultes	Samedi	15h15-17h15	- à définir -	92 rue Blomet

Le professeur est susceptible de remanier les groupes après les premières séances pour homogénéiser les niveaux, en accord avec les participants.



## Music Lab'

Jouer de la musique actuelle, en groupe, dans un studio de répétition professionnel.

Format : 1 session de répétition par mois.

Voir section dédiée [page 19](#).



## Instruments de musique

Piano, violon, flûte traversière, guitare, ukulélé, chant.

Voir section dédiée [page 61](#).

## Danse classique\*

605€

Découvrir les techniques de la danse classique.

réduit : 545€

Adultes débutants	Samedi	16h30-18h	Jade	13-17 rue d'Alleray
Adultes avancé	Lundi	20h10-21h40	Aurélie	13-17 rue d'Alleray

**Tenue :** legging, haut près du corps, chaussons classique.  
Plus de détails lors de votre premier atelier.

## Claquettes\*

\*\*420€

Le plaisir du rythme, de la musicalité et du mouvement à travers l'univers des claquettes.

réduit : néant

Initiation	Dimanche	11h55-12h55	Irène	13-17 rue d'Alleray
Débutant - niveau 1	Dimanche	9h45-10h45	Irène	13-17 rue d'Alleray
Niveau 2	Dimanche	10h50-11h50	Irène	13-17 rue d'Alleray

**Tenue :** souple + claquettes. Le professeur vous conseillera au premier atelier.  
**Programmation spécifique :** pas de séance le dimanche de chaque période de vacances scolaires.

## Modern Jazz\*

605€

Débutant : aucune ou très peu d'expérience

Intermédiaire : bases acquises, quelques années de pratique (3 ans mini)

Avancé : bonne maîtrise technique (plus de 4 ans de pratique).

réduit : 545€

Débutant	Jeudi	19h20-20h50	Cynthia	13-17 rue d'Alleray
Intermédiaire	Mardi	19h10-20h40	Natacha	13-17 rue d'Alleray
Intermédiaire	Jeudi	20h55-22h25	Cynthia	13-17 rue d'Alleray
Avancé	Mardi	20h45-22h15	Natacha	13-17 rue d'Alleray

**Tenue :** legging, haut près du corps, pieds nus ou chaussettes.

\*Vérifiez auprès de votre médecin qu'il n'y a pas de contre-indication

## Zumba danse

436€

Une activité dansée, énergique et accessible à tous, mêlant mouvements chorégraphiques, rythmes entraînants et plaisir de bouger en musique.

À l'Atelier du Quartier, la zumba danse est animée par une professeure de danse et s'inscrit dans une approche plus artistique et chorégraphique qu'un cours de fitness classique.

Coordination, expression, musicalité et énergie se travaillent dans une ambiance conviviale et dynamique.

réduit : 392€

### Zumba danse – Forme

Une version dynamique et cardio pour bouger, se dépenser et profiter du plaisir de danser en musique.

**Pas de spectacle de fin d'année.**

Adultes	Mercredi	19h15-20h15	Bérangère	13-17 rue d'Alleray
Adultes	Vendredi	20h10-21h10	Bérangère	13-17 rue d'Alleray
Adultes	Samedi	13h15-14h15	Bérangère	13-17 rue d'Alleray

### Zumba danse – Spectacle

Un atelier davantage centré sur le travail chorégraphique et la création collective, avec une représentation de fin d'année.

**La participation au spectacle est demandée.**

Adultes	Mercredi	20h20-21h20	Bérangère	13-17 rue d'Alleray
Adultes	Vendredi	19h05-20h05	Bérangère	13-17 rue d'Alleray
Adultes	Samedi	12h15-13h15	Bérangère	13-17 rue d'Alleray

**Tenue :** jogging ou legging, t-shirt, baskets d'intérieur à chausser en salle.

## Danse sénior\*

436€

**Un atelier danse en douceur, adapté aux seniors mobiles,** pour entretenir coordination, souplesse et plaisir du mouvement dans une ambiance conviviale. Ici, pas de style imposé : l'atelier s'adapte au groupe et aux possibilités de chacun-e.

réduit : 392€

Adultes sénior	Mardi	11h25-12h25	Natacha	13-17 rue d'Alleray
----------------	-------	-------------	---------	---------------------

**Tenue :** jogging ou legging, t-shirt, pieds nus ou chaussettes.

\*Vérifiez auprès de votre médecin qu'il n'y a pas de contre-indication

## Gym douce sénior\*

436€

**Un atelier pour prendre soin de son corps et entretenir sa forme en douceur.** Travail des appuis, de l'équilibre, du tonus musculaire et de la coordination dans une ambiance bienveillante et adaptée à chacun-e.

réduit : 392€

Adultes sénior	Lundi	09h50-10h50	Nathalie	13-17 rue d'Alleray
Adultes sénior	Lundi	11h-12h	Nathalie	13-17 rue d'Alleray
Adultes sénior	Lundi	13h30-14h30	Aurélie	13-17 rue d'Alleray
Adultes sénior	Lundi	15h-16h	Aurélie	13-17 rue d'Alleray
Adultes sénior	Mardi	10h50-11h50	Chloé	4 rue d'Alleray
Adultes sénior	Mardi	13h45-14h45	Natacha	13-17 rue d'Alleray
Adultes sénior	Jeudi	10h45-11h45	Nathalie	4 rue d'Alleray
Adultes sénior	Vendredi	11h15-12h15	Natacha	13-17 rue d'Alleray

### NOUVEAU

**Un atelier encore plus adapté, sur chaise,** idéal pour les personnes ayant des difficultés à travailler au sol ou à se relever facilement.

Sénior - sur chaise	Jeudi	14h10-15h10	Nathalie	4 rue d'Alleray
---------------------	-------	-------------	----------	-----------------

**Tenue :** jogging ou legging, t-shirt, pieds nus ou chaussettes.



## Pilates sénior\*

436€

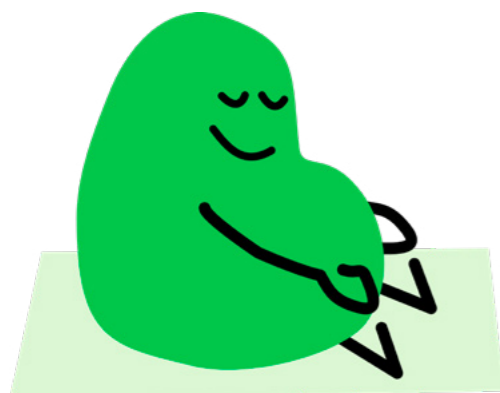
**Un Pilates adapté aux seniors pour entretenir son corps en douceur.** Travail de la posture, du renforcement musculaire, de la respiration et de la mobilité dans une approche progressive, bienveillante et respectueuse du rythme de chacun-e.

réduit : 392€

Adultes sénior	Mercredi	10h45-11h45	Chloé	13-17 rue d'Alleray
Adultes sénior	Jeudi	14h45-15h45	Chloé	13-17 rue d'Alleray

**Tenue :** jogging ou legging, t-shirt, pieds nus ou chaussettes.

\*Vérifiez auprès de votre médecin qu'il n'y a pas de contre-indication



## Barre au sol\*

436€

### Le renforcement musculaire du danseur.

Un travail autour de la posture, de la souplesse, du gainage et de l'alignement du corps, inspiré des techniques d'échauffement et de préparation des danseurs. Travail au sol et en musique.

réduit : 392€

Adultes	Lundi	19h10-20h10	Aurélie	13-17 rue d'Alleray
Adultes	Mardi	12h30-13h30	Natacha	13-17 rue d'Alleray
Adultes	Vendredi	9h-10h	Aurélie	13-17 rue d'Alleray
Adultes	Vendredi	12h20-13h20	Natacha	13-17 rue d'Alleray

**Tenue :** jogging ou legging, t-shirt, pieds nus ou chaussettes.

## Stretching\*

436€

### Assouplir, détendre et relâcher le corps en profondeur.

Le stretching permet de travailler la souplesse, la mobilité et le relâchement musculaire dans une approche douce et progressive.

réduit : 392€

Petit effectif**	Lundi	13h20-14h20	Nathalie	4 rue d'Alleray
Adultes	Vendredi	10h10-11h10	Natacha	13-17 rue d'Alleray
Adultes	Vendredi	13h25-14h25	Natacha	13-17 rue d'Alleray

\*\*Atelier petit effectif : 481 € - réduit 433 €.

**Tenue :** jogging ou legging, t-shirt, pieds nus ou chaussettes.

\*Vérifiez auprès de votre médecin qu'il n'y a pas de contre-indication



## Hatha Yoga • 1h\*

436€

### Un atelier plus condensé.

Idéal pour intégrer une pratique régulière dans un emploi du temps chargé.

réduit : 392€

Adultes	Mardi	10h15-11h15	Céline	13-17 rue d'Alleray
Adultes	Jeudi	9h15-10h15	Céline	13-17 rue d'Alleray
Adultes	Jeudi	12h15-13h15	Céline	13-17 rue d'Alleray

## Hatha Yoga - 1h30\*

605€

Une pratique complète du Hatha Yoga mêlant respiration, postures et recentrage dans une approche progressive et accessible.

réduit : 545€

Adultes	Mardi	8h30-10h	Céline	13-17 rue d'Alleray
Adultes	Jeudi	10h30-12h	Céline	13-17 rue d'Alleray
Adultes	Vendredi	19h15-20h45	Céline	13-17 rue d'Alleray
Adultes	Vendredi	21h-22h30	Céline	13-17 rue d'Alleray

**Tenue :** jogging ou legging, t-shirt, pieds nus ou chaussettes.

## Yoga pré-natal\*

à la carte

### À partir du 4e mois de grossesse.

À la fois préparation corporelle (maîtrise du souffle et exercices favorisant le ressenti de l'enfant à naître) et approche individuelle de sa grossesse, cet atelier permet à chacune, en fonction de son histoire et de ses choix, d'accéder à un suivi harmonieux et pertinent sur l'accueil de son enfant à naître.

Femmes enceintes	Mardi	14h30-16h	Céline	4 rue d'Alleray
------------------	-------	-----------	--------	-----------------

### Système à la carte.

Forfait 4 séances 140 €.  
Forfait à la séance 38 €.

\*Vérifiez auprès de votre médecin qu'il n'y a pas de contre-indication



## Pilates et dérivés

Le Pilates est une méthode de renforcement musculaire douce et profonde qui permet de travailler les muscles posturaux, améliorer l'équilibre, la mobilité, la respiration et la conscience du corps.

Accessible à tous les niveaux, cette pratique s'adresse aussi bien aux femmes qu'aux hommes, quels que soient l'âge ou la condition physique (avec avis médical favorable si nécessaire).

Nos ateliers proposent un travail progressif et adaptable à chacun. Chaque intervenant peut proposer différentes variantes afin de permettre à chacun d'évoluer à son rythme ou d'approfondir certains exercices.

Les séances utilisent principalement le poids du corps ainsi que du petit matériel : élastiques, ballons, Pilates ring, Foam Roller...

Nous proposons également des ateliers adaptés aux seniors, avec une approche spécifique privilégiant sécurité, mobilité et bien-être.

**Important :** nos ateliers Pilates ne sont pas adaptés à la pratique à partir du 3e mois de grossesse. Nous proposons en parallèle des ateliers de yoga prénatal spécifiquement conçus pour accompagner les futures mamans.

La tarification des ateliers varie selon les effectifs et les formats proposés. Vous retrouverez également des variantes originales comme le **Pilates cardio** ou le **Pilates Yoga**.

**Matériel nécessaire :** serviette et bouteille d'eau. Le reste du matériel est fourni par l'association.

**Tenue conseillée :** vêtements souples, pieds nus ou en chaussettes.

## Pilates\*

436€

Effectif normal avec 16 personnes au maximum par atelier.

réduit : 392€

Adultes	Lundi	12h15-13h15	Aurélie	13-17 rue d'Alleray
Adultes	Mardi	15h-16h	Chloé	13-17 rue d'Alleray
Adultes	Mercredi	9h30-10h30	Chloé	13-17 rue d'Alleray
Adultes	Mercredi	12h-13h	Chloé	13-17 rue d'Alleray
Adultes	Jeudi	13h30-14h30	Chloé	13-17 rue d'Alleray

## Pilates - 1 étoile\*

481€

Effectif réduit avec 10 personnes au maximum par atelier.

réduit : 433€

Adultes	Lundi	14h30-15h30	Nathalie	4 rue d'Alleray
Adultes	Lundi	18h10-19h10	Victoria	4 rue d'Alleray
Adultes	Lundi	19h15-20h15	Victoria	4 rue d'Alleray
Adultes	Lundi	20h20-21h20	Victoria	4 rue d'Alleray
Adultes	Mardi	8h-9h	Bérangère	4 rue d'Alleray
Adultes	Mardi	9h05-10h05	Bérangère	4 rue d'Alleray
Adultes	Mardi	12h-13h	Chloé	4 rue d'Alleray
Adultes	Mardi	18h10-19h10	Victoria	4 rue d'Alleray
Adultes	Mardi	18h15-19h15	Alice	12 rue Pécelet
Adultes	Mardi	19h15-20h15	Victoria	4 rue d'Alleray
Adultes	Mardi	19h20-20h20	Alice	12 rue Pécelet
Adultes	Mardi	20h20-21h20	Victoria	4 rue d'Alleray
Adultes	Mardi	20h25-21h25	Alice	12 rue Pécelet
Adultes	Mercredi	9h-10h	Aurélie	4 rue d'Alleray
Adultes	Mercredi	10h10-11h10	Aurélie	4 rue d'Alleray
Adultes	Mercredi	12h-13h	Bérangère	4 rue d'Alleray
Adultes	Mercredi	18h40-19h40	Victoria	4 rue d'Alleray
Adultes	Mercredi	19h15-20h15	Camille	12 rue Pécelet
Adultes	Mercredi	19h45-20h45	Victoria	4 rue d'Alleray
Adultes	Mercredi	20h20-21h20	Camille	12 rue Pécelet

Autres créneaux sur la page suivante →

\*Vérifiez auprès de votre médecin qu'il n'y a pas de contre-indication

## Pilates - 1 étoile\* la suite

481€

Effectif réduit avec 10 personnes au maximum par atelier.

réduit : 433€

Adultes	Jeudi	12h-13h	4 rue d'Alleray	Nathalie
Adultes	Jeudi	13h05-14h05	4 rue d'Alleray	Nathalie
Adultes - nouveau	Jeudi	17h-18h	4 rue d'Alleray	- à définir -
Adultes	Jeudi	18h15-19h15	4 rue d'Alleray	- à définir -
Adultes	Jeudi	19h20-20h20	4 rue d'Alleray	- à définir -
Adultes	Jeudi	20h25-21h25	4 rue d'Alleray	- à définir -
Adultes	Vendredi	09h-10h	4 rue d'Alleray	Chloé
Adultes	Vendredi	10h15-11h15	4 rue d'Alleray	Chloé
Adultes	Vendredi	12h15-13h15	4 rue d'Alleray	Aurélie
Adultes	Samedi	08h50-9h50	4 rue d'Alleray	Bérangère
Adultes	Samedi	09h55-10h55	4 rue d'Alleray	Bérangère
Adultes	Samedi	11h-12h	4 rue d'Alleray	Bérangère
Adultes	Samedi	14h45-15h45	4 rue d'Alleray	Chloé



Les créneaux « 3 étoiles » sont destinés aux personnes qui préfèrent les plus petits groupes.

## Pilates - 3 étoiles\*

521€

Petit effectif avec 7 personnes au maximum par atelier.

réduit : néant

Adultes	Mardi	18h20-19h20	81 rue Blomet	Camille
Adultes	Mardi	19h25-20h25	81 rue Blomet	Camille
Adultes	Mercredi	17h45-18h45	81 rue Blomet	Camille
Adultes	Mercredi	20h05-21h05	81 rue Blomet	Aurélie
Adultes	Jeudi	18h15-19h15	81 rue Blomet	Bérangère
Adultes	Jeudi	19h20-20h20	81 rue Blomet	Bérangère
Adultes	Jeudi	20h25-21h25	81 rue Blomet	Bérangère

\*Vérifiez auprès de votre médecin qu'il n'y a pas de contre-indication

## Pilates cardio - 3 étoiles\*

521€

Petit effectif avec 7 personnes au maximum par atelier.

réduit : néant

Un atelier Pilates plus intense. Il se déroule en musique, en enchaînant les postures dans un rythme soutenu.

Pré-requis : pratique du Pilates depuis plus d'un an.

Adultes	Mercredi	19h-20h	81 rue Blomet	Aurélie
---------	----------	---------	---------------	---------

## Pilates Yoga - 1 étoile\*

481€

Effectif réduit avec 10 personnes au maximum par atelier.

réduit : 433€

La fusion de 2 méthodes dans un atelier relaxant et dynamique.

Adultes	Lundi	12h15-13h15	4 rue d'Alleray	Nathalie
---------	-------	-------------	-----------------	----------



## Pilates Mouvement - 1 étoile\*

481€

Effectif réduit avec 10 personnes au maximum par atelier.

réduit : 433€

Une approche dynamique mêlant **Pilates, mobilité et fluidité** du mouvement.

Imaginée par Antoni, cette méthode originale associe renforcement postural, coordination, mobilité et travail d'équilibre, dans une pratique énergique et progressive.

Un atelier pour travailler le corps autrement, gagner en aisance, en fluidité et en conscience du mouvement.

Pré-requis : bonne conscience corporelle, aisance dans la coordination des mouvements, condition physique permettant une pratique dynamique.

Adultes	Lundi	9h15-10h15	4 rue d'Alleray	Antoni
---------	-------	------------	-----------------	--------

\*Vérifiez auprès de votre médecin qu'il n'y a pas de contre-indication



## Mobilité / Renforcement\*

481€

Un atelier dynamique pour entretenir son corps de manière complète et fonctionnelle.

réduit : 433€

Imaginée par Antoni, cette méthode mêle mobilité, renforcement musculaire et coordination à travers un travail varié utilisant le **poinds du corps, haltères, kettlebells et mouvements** en musique.

Une pratique énergique et progressive, pensée pour les personnes en bonne forme physique souhaitant gagner en mobilité, tonicité et aisance corporelle, sans rechercher la performance à tout prix.

**Pré-requis :** bonne conscience corporelle, aisance dans la coordination des mouvements, condition physique permettant une pratique dynamique.

Adultes	Lundi	8h-9h	13-17 rue d'Alleray	Antoni
---------	-------	-------	---------------------	--------

\*Vérifiez auprès de votre médecin qu'il n'y a pas de contre-indication

## Ateliers ponctuels

L'Atelier du Quartier suit le rythme scolaire : les ateliers réguliers font donc une pause pendant les vacances.

Pour celles et ceux qui souhaitent continuer à pratiquer, nous proposons à chaque période de vacances une programmation d'ateliers ponctuels et de stages, renouvelée tout au long de l'année. Le programme est communiqué en amont [sur notre site internet](#). Ces ateliers sont proposés en supplément et ne sont pas inclus dans le forfait annuel.

## Stages du dimanche

Des stages ponctuels pour découvrir, pratiquer et se faire plaisir le temps d'un dimanche.

Proposés sous différents formats en fonction de l'activité, ces ateliers permettent de découvrir une pratique, approfondir une discipline ou simplement partager un bon moment, seul ou entre amis, parfois même en famille !

Barre au sol, Samba, Zumba, Danse contemporaine, Couture, K-Pop, Claquettes, activités manuelles et bien d'autres propositions à découvrir [sur notre site internet](#).

## Forfait annuel ou carte ?

### Le forfait annuel

À l'Atelier du Quartier, nous croyons à l'importance de la régularité dans la pratique artistique et corporelle. Au fil des semaines, les groupes apprennent à se connaître, évoluent ensemble et construisent une véritable dynamique collective.

Le forfait annuel permet cette continuité : il garantit votre place dans l'atelier choisi tout au long de la saison, du 13 septembre 2026 au 20 juin 2027, hors vacances scolaires et jours fériés.

Il vous permet également de bénéficier du tarif horaire le plus avantageux.

### En cas d'absence

*(uniquement pour les ateliers de renforcement musculaire et de zumba danse-forme)*

Si vous signalez votre absence au préalable à l'accueil, un rattrapage peut être proposé dans un atelier du même type, sous réserve de places disponibles.

Dans la mesure du possible, les rattrapages sont organisés avec le même intervenant, pour la cohérence du suivi pédagogique.

Afin de garantir le bon fonctionnement des groupes, les modalités de rattrapage sont encadrées et peuvent évoluer en cours de saison.

Si aucun rattrapage n'est possible, la séance est considérée comme perdue.

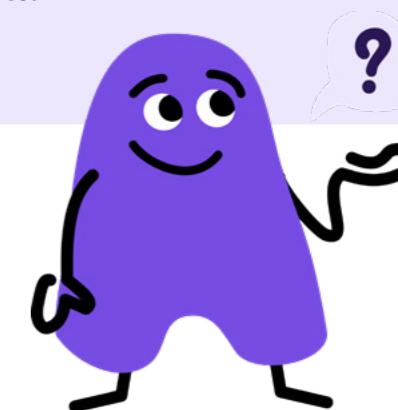
Ce dispositif constitue une souplesse offerte par l'association, et non un droit acquis : aucun crédit de séance ne pourra être réclamé en fin d'année.

### À la carte

Nous donnons la priorité aux inscriptions annuelles.

Cependant, en septembre, s'il reste des places disponibles dans certains ateliers de renforcement musculaire notamment, nous en réservons quelques unes afin de vous proposer un **planning d'activités disponibles à la carte**.

*Voir les conditions page suivante.*





## Les ateliers à la carte

### Le principe

Une semaine avant le début des activités, nous bloquons quelques places encore disponibles dans certaines activités adultes et les mettons à disposition « à la carte ». Certaines activités comme le Yoga Prénatal ne sont d'ailleurs disponibles qu'avec ce système.

Les cartes sont valides sur la saison en cours, sachant que nous programmons nos activités de mi-septembre à mi-juin. Il faut donc utiliser ses crédits durant cette période. Tout crédit non utilisé est définitivement perdu.

### Nos cartes sont virtuelles

Vous créez un compte sur notre système de gestion en ligne et vous vous inscrivez ensuite de manière autonome aux ateliers.

Choisissez votre carte en septembre en fonction du planning et des ateliers qui vous intéressent.

Il faut bien avoir à l'esprit que **l'atelier que vous convoitez dans cette brochure ne sera peut-être pas programmé à la carte** s'il est déjà complet avec les inscriptions annuelles.

### Adhésion à l'association

Obligatoire pour utiliser les cartes, sauf pour le Yoga prénatal.

<b>Carte de 10 séances - 1h30</b>	Activités corporelles de 1h	<b>189 €</b>
<b>Carte de 10 séances - 1h30</b>	Activités corporelles de 1h30	<b>270 €</b>
<b>Carte de 10 séances - 2h</b>	Chant collectif adultes	<b>280 €</b>
<b>Carte de 4 séances Yoga prénatal</b>		<b>140 €</b>

### En fin de saison

A partir du mois de mai, nous vous proposons des cartes sur-mesure pour terminer la saison sans risquer de perdre des séances (cartes de 2-3-4 ou 5 séances).



# Instruments de musique

### La musique à l'Atelier

Enfants, adolescents et adultes : la pratique d'un instrument demande du temps, de la régularité et de l'engagement.

À l'Atelier du Quartier, nous accompagnons chaque élève dans ce parcours avec une approche progressive et bienveillante.

Apprendre la musique c'est avant tout une envie personnelle : celle de découvrir, de persévérer, et de prendre plaisir à jouer au fil du temps.

Pour que cet apprentissage puisse réellement s'installer, il est indispensable de pouvoir pratiquer à la maison.

### Disposer de son instrument dès le début des ateliers est essentiel.

C'est cette régularité - en atelier et chez soi - qui permet de progresser sereinement.

# Les instruments

## Piano, guitare, flûte, violon, ukulélé, chant.

Nous vous proposons des ateliers collectifs ou particuliers, dans des formules adaptées. Nos équipes sont là pour vous conseiller.

### Les plannings

Les créneaux des ateliers évoluant régulièrement et étant très nombreux, les plannings ne sont pas détaillés dans cette brochure.

Nos équipes sont là pour vous accompagner dans le choix de la formule la plus adaptée.

Les plannings des ateliers collectifs sont consultables en ligne dès à présent.

Les créneaux des ateliers particuliers seront consultables après les ré-inscriptions, à partir de mi-juin.



## Ateliers particuliers

Instrument	Tranche d'âge	Jours
Piano	à partir du CP	Tous les jours
Guitare, ukulélé	à partir du CP	Mardi, mercredi, Jeudi, Vendredi, Samedi
Flûte traversière	à partir du CE1	Mercredi, samedi
Violon	à partir du CP	Du lundi au vendredi
Chant	Ados-adultes	Le samedi fin d'après-midi

### Les tarifs

Les ateliers particuliers offrent un temps dédié entre l'élève et l'intervenant afin d'accompagner chacun à son rythme.

Un atelier par semaine, forfait annuel.

Durée de l'atelier	Tarif plein	Tarif réduit
30 minutes	848 €	néant
45 minutes	1272 €	néant
60 minutes	1696 €	néant



## Ateliers collectifs Guitare & Ukulélé

**695€**

réduit : néant

**Apprendre et partager en groupe !**

### Élémentaires - Ados - Adultes / durée : 1h

En petits groupes de 6 au maximum, créés par niveaux, les élèves avanceront ensemble dans un atelier sur-mesure, où l'intervenant proposera exercices et répertoire adapté, pour progresser dans une ambiance chaleureuse et conviviale.

### Quel type de guitare ?

On utilise des guitares classiques nylon pour les enfants. Les adultes peuvent adapter en fonction de leurs préférences.

### Plannings

Du lundi au jeudi. Consultez le planning instruments [sur notre site internet.](#)



## Ateliers collectifs - Piano

**730€**

réduit : 657€

### Élémentaires - Ados / durée : 1h

Groupe de 3 élèves. Dans nos salles, équipées d'un piano droit, de pianos électriques avec casque, nos élèves alterneront entre 3 ateliers. Travail au piano droit avec le professeur, travail en autonomie avec consignes au piano électrique, travail d'apprentissage du solfège.

### Plannings

Tous les jours. Consultez le planning instruments [sur notre site internet.](#)

### Important

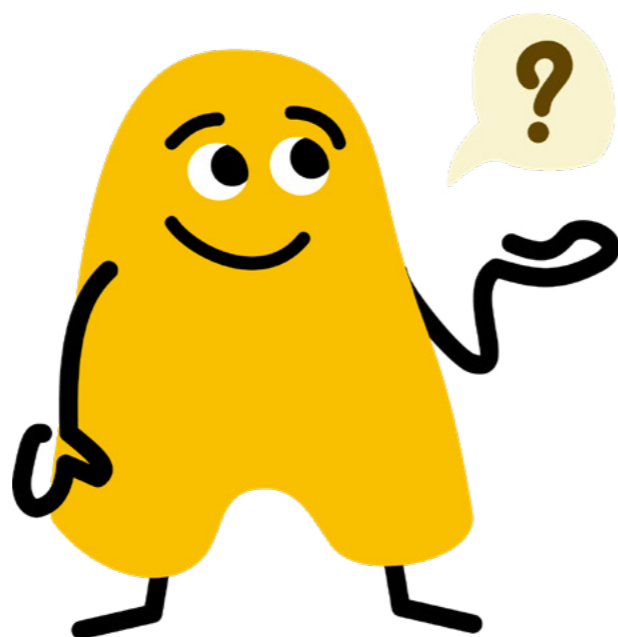
Ce format demande concentration, autonomie et capacité à suivre des consignes collectives pendant une heure.

Il n'est pas adapté à tous les enfants, notamment chez les plus jeunes.

Si votre enfant a besoin d'un accompagnement plus individualisé ou rencontre des difficultés à rester concentré sur cette durée, nous vous conseillerons plutôt un atelier particulier de 30 minutes.

# Questions fréquentes

Voici les réponses aux questions que nous posent le plus souvent les familles. Si vous ne trouvez pas l'information recherchée, nos équipes sont là pour vous répondre.



## Faut-il avoir un instrument à la maison ?

Oui ! La pratique régulière à domicile est essentielle pour progresser et prendre du plaisir. L'instrument doit être disponible dès le début des ateliers.

Pour certains instruments, des solutions de location peuvent être proposées. (voir page ci-après)

## Mon enfant doit-il pratiquer à la maison ?

Oui, c'est indispensable. Quelques minutes par jour valent mieux qu'une longue séance de temps en temps.

La régularité est la clé du progrès, et il aura besoin de vous pour l'instaurer.

## Faut-il connaître le solfège pour commencer ?

Non, pas du tout ! Les notions de solfège sont abordées progressivement, de manière concrète avec l'intervenant, en lien avec la pratique de l'instrument.

L'essentiel est d'avoir envie de jouer et de découvrir.

## Peut-on commencer la musique à l'âge adulte ?

Bien sûr ! Il n'y a pas d'âge pour commencer la musique. Nos ateliers sont ouverts aux enfants comme aux adultes, débutants ou non.

C'est une belle aventure, à tout moment de la vie !

# Où se procurer les instruments ?



## Flûte traversière (location - vente)

**Pierre Lotteau et l'atelier des flûtes**  
13 rue Ernest Lefèvre, 75020 Paris  
[www.latelierdesflutes.com](http://www.latelierdesflutes.com)

Pour les débutants, attendez le premier atelier avec notre intervenant.



## Violon (location - vente)

**Atelier Ettori Pailler**  
80 rue de la Vilette, 75019 Paris  
01 40 33 47 64

Pour les débutants, attendez le premier atelier avec notre intervenant.

## Pour la guitare

Il existe des tailles différentes, pour les enfants notamment. Patientez donc jusqu'au premier atelier où l'intervenant pourra vous conseiller au mieux.

## Pour le piano

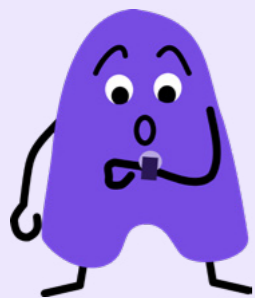
Même s'il est préférable de disposer d'un instrument acoustique, nous connaissons bien les contraintes d'espace et de budget que cela peut représenter. Un piano numérique peut tout à fait convenir pour débiter et pratiquer à la maison (400-800 € / clavier numérique 88 touches / touches lestées / support stable / assise réglable).

Nous vous conseillons néanmoins de faire une vraie place à l'instrument dans le quotidien de l'élève. Le piano doit rester facilement accessible : un instrument rangé dans un placard ou difficile à installer ne favorise pas une pratique régulière, pourtant essentielle à la progression.



**Vous avez une autre question ?** Nos équipes sont à votre écoute pour vous accompagner et vous conseiller. N'hésitez pas à nous contacter.

# Inscription



## Période 1

**Du dimanche 17 mai 20h  
au mercredi 3 juin 2026 10h**

Pour les personnes inscrites à une activité en 2025-2026, et leur famille proche (parents-enfants du même foyer).

## Période 2

**À partir du lundi 15 juin 2026  
19h**

Pour tous.  
Et tout au long de l'année en fonction des places disponibles.

## Comment s'inscrire ?

Deux façons de faire, selon le moment dans la saison :

### Du début de la période d'inscription jusqu'à mi-septembre

Tout se passe en ligne sur la page [Inscription](#).

Les personnes déjà inscrites ont accès aux inscriptions en avant-première sur la **période 1**.

Le formulaire est ensuite disponible à tous sur la **période 2**.

### Après mi-septembre

Les inscriptions se passent à l'accueil, directement sur place, en fonction des places disponibles et de l'avancée pédagogique des ateliers.



Nous répondons à vos questions fréquentes sur la [page Inscription](#) de notre site internet. Si vous ne trouvez pas votre réponse, notre équipe d'accueil reste à votre écoute !

# Nous contacter

L'Atelier du Quartier, c'est aussi **une équipe d'accueil et une équipe administrative** présentes au quotidien pour accompagner les familles, répondre aux questions et faire vivre l'association tout au long de l'année.

Téléphone

**01 84 60 45 05**

Mail

**admi@atelierduquartier.fr**

Site internet

**www.atelierduquartier.fr**

Accueil de l'association

**92 rue Blomet, Paris 15<sup>e</sup>**



Horaires d'ouverture et informations actualisés disponibles sur notre site internet. Pendant les vacances scolaires, l'accueil physique peut être réduit. L'équipe reste joignable par mail et par téléphone.

L'ATELIER DU  
QUARTIER

[www.atelierduquartier.fr](http://www.atelierduquartier.fr)  
01 84 60 45 05