LE PETIT BULLETIN

COURS & STAGES .fr

Activités

Théâtre / Arts Martiaux
Danse / Langues
Musique /
Ateliers /
Bien-être

Où s'inscrire ?

L'annuaire de vos Activités
Saison 2013-2014

Supplément Petit Bulletin **723**

École de Théâtre de Lyon

www.ecoledetheatredelyon.com

Une formation complète de l'acteur dans un cadre professionnalisant.

Parce que l'acteur est non seulement transmetteur de mots, mais aussi voix, souffle et corps, des professionnels de la scène sont réunis là pour développer le meilleur du potentiel artistique de chaque élève-comédien.... Actrices, acteurs, techniciens, maquilleuses, metteurs en scène, marionnettistes, chanteuses, auteurs... enseignent et transmettent leur savoir-faire avec passion.

Formation sur 2 ans

ANNÉE 2013-2014 : Prochaine date d'audition le samedi 21 septembre.

ÉCOLE DE THÉÂTRE DE LYON / 1, place Chardonnet / Lyon 1er / contact@ecoledetheatredelyon.com **04 72 07 04 44**

Myriade - Cours d'art dramatique

www.coursmyriade.net

Partenaire du Cours Florent en région Rhône-Alpes

COURS PROFESSIONNEL
Auditions : septembre / octobre

- Formation en 2 ans au métier de comédien
- Préparation aux concours des écoles supérieures de théâtre
- Atelier cinéma, castings, master class, sorties spectacles, ...
- Spectacle de fin d'étude (plusieurs représentations)

COURS JUNIOR pour les 11-17 ans (sans audition - cours d'essai)
COURS INDIVIDUEL (sans audition – nous contacter)

MYRIADE / 14, rue Pizay / Lyon 1er / info@coursmyriade.net **04 72 98 80 14 / 06 88 39 78 57**

Arts en scène

www.artsenscene.com

Théâtre, Improvisation, Danse, Clown, Mime, Voix, Performance

- **ATELIERS HEBDOMADAIRES :** Adultes, tous niveaux. Cours d'essai gratuit (réservation obligatoire)
Théâtre, Clown, Mime, Voix, Improvisation, Danse contemporaine
- **STAGES ET WEEK END :** Adultes, enfants & ados, tous niveaux
Théâtre, Improvisation, Mime, Clown, Voix, Danse Contemporaine et Danse Contact Improvisation
- **STAGES PROFESSIONNELS :** Olivier Maurin (mars 2014), Alexandre Del Perugia (avril-mai 2014)
- **FORMATION PROFESSIONNELLE AU MÉTIER DE L'ACTEUR :** Auditions : septembre 2013

Inscriptions possibles dès le 02/09/2013 - Réunion rencontre : 14/09/2013 à 14h

ARTS EN SCÈNE ÉCOLE DE THÉÂTRE / 11 rue Mazagran / Lyon 7e / contact2014@artsenscene.com **04 78 39 18 06**

Association Théâtrale de Recherche et d'Expression

www.atrelyon.net

Rentrée le 16 septembre 2013.
Journées « Portes Ouvertes » les samedis 14 et 21 sept. 2013 de 14h à 18h à ATRE.

- **ATELIERS THÉÂTRE hebdomadaires**
Enfants (7/11 ans) : mardi > 17h30/19h
Pré-adolescents (12/14 ans) : lundi > 17h30 /19h30
Adolescents (15/17 ans) : mercredi > 17h30/19h30
Adultes : Découverte (jeudi), Développement (mercredi), Approfondissement (mardi) > 19h30/22h30
- **ATELIER CHANT & VOIX :** Vendredi > 19h/21h
- **ATELIER CRÉATION :** Lundi >19h30/22h30
- **Formation Théâtrale Professionnelle** (3 parcours)
- **STAGES** Week-ends en théâtre/chant/danse/Feldenkrais

Cours d'essai gratuit !
Pass ATRE : réduction de 30% dès la 2e activité

ATRE / 18 rue Joseph Serlin / Lyon 1er / atrelyon@sfr.fr **04 78 29 12 49**

Théâtre du Gai Savoir

www.ecole-theatre-gaisavoir.fr

Osez le théâtre en amateurs ou en pro

FORMATION PROFESSIONNELLE AU METIER D'ACTEUR
Pour préparation aux concours (ENSATT, Conservatoires…) ou pour enrichir votre profession par des cours de théâtre professionnels.
- Cursus en deux ans : 20 heures/semaine, de 9h à 13h (après-midi libérés)
- 1ere année : travail de son instrument
- 2e année : travail sur l'interprétation

ATELIERS/COURS/STAGES (PETITES VACANCES) POUR TOUS
Travail voix, corps et imagination en vue d'un spectacle.

SAMEDIS ET/OU DIMANCHES SUR LES PLANCHES
De 10h à 17h, une fois par mois.

COURS D'ESSAI OFFERT, à Lyon 6e, Caluire et Vienne.

GAI SAVOIR / 94, rue des Charmettes / Lyon 6e / contact@gaisavoir.org **04 78 24 34 31 / 06 11 76 78 41**

Les Ateliers Théâtre

www.lesvedettes.net

Pour une approche ludique du théâtre

- Travail d'improvisations afin de développer la concentration, l'écoute, la diction, la spontanéité, pour aborder techniquement le jeu d'acteur.
- Travail sur l'interprétation, avec pour support des textes tirés du répertoire classique, contemporain ou des écrits plus personnels.
- Présentation du travail au public en mars et juin avec une série de représentations

Intervenant : Pascal Gimenez, comédien et metteur en scène.
Rendez-vous les mardis 17 et 24 septembre à 19h30 pour une rencontre et faire un essai ensemble, c'est gratuit !
À partir du 1er octobre, les mardis de 19h30 à 22h30

LES VEDETTES / 11 rue de l'Annonciade / Lyon 1er **04 78 30 49 02**

Atelier de théâtre

www.atelier-theatre-saint-louis.fr

« L'art, c'est le chemin... » Paul KLEE

- **Cours de théâtre hebdomadaire pour amateur et professionnel, enfant, ado et adulte**
- Exercices techniques, travail vocal et corporel
- Création d'un personnage, improvisations en groupe ou seul à partir d'un thème
- Textes contemporains, classiques ou personnels
- Création d'un spectacle présenté en Juin à la salle Paul Garcin

Soirées portes ouvertes le samedi 14 septembre à partir de 18h30 et le jeudi 19 septembre 2013 à partir de 19h30 / Cours d'essai gratuit.
Nouveau cours adultes le vendredi après-midi de 14h à 16h et de 16h à 18h.

ATELIER DE THÉÂTRE / 31 rue Claude Boyer (Place Saint Louis) / Lyon 7e — 06 12 70 41 00 / 09 52 06 04 29

Compagnie du Vieux Singe

www.levieuxsinge.com

Ateliers hebdomadaires • stages de théâtre • ADULTES - ADOS - ENFANTS

Des comédiens et metteurs en scène professionnels en activité et issus de formations reconnues **(TNP, ENSATT, Comédie de Saint Etienne, ENS...)** vous proposent de partir à la découverte des bases du jeu d'acteur, à travers une pédagogie à la fois exigeante et ludique.
Nous explorerons différents aspects du théâtre et du jeu et vous proposerons des outils et des techniques personnalisés pour progresser tout en s'amusant (+ d'info. et fiche d'inscription téléchargeable sur notre site **www.levieuxsinge.com**)

COUR D'ESSAI GRATUIT / Début des cours : 1 oct. 2013 / Spectacle de fin de saison : fin juin
Enfants/ados : les mercredis après-midi (14h-16h/16h30-18H30) / Adultes : les lundis et jeudis (19h15-21h45)

COMPAGNIE DU VIEUX SINGE / 101 rue Ney / Lyon 6e / cie.vieuxsinge@gmail.com — 07 81 90 10 40

École Premier Acte

www.premieracte.net

Ateliers de théâtre amateurs et formation professionnelle de comédiens

Cultivant l'éveil du corps et de l'imaginaire, L'École Premier Acte propose une palette d'exercices, de jeux et d'improvisations autour d'un travail sur soi et avec les autres. Elle est un lieu d'échange et de jeu qui permet la prise de conscience de son image, de son geste et de sa voix pour exprimer son originalité.

- **Les ateliers de théâtre amateurs** :
Ateliers hebdomadaires les mardi, mercredi et jeudi de 19h30 à 22h.
Cours ouverts à tous / Cours d'essai gratuit.

- **La Classe Apprenti Comédien :**
Formation professionnelle au métier de comédien sur 2 ans /
Inscriptions sur candidature. Prochaines auditions le lundi 16 sept.

Portes ouvertes les jeudi 12 et vendredi 13 septembre 2013 de 18 à 20h / Début des cours en octobre.

Compagnie Premier Acte / 18 rue Jules Vallès / Villeurbanne / Métro Charpennes — 04 78 24 13 27

Théâtre de l'Iris

www.theatredeliris.fr

Une école de théâtre pour tous

- **CYCLE DE SENSIBILISATION - PERMANENCES D'INSCRIPTION À PARTIR DU 11 SEPTEMBRE :**
Enfants 8 à 11 ans : 2h/semaine - Adolescents 12 à 15 ans ou 15 à 17 ans : 2h/semaine Jeunes adultes 17 à 21 ans : 3h/semaine
- **COURS POUR ADULTES :**
1er cycle tous niveaux à partir de 18 ans : permanences d'inscription à partir du 9 septembre
- **3e CYCLE SPÉCIALISÉ DU CONSERVATOIRE DE VILLEURBANNE – FORMATION PRÉPROFESSIONNELLE :**
Auditions les 30 septembre et 1er octobre / Dépôt des dossiers de candidature le 23 Septembre

THÉÂTRE DE L'IRIS / 331 rue Francis de Pressensé/ Villeurbanne / Métro Cusset (ligne A) — 04 78 68 86 49

Des mots

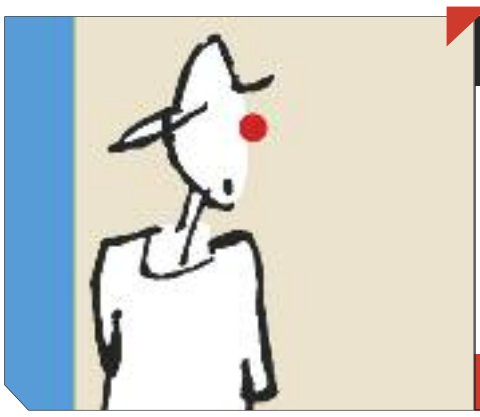
www.des-mots.fr

Cours diction et théâtre professionnel ou amateur

Jacqueline Bœuf, comédienne et metteur en scène propose des cours de théâtre, de comédie, de diction, d'élocution, de présentation, de prise de parole en public…pour chefs d'entreprises, cadres, politiques ou tout autre personne désireuse de s'adresser à un auditoire mais également pour les comédiens ou futur comédiens (amateurs ou professionnels).

- **Cours collectifs ou cours particuliers**
- **Prix des cours : 240 € / trimestre**

DES MOTS / 75 rue de Sèze / Lyon 6e / contact@des-mots — 04 78 91 93 44 / 06 85 08 77 78



T'chi Clown

www.tchiclown.fr

L'énergie clownesque

Le T'chi clown est une technique d'improvisation qui permet d'explorer différentes énergies du corps et de mettre en jeu d'autres représentations de soi sensibles, ludiques et authentiques. Stages et ateliers s'adressent à toute personne adulte, avec ou sans expérience scénique.

Séances d'essai à partir du lundi 16 sept. voir le site pour plus d'infos.

- **Villeurbanne Scènes Formations :** Lundis 19h 30 – 22h .
Dimanches mensuels 10h-18h, les 13/10, 17/11, 15/12, 19/01, 16/02, 16/03, 13/04, 11/05, 1/06.
Weekend de découverte 30 nov/ 1er déc, 1-2/02, 29-30/03, 24-25/05
- **Lyon 1er Studio Anou Skan :** Mercredis 19h 30 –22h.
- **Lyon 1er Espace Gym'Autrement :**
Weekends (sam 15h-19h, dim 10h 18h) 5-6/10, 9-10/11, 7-8/12, 11-12/01, 8-9/02, 1-2/03, 5-6/04, 3-4/05, 7-8/06.

T'CHI CLOWN / Lyon 1er (métro Hôtel de Ville) / Villeurbanne (métro République) — 06 63 00 51 92

Théâtre des Asphodèles

www.asphodeles.com

Ateliers hebdomadaires de théâtre et stages artistiques dirigés par des comédiens professionnels, représentation publique à l'issue

- **Ateliers hebdomadaires pour enfants** Eveil artistique (3-4 ans, 5-6 ans), théâtre enfants (7-9 ans, 10-12 ans),
- **Ateliers hebdomadaires pour adolescents** Théâtre adolescents (13-15 ans, 16-18 ans)
- **Ateliers hebdomadaires pour adultes** Commedia dell'arte, débutant, initié, burlesque, théâtre et chant, improvisation, chanson française
- **Stages artistiques** pour les enfants pendant les vacances scolaires
- **Stages artistiques** pour les adultes les week-ends pendant les vacances scolaires

Présentation des ateliers le 14 septembre à partir de 16h00 / Cours d'essai gratuit sur inscription

THÉÂTRE DES ASPHODÈLES / 17 bis impasse Saint Eusèbe / Lyon 3e / Bus C9, C11, C16, T3, M°B — **04 72 61 12 55**

IREPScènes Théâtre

www.irepscenes.com

Salle de spectacle et lieu de formation théâtrale pour amateurs (débutants ou non)

Ateliers hebdomadaires (hors vacances scolaires). Séance d'essai gratuite. Exercices techniques (voix, corps, espace…), improvisations, textes (classiques, contemporains et autres supports non théâtraux), création de spectacles.

- **Réunion d'information Mercredi 04 septembre à 19h**

Jeunes Publics : Le Mercredi / Les Petits (6-8 ans) 10h-11h30 / Les Enfants (9-11 ans) 13h30-15h30 Les Pré-Ados (12-13 ans) 16h-18h Les Ados (14-17 ans) 16h30-18h30

- **Réunions d'informations Mardi 10 et Jeudi 12 septembre à 20h**

Adultes : Atelier Caméléon (texte) : Mercredi soir (20h-23h) / Atelier d'improvisation : Lundi soir (20h-23h)

IREPSCÈNES THÉÂTRE / 4 rue Paul Péchoux / Villeurbanne / irep@free.fr — **04 78 53 04 06**

Cours de théâtre à l'école du Repaire

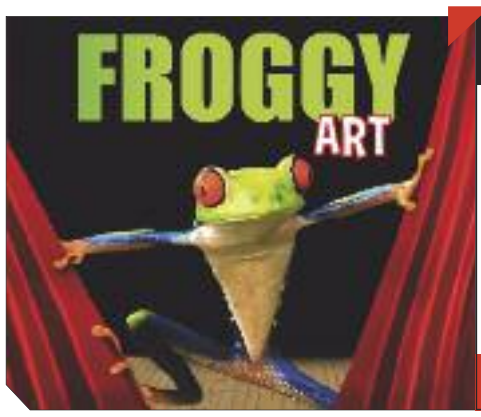
www.lerepairedelacomedie.fr

Découvrez le comédien qui sommeille en vous.

En amateur ou en professionnel, l'école du Repaire vous propose plusieurs services :

- Cours intensifs ou ateliers de théâtre. Vous apprendrez les techniques d'art dramatique à travers le travail sur l'expression corporelle et le travail de la voix, l'imagination, le chant, la musique...
- Les cours de théâtre vous permettront d'être formé aux métiers du spectacle ainsi qu'à la préparation aux auditions des écoles nationales et aux castings.

LE REPAIRE DE LA COMÉDIE / 2, place des Capucins / Lyon 1er / contact@lerepairelyon.com — **04 82 31 68 02**



Froggy art

www.froggyart.com

Théâtre et improvisation pour toute la famille !
Aborder les émotions, l'improvisation, le texte par une approche complète et évolutive.

Cours dirigés par des professionnels de l'image.

- ADULTES : **THÉÂTRE :** LUN 19h à 21h / **THÉÂTRE D'IMPROVISATION :** VEN 18h30 à 20h30 ou (1 fois par mois) SAM 15h à 18h
- ENFANTS (ado) : **THÉÂTRE :** LUN 17h30 à 19h

Journée Portes ouvertes le 14 septembre 2013 de 10h à 18h.

1 semaine d'essai - Cours tous niveaux - Inscription possible toute l'année.

FROGGY ART / 126 rue Boileau / Lyon 6e / 84 rue Léon Jouhaux / Lyon 3e — **09 52 910 900 / 06 84 600 239**

Le Voyageur debout

le.voyageur.debout@free.fr

Proposés par Jean-Luc Bosc

2 Ateliers hebdomadaires "De l'improvisation à l'interprétation"
- Le lundi soir de 15h à 18h. Prix: 420€* l'année (24 séances de 3h payables en 3 fois)
- Le lundi soir de 18h30 à 21h30. Prix: 420€* l'année (24 séances de 3h payables en 3 fois)

1 stage "De l'improvisation à l'interprétation"
Du vendredi 3 au dimanche 5 Janvier 2014. Prix: 170€*

1 stage "Accueillir son personnage masqué"
- Du lundi 10 au jeudi 13 Mars 2014. Prix: 210€*

1 stage "Accueillir son Clown"
- Du lundi 5 au jeudi 8 Mai 2014. Prix: 210€*

*+16€ d'adhésion annuelle.
Nous proposons 2 réunions d'information le lundi 9 et le jeudi 12 septembre à 19h00 au local de la compagnie suivis d'un pot de rentrée.

LE VOYAGEUR DEBOUT / 1 cours d'Herbouville / Lyon 4e / le.voyageur.debout@free.fr — **04 78 30 67 05**

Les Subsistances

www.les-subs.com

Atelier de théâtre

Cet atelier est pensé comme une immersion dans la création contemporaine telle qu'elle se vit aux Subsistances !
En travaillant l'improvisation sur les thèmes abordés par les artistes de la saison 13-14, Emmanuel Robin propose un travail collectif dans une orientation artistique ludique et décalée.

Ateliers d'essai gratuits : Lundis 07 et 14 octobre 2013 (réservation obligatoire)

- **Ateliers Adultes (tous niveaux)**

Les lundis d'octobre 2013 à juin 2014
De 19h30 à 21h30

LES SUBSISTANCES / 8 bis, quai Saint-Vincent / Lyon 1eR — **04 78 39 10 02**

Cours de Théâtre et de comédie musicale à Lyon

www.association-artifices.fr

Théâtre, Cinéma, Chorale, Comédie musicale, Impro, Percussions

• L'association Artifices propose des cours de théâtre pour débutant et confirmé. L'Atelier théâtre est basé sur l'improvisation théâtrale.L'Atelier Création dispense des cours de théâtre ainsi que la découverte des différents métiers du théâtre.

• Artifices c'est aussi une section cinéma et websérie, qui par le biais d'une formation complète d'un an vous offre l'opportunité de tourner votre premier film et/ou de réaliser une web-série complète.

• **Théâtre débutant, confirmé, atelier création cours enfants :** 40€ / mois

• **Comédie musicale, cinéma, websérie :** 50€ / mois

ASSOCIATION ARTIFICES / 17 rue Sainte-Catherine / Lyon 1er — **04 27 11 78 42 / 06 64 14 30 30**

Aïkido Dardilly

www.aikido-dardilly.fr

Art de Self défense et de Maîtrise de soi basé sur la Philosophie de la Non-violence.

La pratique de l'AIKIDO, qui consiste à utiliser la force du partenaire sans jamais s'y opposer, apporte confiance en soi, maîtrise des conflits et entretien physique.

• **Adultes :** Lundi 10h à 11h15 / Mardi 12h30 à 13h30 / Jeudi 20h à 21h15 / Samedi 10h à 11h15
• **Adolescents** (à partir de 13 ans) : Samedi 10h à 11h15
• **Enfants** (à partir de 8 ans) : Mardi 18h à 19h

1 SEMAINE D'ESSAI GRATUIT !

AÏKIDO DARDILLY / Complexe Sportif Moulin Carron (face à l'Aqueduc) / Dardilly — **06 59 38 93 03**

Aïkido - Art de la non violence

www.aikido-lyon.fr

Maîtrise de soi. Techniques de défense. Philosophie de la non-violence.

Cours dirigés par Michael LEVY-NEUMAND

• Lundi : 10h45 à 12h00 / 12h30 à 13h30 / 20h00 à 21h15
• Mardi : 10h00 à 12h00 (cours spéciaux 2/mois) / 20h00 à 21h15
• Mercredi : 12h30 à 13h30 / 19h00 à 20h15
• Vendredi : 10h45 à 12h00 / 12h30 à 13h30 / 18h45 à 20h00
• Samedi : 11h15 à 12h30
• Dimanche : 18h45 à 20h00

AIKIDO ENFANTS :
6 à 8 ans Mercredi : 15h15 à 16h15
9 à 12 ans Mercredi : 16h30 à 17h30
AIKIDO ADOS :
Mercredi : 17h45 à 18h45
Samedi : 11h15 à 12h30

1 semaine d'essais – cours tous niveaux – dojo entièrement rénové !

EUROPE LYON AIKIDO / Accès par le 88 rue Masséna / Lyon 6e — **04 78 35 35 23**

Judo

www.dojolyon.fr

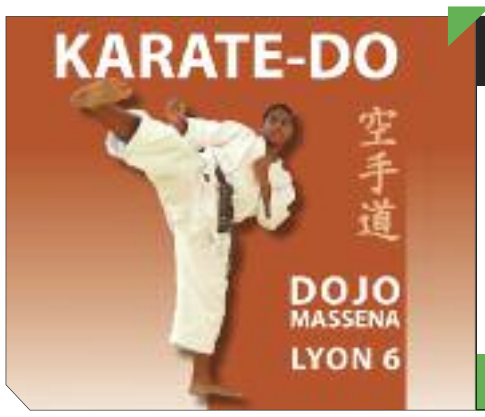
Voie de la souplesse. Contrôle de soi. Respect, courage et sincérité.

Cours dirigés par Rodolphe PERRET & Eric CAPDORDY

• **Judo :** Mercredi : 12h30 à 13h30
• **Judo Enfants :** Mercredi : 9h00 à 10h00 : 2009 (4-5ans)
10h00 à 11h00 : 2008 (5-6ans) ; 2002 à 2006 (7 à 11 ans)
11h00 à 12h00 : 2007 (6-7ans) ; 2007 à 2008 (6 -8 ans)

2 cours d'essais gratuit – dojo entièrement rénové !

EUROPE LYON AIKIDO / Accès par le 88 rue Masséna / Lyon 6e — **04 78 35 35 23**



Karaté-Do

www.dojolyon.fr

Maitrise du corps et de l'esprit. Équilibre et souplesse.

Cours dirigés par Mike JULIE

KARATÉ DO :
• Mardi : 12h20 à 13h20
• Mercredi : 20h15 à 21h30
• Jeudi : 12h30 à 13h30
• Vendredi : 19h00 à 20h00 / 20h00 à 21h00 (avancés) 20h00 à 21h45 (gradés)

KARATÉ DO ENFANTS (8 à 12 ans) :
• Mercredi : 16h45 à 17h45 / 17h45 à 18h45 (débutants)
• Vendredi : 17h45 à 18h45 (avancés)

2 cours d'essais gratuit – dojo entièrement rénové !

EUROPE LYON AIKIDO / Accès par le 88 rue Masséna / Lyon 6e — **04 78 35 35 23**

Haidong Gumdo

www.dojolyon.fr

Art du sabre traditionnel Coréen. Puissance, détente et maitrise.

Cours dirigés par Franck DOMINE

• **Haidong Gumdo :** Lundi : 12h30 à 13h30 / Vendredi : 9h00 à 10h30 / 20h00 à 21h30 / Samedi : 10h00 à 11h15
• **Haidong Gumdo Enfants :** Mercredi : 15h15 à 16h15 / Samedi : 12h00 à 13h00

2 cours d'essais gratuit – cours tous niveaux - dojo entièrement rénové !

EUROPE LYON AIKIDO / Accès par le 88 rue Masséna / Lyon 6e — **04 78 35 35 23**

Anou Skan Une pratique vivante du mouvement

www.anouskan.fr

Cours hebdomadaires / Formations / Stages

- **DANSE CONTEMPORAINE :** 2 niveaux, mardi et jeudi de 19h00 à 20h30
- **ATELIERS DE GESTUELLE DU SENSIBLE :** Lundi de 19h00 à 21h00 (À l'année)
- **FORMATION "L'EXPÉRIENCE DU SENSIBLE" :** 6 week-ends de nov 2013 à juin 2014
- **DANSES CIRCULAIRES COLLECTIVES DE Grèce / Asie mineure :** 2 vendredis par mois de 19h à 20h30

Cartes de 4, 12 ou 30 cours (Tarifs dégressifs) / Réduction -26 ans et chercheurs d'emploi
Début des cours le 24 septembre 2013
Cours d'essai gratuit avant le 31 octobre 2013 / Parrainez vos amis (-15 %)

ANOU SKAN / 1 rue Sainte-Marie des Terreaux / Lyon 1er — **04 78 61 15 96 / 06 09 77 55 74**

Studio Tango Argentino

www.studiotangoargentino.com

Venez partager un tango populaire, inventif et joyeux

- **NIVEAU 1 (débutants) :** lundi et mardi 20h, mercredi 20h30, jeudi 12h30
- **NIVEAU 2 (Intermédiaire) :** mardi 21h et jeudi 19h
- **NIVEAU 3 (atelier de création) :** mercredi 19h

INITIATIONS GRATUITES :
Les samedis 14, 21 et 28 sept. à 18h30 / Le lundi 16 sept. à 20h / Le mardi 17 sept. à 20h / Les mercredis 11 et 18 sept. à 20h30

Début des cours le 23 septembre / **Adresse des salles sur www.studiotangoargentino.com**

STUDIO TANGO ARGENTINO / Lyon 1er & 6e / Métros Hôtel de Ville & Masséna — **06 63 13 72 94 / 04 78 24 40 94**

Association Théâtrale de Recherche et d'Expression

www.atrelyon.net

Rentrée le 16 septembre 2013.
Journées « Portes Ouvertes » les samedis 14 et 21 sept. 2013 de 14h à 18h à ATRE.

- **FELDENKRAIS :** Prise de conscience par le mouvement
lundi > 18h15/19h15 / vendredi > 11h30/12h30
- **Formation INTENSIVE DANSE** à la carte (plusieurs ateliers au choix)
- **STAGES** Week-ends en danse/Feldenkrais/théâtre/chant

Cours d'essai gratuit / Pass ATRE : réduction de 30% dès la 2e activité

- **ATELIERS DANSE CONTEMPORAINE**

Débutants : lundi > 19h30/21h / jeudi > 10h/11h30
Moyens : mardi > 19h30/21h
Avancés : vendredi > 12h30/14h
Création danse Moyens-Avancés : jeudi > 19h/21h

ATRE / 18 rue Joseph Serlin / Lyon 1er / atrelyon@sfr.fr — **04 78 29 12 49**

Move ' n' be

www.movenbe.fr

Écoutez la voix de votre corps, venez danser le Nia

Le Nia est un art du mouvement qui s'inspire de la danse, des arts martiaux et de la prise de conscience du corps.
Votre guide: la joie et le plaisir de bouger !

Les cours :
- Lundi - 19h30 - 20h30
- Mercredi - 19h30 - 20h30 et 20h30 - 21h30
- Vendredi - 12h30 - 13h30.
- Vendredi 18h - 19h15 (A l'école Afromundo, 53N rue Saint Pierre de Vaise, 69009 Lyon)

Journée Portes ouvertes au studio Gym Autrement
Le samedi 14 septembre à 14h
Reprise des cours le 16 septembre

MOVE ' N' BE / Studio Gym Autrement / 3 rue du Griffon / Lyon 1er / movenbelyon@gmail.com — **06 28 62 44 83**

6e Continent - Culture du monde

www.sixiemecontinent.net

Cours de danse

AFRICAINE / AFRO-CONTEMPORAINE / ORIENTALE / BOLLYWOOD / ZUMBA / DANSES FOLK

- Cours du lundi au jeudi
- Bar associatif, concerts, bals de quartier, expos, projos, soirées conte…

Semaine d'essai gratuit du 23 au 26 septembre 2013

6e CONTINENT / 51 rue Saint-Michel / Lyon 7e / danses@sixiemencontinent.net — **04 37 28 98 71 / 06 73 10 19 74**

Cours de Tango Argentin à Lyon

www.lyon.tangomonamour.com

Jusqu'au 20 septembre tous les cours à 2€ !

MARDI :
20h30 – 21h45 : Niveau intermédiaire

JEUDI :
19h30 - 20h45 : **Niveau DÉBUTANT**
20h45 - 22h00 : Niveau avancé

TANGO MON AMOUR / Gym autrement / 3 place du Griffon / Lyon 1er / lyon@tangomonamour.com — **06 81 84 13 69**

École de danse Rockamahjou

www.rockamahjou.com

Apprenez à danser et détendez-vous en toute simplicité et convivialité !

Inscriptions et renseignements de 18h à 20h

- Rock / Zumba / Salsa
- Danses de salon (Bachata, Merengue, Cha cha, Tango, Valse...) / Zumba ados / Country
- Soirées à thèmes, stages, location de salles

Tout cours d'essai est gratuit !

ROCKAMAHJOU / Mahjou Lefebvre / 34 rue de Bruxelles / Villeurbanne — 06 87 22 10 29

Scène Attitude Académie

www.sceneattitude.fr

Ayez la danse attitude!

PÉRIODE DÉCOUVERTE du 2 au 28 Septembre 2013

SALSA – BACHATA – KIZOMBA - WEST COAST SWING - ZUMBA
Cours / Stages / Soirées / Événements / Spectacles / Voyages

- **3 Sites à Lyon :** Villeurbanne / Lyon 7e / Lyon 1er

2€ le cours d'essai & 20€ le Full Pass* (uniquement sur le mois de Septembre)

SCÈNE ATTITUDE ACADÉMIE / 124 cours Emile Zola / Villeurbanne / Métro A / Arrêt République — 06 22 68 42 68

Faites le premier pas... Danses Loisirs...

www.danses-loisirs.fr

...vous apprend les suivants !

Rock – Boogie Woogie - Lindy - Balboa - Shag - Salsa - West Coast Swing
Tango - Paso - Valses - Fox trot - Slow fox - Samba - Cha cha - Rumba - Mambo - Madison

PLANNING, TARIFS, VIDEOS des différentes danses (consultable sur le site)

PORTES OUVERTES LE SAMEDI 21 SEPTEMBRE 2013 de 15h à 19h.

- Démos et initiations gratuites pour tous les visiteurs (horaires du programme sur le site)
- Semaine découverte du 23 au 27 Septembre inclus (tarif spécial à voir sur le site) et reprise des cours à partir du 23 Septembre.

DANSES LOISIRS / 54 route de Genas / Lyon 3e / contact@danses-loisirs.fr — 04 78 53 42 48 / 06 07 72 34 48

MultifaSkool – Studio Forme et danse

www.multifaskool.com

Nouveau Studio de Forme et Danse au cœur de Lyon.

- Un travail de qualité à échelle humaine dans un cadre unique.
- Du coaching adapté en cours collectif.
- Un accent mis sur la qualité des professeurs qui vous suivront tout au long de l'année.

Venez découvrir notre passion de la danse et nos compétences pour vous mettre en forme.
Venez tester la différence.

MULTIFASKOOL / 7 place des Terreaux / Lyon 1er / digicode 9571 / info@multifaskool.com — 0973 630 630

Clapolé Dance Center, danses, claquettes, forme

www.clapole.fr

Choisissez l'excellence pour entrer dans la danse

Aux pieds des Hôpitaux Est de Lyon, dans un lieu calme, neuf, clair, climatisé, miroirs, planchers, le centre vous accueille, ainsi que vos enfants dès 3 ans 1/2, pour vous faire pénétrer dans la magie de la danse et/ou de la remise en forme tout en douceur - cours particuliers, collectifs et stages :

- **Claquettes américaines et irlandaises 17h de cours/sem. 4 prof.**
- **Ateliers Jazz - Hip Hop – Orientale et Bollywood – Danse de salon**
- **PILATES – STRETCH - Eveil musical par la danse et les claquettes**

Nouveauté : GYM santé avec Kiné diplômé d'état – le mardi de 9h à 10h

CLAPOLÉ DANCE CENTER / 18 et 20 bis rue Pierre Bressat / Villeurbanne — 04 78 54 56 58 / 06 60 50 54 54

Les Subsistances

www.les-subs.com

Atelier de danse contemporaine

Corinne Garcia et Jeanne Vallauri, influencées par les différents chorégraphes rencontrés durant leurs parcours, animent cet atelier à partir de leurs expériences de la création. L'atelier s'appuie sur des propositions permettant aux participants de faire surgir un engagement personnel et de trouver une implication singulière dans le mouvement.

Ateliers d'essai gratuits : Mardi 5 novembre 2013 à 19h et à 20h15 (réservation obligatoire)

- **Ateliers Adultes (tous niveaux)**
Les mardis de novembre 2013 à juin 2014
De 19h30 à 22h

LES SUBSISTANCES / 8 bis, quai Saint-Vincent / Lyon 1eR — 04 78 39 10 02

Ecole de danse Zet & Serge Piers modern jazz

www.danse-lyon-piers.com

Zet et Serge PIERS Professeurs et pédagogues renommés (chorégraphes de comédies musicales, clips et shows TV...)

Accessible à tous, la Danse Jazz permet d'assouplir, de renforcer votre corps tout en découvrant une discipline authentique, pleine de joie de vivre !

Initiez-vous aux rythmes jazz, percussions, dance, techno, hip-hop, soul ! Différents niveaux (débutants, moyens, avancés, enfants à partir de 5 ans, ados et adultes) vous permettront de faire des progrès plus rapides.

Vous avez aimé les comédies musicales Chicago, Fame, West Side Story, Honey, Chorus Line...Vous adorerez découvrir la danse jazz !

ÉCOLE DE DANSE / 3 quai de la Pêcherie / Lyon 1er / Cours d'essai gratuit ! **04 78 39 00 70 / 06 86 41 58 60**

Ateliers Nia Marie-Pierre Molique

mariepmolique@yahoo.fr

Joie et plaisir du mouvement

Le Nia (Now I am) combine la danse, les arts martiaux et les techniques de conscience corporelle sur des chorégraphies en musique de 1h. Il permet de lâcher prise et développe la joie de vivre, la créativité et la confiance en soi.

Dès le 16 septembre, ateliers Nia adultes :
- Le lundi 12h30 (Lyon 4e)
- Le vendredi 18h30 (Lyon 1er)

Semaine découverte du 16 au 20 septembre : 5€ le cours

ATELIERS NIA / Marie-Pierre Molique / Lyon 1er et 4e / Métros Hôtel de Ville et Croix-Rousse **06 65 24 02 01**

Cie de danse Libertango

libertangolyon@gmail.com / libertango.unblog.fr

Enlacer. Écouter. Respirer. Se connecter. Improviser. Danser !

- Cours de Tango tous niveaux.
- Atelier de Tango le dimanche !
- Pratique dirigée de Tango argentin
- Création de spectacles

Soirées «Portes ouvertes» le lundi 16 sept. à partir de 19h au 11/13 rue Curie - Lyon 6e - Métro Brotteaux
Soirées «Portes ouvertes» le mardi 17 sept. à partir de 21h au 35 rue Pasteur - Lyon 7e - Métro Guillotière
Soirées «Portes ouvertes» le mercredi 18 sept. à partir de 21h au 35 rue Pasteur - Lyon 7e - Métro Guillotière

ACADÉMIE DE DANSE LYON 7 / 35 rue Pasteur / Lyon 7e **06 84 50 90 15 / 06 72 75 62 43**

Claquettes, Salsa... Compagnie Bob H Ekoto

www.salsahiptap.com

Venez rythmer votre vie !

Cours tous niveaux en matinée ou en soirée / Stages de salsa et claquettes durant l'année
CLAQUETTES / HIP HOP / STREET JAZZ / SALSA / BACHATA / CHA CHA CHA

Les points clés de cet enseignement : travail , rigueur , discipline, et technique… dans une ambiance chaleureuse !

Nouvelle session en janvier
Cours d'essai à 2€ du 16 au 27 septembre

CIE BOB H EKOTO / 39 bis rue Flachet / Lyon et Villeurbanne / ciebobhekoto@aol.com **06 20 21 09 37**

Al Andalus Flamenco Danse

www.spectacle-flamenco.com

En plein coeur du centre ville de Lyon, l'école vous accueille dans une ambiance andalouse pleine de convivialité.

Au coeur du centre historique du Vieux Lyon, sur les quais de Saône, vous pourrez également profiter des bars et restos tout autours, avant et après les cours.

SEVILLANAS / RUMBA / FLAMENCO

Cours d'essai gratuit / Tous niveaux - Tous âges

INSCRIPTION TOUTE L'ANNÉE

AL ANDALUS / 45 rue Saint Georges / Lyon 5e / alandalusflamenco@yahoo.fr **06 13 83 93 67**

Danse orientale avec Amel

www.danseuseamel.com

La danseuse orientale Amel vous fait partager sa passion

- **MARDI :** 20h30 à 21h15 (débutantes & intermédiaire) - Arts en Scène 11 rue Mazagran, Lyon 7e
- **MERCREDI :** 15h00 à 16h30 (pré-ados et ados) - Centre Social d' Ecully - 04 78 33 43 92
- **MERCREDI :**18h30 (débutantes) / 19h30 (intermédiaire) - Centre Social de Parilly - 04 78 76 41 48
- **JEUDI :** 18h30 à 19h30 (débutantes) 19h3O à 20h30 (intermédiaires) - Centre Social Ferrandière - 04 78 68 27 70
- **VENDREDI :** 18h30 à 20h45 (débutantes) Centre Social Pernon 87 rue Hénon, Lyon 4e - 04 78 29 90 44
  20h à 21h (intermédiaire/avancée) Centre Social Grande Côte - 04 78 28 46 77

TOUTE L'ANNÉE : COURS PARTICULIERS ET STAGES PENDANT LES VACANCES SCOLAIRES

AMEL / Contact : Manolo / danseuseamel@sfr.fr **06 49 21 16 73**

Centre de danse Bengasini

contact@bengasinidanse.com / *www.bengasinidanse.com*

Choisissez l'excellence pour entrer dans la danse

Enfants / Ados / Adultes / Seniors / Professionnels / Loisirs et Compétitions
Choisir le centre de danse Bengasini, c'est l'assurance de bénéficier de cours dispensés par des professeurs diplômés et de pouvoir progresser à votre rythme. Avec le centre de danses Bengasini, la danse loisir devient un vrai plaisir !

DANSES DE SALON : Valse, Tango, Paso / DANSES CARAÏBES : Salsa, Merengué, Bachata, Chacha, Hot latino, Zumba, Kizomba
DANSE ROCK : Swing, Boogie, Lindy, West coast swing / MODERN'JAZZ, Claquettes, Showdance, Street danse, Hip-hop
TANGO ARGENTINO, Vals & Milonga / Country, Danses en ligne

Ouvert du lundi au samedi de 10h à 21h / Portes ouvertes de 14h à 18h : Samedi 7-14-21-28 septembre / Mercredi 4-11-18-25 septembre

CENTRE DE DANSE BENGASINI / 5 rue Confort / Lyon 2e / Métro Bellecour / Parking République — **04 78 42 48 18**

Centre AfroMundo

www.afromundo.fr

Envie d'ailleurs et de nouveauté ? Envie de danser autrement ? Le Centre AfroMundo est fait pour vous ! Retrouvez toutes les des danses d'origine afro dans un lieu unique !

COURS DE DANSES HEBDOMADAIRES ET STAGES - ADULTES ET ENFANTS
- AFRIQUE : Danses africaines traditionnelles, Afro-contemporain, Dundun Danse
- CARAIBES : Salsa, Ragga, Danses Afro-cubaines, Bèlè
- AMERIQUES : Danses afro-brésiliennes, Hip-Hop, Zumba, Capoeira, Samba
- FORME & BIEN ETRE : Zumba, Kundalini Yoga, Nia, Afro-Ryhtm'

Cours d'essai à 2€ du 23 au 27 septembre - sans réservation (venir sur place)

CENTRE AFROMUNDO / 53-0 rue Saint-Pierre de Vaise / Lyon 9e / contact@afromundo.fr — **09 50 18 73 64**

Lyon Langues

www.lyon-langues.com

Cours de langue et culture

Un enseignement assuré par des professeurs natifs et diplômés en **JAPONAIS, CORÉEN, ESPAGNOL, PORTUGAIS et ANGLAIS.**

- Des cours aussi bien en semaine que le week-end
- Une situation privilégiée en plein coeur de Lyon

• **Le PLUS Lyon Langues :** Rencontrez tous les jours les étudiants étrangers d'Inflexyon dont vous apprenez la langue pour des échanges culturels et linguistiques.
Une expérience interculturelle unique !

PORTES OUVERTES LE 14 SEPTEMBRE DE 13 À 18H !

LYON LANGUES / 10 rue René Leynaud / Lyon 1er / contact@lyon-langues.com — **04 78 72 24 81**

UNIVERSITÉ LUMIÈRE LYON 2
UNIVERSITÉ DE LYON

Formation Continue LESLA

http://lesla.univ-lyon2.fr

Des formations adaptées à vos besoins

- DAEU - A (diplôme national équivalent du baccalauréat)
- Préparation aux concours d'orthophonistes, infirmières (IFSI)
  Assistantes sociales, éducateurs (spécialisés, jeunes enfants)
- Concours administratifs :
  Note de synthèse, culture générale, droit...

FORMATION CONTINUE LESLA / 86 rue Pasteur / Lyon 7e — **04 78 58 26 53**

Cours d'italien

www.ccielyon.com

Votre référence pour l'Italien langue vivante et de spécialité

JOURNÉES PORTES OUVERTES les 12-13-14 SEPTEMBRE dans nos salles : 1 rue St. Exupéry - Lyon 2e à côté de la Place Bellecour !
Des formations pour tous, particuliers, étudiants, professionnels, débutants ou confirmés, en soirée ou journée

- Langue vivante tous niveaux (cours annuels, trimestriels, semestriels stages et ATELIERS)
- Formations diplômantes en commercial et / ou juridique
- Formations à la carte pour entreprises
- "CELI" Certificat d'italien de l' "Università per Stranieri di Perugia"
- "DILS" Certificat pour l'enseignement de l'italien langue étrangère de l' "Università per Stranieri di Perugia"
- Séjours linguistiques en Italie

Inscriptions (cours collectifs) jusqu'au 4 octobre / Possibilité formation continue

C.C.I.L FORMATION / 8 rue Joseph Serlin / Lyon 1er / s.linguistique@ccielyon.com — **04 72 00 32 47**

Goethe-Institut lyon

www.goethe.de/lyon

L'allemand, à vous de jouer !

À PARTIR DU 7 OCTOBRE 2013
- Cours tous niveaux adultes (possibilité DIF)
- Cours pour enfants (débutants ou bilingues), scolaires et étudiants

Cours intensifs pour scolaires et classes préparatoires du 28 au 31 octobre

Journées portes ouvertes le 27 septembre à partir de 15h

GOETHE-INSTITUT / 18 rue François Dauphin / Lyon 2e / cours@lyon.goethe.org — **04 72 77 08 90**

Du bout des baguettes

http://o.hashi.free.fr

Une école pour apprendre le japonais

- Cours collectifs / Cours particuliers (ponctuels ou formules cours intensifs) donnés par un professeur d'origine japonaise
- Formule cours particuliers : 10h intensifs
- Cours pour tout âge et également enfants et adolescents
- Cours toute la semaine du lundi au samedi
- Formation professionnelle (DIF) – Interventions en entreprise
- Découverte de la culture japonaise : calligraphie, cuisine, origami, furoshiki
- Des outils pour tester ses connaissances syllabaires japonaises

RENTRÉE LE 1er OCTOBRE

DU BOUT DES BAGUETTES / 3 gde rue des Feuillants / Lyon 1er / o.hashi@free.fr — 04 72 73 23 01 / 06 50 00 61 21

Cours d'anglais par le théâtre

markalexander.school@free.fr

Mark Alexander School© Progressez en Anglais en vous amusant !!

Cours tous niveaux pour enfants, adolescents et adultes.
SKETCHS COMIQUES / ACTIVITÉS LUDIQUES / JEUX DE RÔLE
IMPROVISATIONS / RÉALISATION D'UN SPECTACLE 2 FOIS PAR AN
Inscrivez-vous vite !

Cours dispensés dans une salle de spectacle
Nouvelle session le 25 septembre

THÉÂTRE DES VORACES / 9 place Colbert / Lyon 1er — 06 61 20 35 18

Institut Culturel Italien de Lyon

www.iiclione.esteri.it

Cours de langue tous niveaux et thématiques – Ateliers – Formation professionnelle

- Bureau culturel du Consulat Général d'Italie à Lyon et du Ministère Italien des Affaires Etrangères
- Enseignants de langue maternelle italienne qualifiés
- Seul centre d'examen habilité dans la Région Rhône-Alpes pour la certification de la langue italienne (Diplôme CELI, délivré par l'Université pour Etrangers de Perugia)

Activités culturelles : théâtre, concerts, conférences, etc.
Bibliothèque d'environ 6000 volumes, médiathèque d'environ 400 titres

INSTITUT CULTUREL ITALIEN / 45 rue de la Bourse / Lyon 2e / secretariat.iiclyon@esteri.it — 04 78 42 13 84

le Pavillon rouge des Arts

www.lepavillonrougedesarts.com

Cours de chinois par le théâtre

Au théâtre des Asphodèles dans le 3e arrondissement, entre salle de cours et salle de spectacle, ces cours vous permettront d'acquérir les bases pour vous aider à être autonome en Chine. Notre équipe de formateurs chinois vous apprendra la prononciation, les caractères, les points de grammaire de la langue, mais aussi les codes et les manières de s'exprimer et d'agir en Chine par le biais de jeu de rôle.

- **Cours adultes et enfants, débutants ou intermédiaires**
- **Ces cours ne requièrent pas de connaissance en théâtre**

Début des cours le 30 septembre

LE PAVILLON ROUGE DES ARTS / 17 bis impasse Saint-Eusèbe / Lyon 3e — 06 26 36 66 60

Berlitz

www.berlitz.fr

Mini groupes de 3 en anglais

SHARE
30 heures : extensif généraliste sur 1 trimestre

RELAY
30 heures : intensif généraliste sur 4 jours

BUSINESS EXPRESS (jusqu'à 5 stagiaires)
15 heures: anglais-métier sur 2 jours

BERLITZ / Lyon Part-Dieu / Porte de Lyon / Saint-Étienne / Grenoble — 04 72 35 02 34

Formation Continue Langues

formationcontinuelangues.infos@univ-lyon2.fr

Apprenez des langues étrangères

Allemand, anglais, arabe, espagnol, italien, polonais, portugais, russe, ukrainien

Journées à thèmes sur demande
En anglais, espagnol ou russe

Formations spécialisées pour établissements publics et entreprises
Renseignements et inscriptions dès le 2 septembre

Début des cours en octobre.

UNIVERSITÉ LUMIÈRE LYON 2 / 86 Rue Pasteur / Lyon 7e / Tram T2 : Centre Berthelot — 04 78 69 74 70

Le chinois maintenant à votre portée !

aafc.lyon@wanadoo.fr

Cours de chinois :

De débutant à confirmé pour adultes, étudiants et adolescents

- Préparation au HSK
- Formation continue
- Formation à la carte en entreprise
- Travail en petits groupes de 4 à 10 personnes
- Cours d'essai gratuit
- Cours de peinture chinoise
- Echanges culturels et linguistiques avec des étudiants chinois de Lyon
- Conférences

Rencontrez-nous le 18 Septembre 2013, de 18h à 21h, au 233 rue Vendôme
Reprise des cours le 30 Septembre 2013

AAFC / Espace Associatif du Château Sans-Souci / 36 avenue Lacassagne / Lyon 3e — **06 33 24 22 27**

Instituto Cervantes

www.lyon.cervantes.es

Une fenêtre sur la langue et la culture hispanique

- **Cours généraux d'espagnol – 1ère session 2013/2014**
Inscriptions adultes et enfants jusqu'au 18 septembre
- **DELE (Diplôme d'Espagnol Langue Etrangère)**
Prochain examen les 22 et 23 novembre 2013 (inscriptions du 16/09 au 18/10)
- **Journées européennes du patrimoine :** Ouverture exceptionnelle le 14 septembre

Bus C20 (Bellecour) et C19, C21, 46, 49, 55 (Perrache)

INSTITUTO CERVANTES / 58 montée de Choulans / Lyon 5e / matriclyo@cervantes.es — **04 78 38 72 41**

Institut de langue et de culture portugaise

www.ilcp.fr

Institut de Langue et de Culture Portugaises depuis 1989

Apprenez rapidement le Portugais du Portugal et du Brésil

- NIVEAUX : DÉBUTANT À EXPÉRIMENTÉ
- ENFANTS, ADULTES, ENTREPRISES

Portes ouvertes le samedi 14 septembre 2013 de 10h à 18h

ILCP / 7 rue Curie / Lyon 6e — **04 78 933 888**

Langues du Monde

www.kotopo.net

Depuis 1999, l'expérience de la diversité linguistique

Allemand, espagnol, anglais, arabe, catalan, chinois, espéranto, hindi, russe, japonais, portugais, grec, persan, italien, langue des signes, serbe...
30 langues en cours hebdomadaires.

A l'année ou au semestre – petits groupes – différents niveaux.
Enseignants de langue maternelle. Cours collectifs ou individuels.
DIF – Formations à la carte pour associations et entreprises
Bibliothèque – programmation culturelle (concerts, expos, débats, conférences, projections, etc).

Mais aussi : rencontres linguistiques gratuites avec des natifs, cours intensifs, cours enfants, calligraphie.

ASSOCIATION 1001 LANGUES KOTOPO / 14 rue Leynaud / Lyon 1er / kotopo@freesurf.fr — **04 72 07 75 49**

COURS DE JAPONAIS à l'Espace Lyon-Japon

www.espacelyonjapon.com

Le centre linguistique et culturel japonais du Grand Lyon

Journée portes ouvertes : Samedi 14 septembre de 10h à 19h

- Tous niveaux – Cours collectifs ou individuels – Formation professionnelle (DIF)
- Toute l'année en journée, soir ou samedi – Stages intensifs – Préparation au JLPT
- Cours pour les enfants (7-11 ans) – Préparation au BAC de Japonais LV3
- Préparation au voyage : linguistique et interculturelle
- Activités culturelles : Cuisine, Calligraphie, Origami, Ikebana, Furoshiki, Dessin Manga...

Inscriptions ouvertes – démarrage toute l'année

ESPACE LYON-JAPON / 16, rue Bellecombe / Lyon 6e / info@espacelyonjapon.com — **09 54 82 12 72**

Formation Appliquée Continue

www.univ-lyon3.fr/fr/formation/formation-continue/

Pour tout public, salarié ou non salarié

- **Nombreuses langues enseignées**
- **Formations culturelles :** Histoire de l'art, musique, histoire, civilisations étrangères, sciences humaines…
- **Bureautique**
- **Préparation au DAEU**, Lyon et Bourg-en-Bresse, option A
- **Améliorer votre français**, en vue de la certification Voltaire

UNIVERSITÉ LYON 3 F.A.C. / 15 quai Claude Bernard / Lyon 7e / fac@univ-lyon3.fr — **04 78 78 70 48**

François Tramoy : Cours de Guitare et de chant

f.tramoy@neuf.fr

Cours Collectifs ou Individuels de Guitare et/ou de Chant en Flamenco, Blues, Folk, Chanson française...

Nos ateliers se réunissent chaque semaine sur les pentes de la Croix-Rousse pour pratiquer le chant et/ou la guitare dans une ambiance conviviale et se produisent plusieurs fois par an sur des scènes locales.

- Ateliers collectifs de Chant Flamenco (lundis et mercredis soir)
- Ateliers collectifs de Chant/guitare (mardis soir)
- Cours Individuels (horaires à définir)
- **Tous Niveaux – Tous ages**

FRANÇOIS TRAMOY / Association Pégna des Pentes / 31 rue Royale / Lyon 1er — **06 88 71 04 75**

Centre de la voix Rhône-Alpes

www.centredelavoix.com

Reprise des cours à partir du lundi 16 septembre

- **Cours :** individuels et collectifs
- **Public :** enfants, adolescents, adultes, amateurs et professionnels
- Chant, travail corporel, théâtre, pianistes accompagnateurs, ensemble vocal
- Stages en été / Classes de maîtres, formations de formateurs

Réunion d'information : Jeudi 12 septembre à 19h

CENTRE DE LA VOIX / 24 av. Joannes Masset / Lyon 9e / info@centredelavoix.com — **04 72 19 40 93**

Skull of Rock

www.skullofrock.net

Cours de guitare, chant, basse, batterie

L'école SKULL OF ROCK propose des cours de : GUITARE (électrique et folk),CHANT, BASSE, BATTERIE

Des concerts et des enregistrements sont régulièrement mis en place au cours de l'année permettant aux débutants de découvrir l'univers du live et du studio ou pour les plus avancés de se perfectionner.

SKULL OF ROCK / 7 quai André Lassagne / Lyon 1er/ Métro Hôtel de Ville - Croix Paquet — **06 23 28 68 99**

Froggy art

www.froggyart.com

Espace de Créations et de Découvertes Artistiques pour toute la Famille !

Cours dirigés par des professionnels de l'image.

FROGGY ART : LUN ou MAR 19h à 21h / **FROGGY COLORS :** MER 19h à 21h / **PORTRAIT :** LUN 14h à 16h30
AQUARELLE : MER 10h à 12h **DESSIN :** VEN 10h à 12h / **PEINTURE :** VEN 14h à 16h30 / **TÉTARD** (enfants dès 6 ans) : MER 14h à 15h30
FROGGY KIDS (ados dès 11 ans) **:** MER 16h à 17h30 / **BD/MANGA :** MAR 17h30 à 19h ou MER 16h à 17h30
MODELAGE : LUN 9h30 à 12h & JEU 14h à 16h30 / **EXPRESSION LIBRE :** LUN & JEU 10h à 12h & MAR 14h à 16h30
ILLUSTRATION : JEU 19h à 21h ou VEN 14h à 16h30 / **BD :** VEN 18h à 20h / **MANGA :** MAR ou MER 19h à 21h (1 fois par mois)
CROQUIS : SAM 10h à 13h / **MODÈLE VIVANT :** SAM 15h à 18h ou DIM 10h à 12h / **STYLISME :** SAM 9h à 13h
Journée Portes ouvertes le 14 septembre 2013 de 10h à 18h / 1 semaine d'essai - Cours tous niveaux - Inscription possible toute l'année.

FROGGY ART / 126 rue Boileau / Lyon 6e / 84 rue Léon Jouhaux / Lyon 3e — **09 52 910 900 / 06 84 600 239**

Ateliers Terreaux de Terre et Feu

www.terre-et-feu.com

Ateliers libres - Ateliers dirigés - Loisir et Formation

- **ADULTES :** Initiation, perfectionnement en journée ou soirée
  PEINTURE, DESSIN / ILLUSTRATION / HISTOIRE DE L'ART
  SCULPTURE / MODÈLE VIVANT / ARTS DÉCORATIFS : CÉRAMIQUE ou PEINTURE TROMPE L'OEIL
- **DÈS 5 ANS :** ART SCHOOL : éveil artistique tout en anglais.
- **ADOS :** Univers BD-Mangas (après les cours) / Sculpture (mercredi matin)

Cours d'essai gratuit

ATELIERS TERREAUX / 2 rue Sainte-Marie des Terreaux / Lyon 1er — **04 78 27 21 02 / 06 60 12 87 94**

Ateliers d' Actions Artistiques

www.atelier-aaa.com

Peinture, dessin, recherche, histoire de l'art / Organisation Didier Jas

- 30 ans d'expérience - Tout public, adultes et enfants
- Découverte de l'art par une pratique et un regard
- Ouvert à tous, sans besoin de formation préalable
- Ateliers hebdomadaires / Stages et week-ends

Inscriptions et ateliers d'essais sur rendez-vous.

NOUVELLES ADRESSES DES COURS :

- **Croix-Rousse :** 36 rue Coste 69300 Caluire
  Métro C Cuire Bus C1, C13, 33, 38, 55.
- **Lyon Centre :** rue A. Comte 69002 Lyon
  Ligne A, métro Bellecour

ATELIER D' ACTIONS ARTISTIQUES / Siège social / Courriers : 3 bis rue Tarentaise / Caluire — **06 74 87 50 78**

Ali Ati : Cours de Couture

www.ali-ati.com

En groupe - débutants et perfectionnement

- Horaires : lundi 18h-20h, mercredi 18h-12h, 20h–22h, samedi 10h-12h
- Ados : mercredi 14h-16h
- Matériel fourni sur place (machines a coudre, surjeteuses...)

Inscription à l'année ou à la carte
Début de l'activité la 1ère semaine d'octobre
Cours d'essai en septembre

ALI ATI / 75 montée de la Grande Côte / Lyon 1er / rosalie@ali-ati.com — **06 33 88 35 48**

ALEPH-Écriture

www.aleph-ecriture.fr

L'écriture de création

Aleph-Écriture est un centre de formation professionnelle, qui se consacre à la médiation littéraire et à l'accompagnement des écritures : plus de 25 ans d'expérience, une constante exigence de qualité, une équipe d'intervenants confirmés.

PORTES OUVERTES
Samedi 28 septembre 2013 de 11h à 18h
Entrée libre, séances gratuites d'atelier d'écriture

Toutes nos activités peuvent être prises dans le cadre de la formation permanente ainsi qu'au titre d'un congé individuel de formation (CIF)ou du droit individuel à la formation (DIF)

Vous préférez venir à un autre moment ?
Nous vous proposons 3 séances de découverte
- vendredi 20 septembre de 10h à 13h
- ou lundi 23 septembre de 19h à 22h
- ou samedi 19 octobre de 10h à 17h

ALEPH-ÉCRITURE / 12 bis rue Aimé Collomb / Lyon 3e / Métro Guillotière / Tram T1 arrêt Liberté — **04 78 78 70 48**

Froggy art

www.froggyart.com

Cinéma, photo, et culture numérique pour toute la famille !

Cours dirigés par des professionnels de l'image.

- **DESSIN ANIMÉ :** SAM 9h à 13h (1 fois par mois)
- **CINÉMA / SCÉNARIO :** JEU 19h à 21h
- **SCÉNARIO :** VEN 12h30 à 13h30
- **INFOGRAPHIE :** VEN 10h à 12h ou (1 fois par mois) SAM 14h à 18h
- **INFOGRAPHIE 3D :** SAM 9h à 13h (1 fois par mois)
- **PHOTO :** LUN 14h à 16h30 ou (1 fois par mois) SAM 14h à 18h
- ENFANTS & ADOS : **PHOTOS :** JEU 17h30 à 19h

Journée Portes ouvertes le 14 septembre 2013 de 10h à 18h.
1 semaine d'essai - Cours tous niveaux - Inscription possible toute l'année.

FROGGY ART / 84 rue Léon Jouhaux / Lyon 3e / Métro Garibaldi — **09 52 910 900 / 06 84 600 239**

Espace 6 MJC

www.espace6mjc.fr

Des ateliers pour tous les goûts.

- **Ateliers adultes :**

ATELIERS D'ÉCRITURE / LANGUE ETRANGERE : anglais, russe, arabe
ATELIERS BIEN ETRE : Zumba, Yoga, remise en forme, sophrologie, pilâtes, gym stretch, gym douce, stretching détente

- **Ateliers enfants / ados :** Ateliers ludiques autour du livre, ateliers créatifs, échecs, théâtre, capoeira, cirque, guitare, gym ludique
- **Sport ados :** Rugby (NOUVEAU), capoeira, kickboxing

Toutes nos autres activités sont à découvrir sur notre site internet.

Espace 6 MJC / 100 rue Boileau / Lyon 6e / Métro Masséna — **04 72 74 27 41**

Association les amis de Nabis

www.cours-dessin-peinture-lyon.com

Cours tous niveaux et tous âges de 7 à 77 ans...

Du lundi au samedi en journée et soirée / Stages vacances scolaires

- Dessin - Peinture (toutes techniques) - Modèle vivant
- Bande dessinée - Illustration
- Encadrement - Patine sur meuble
- Modelage

Cours d'essai gratuit

GALERIE DES NABIS / 8, cours Aristide Briand / Caluire / lesnabis@free.fr / Bus C5, 9 et 38 — **04 78 08 21 07**

Raconte Voir

www.racontevoir.fr

Réalisation d'un album illustré

Vous avez une histoire à raconter ? Vous rêver de l'illustrer et d'en faire un vrai livre ?
Mireille D'Allancé, auteur-illustratrice professionnelle, vous accompagne dans la réalisation d'un album en 21 pages couleur, relié et cartonné, dont VOUS serez l'auteur et l'illustrateur.

- Atelier de 4 personnes maximum. Inscriptions ouvertes dès maintenant
- DÉROULEMENT : 4 sessions de 2 jours ou 6 soirées
- Prochaine session dès septembre
- **Possibilité de prise en charge par votre employeur (DIF)**

RACONTE VOIR / Lyon 7e Jean Macé — **06 14 36 56 92**

PARAGRAPHE
ÉCRITURE & LECTURE

Dans ses ateliers, Paragraphe vous propose de vivre l'expérience de l'écriture.

Vous avez le désir d'écrire ?

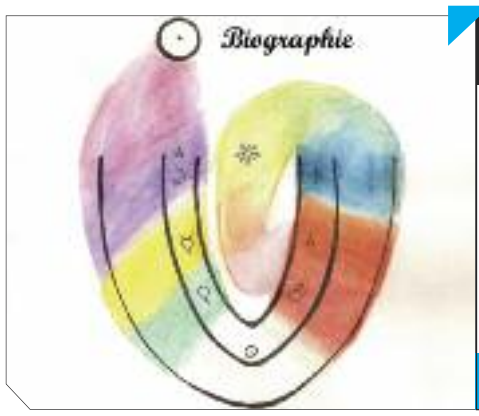
www.ateliers-paragraphe.com

Créativité, exigence, travail sur la langue sont mis en œuvre dans les ateliers d'écriture, de lecture et de mise en voix.

• Trouver votre voix, révéler vos potentiels, les mettre en œuvre.
• Partager le travail d'écriture : lire les textes, en repérer les forces, les faiblesses, modeler la langue, aller vers le meilleur de votre texte grâce aux échanges dans le groupe.
• Nourrir et enrichir l'écriture par la lecture. Explorer le contenu d'un texte, en apprécier la justesse, en capter le rythme.

Journées Portes Ouvertes : Vendredi 13 sept. de 16h à 20h / Samedi 14 sept. de 11h30 à 17h30 : Ateliers Découverte gratuits
Atelier Découverte gratuit : Samedi 21 septembre de 14h30 à 16h

PARAGRAPHE / 7 rue Major Martin / Lyon 1er / contact@ateliers-paragraphe.com — **04 72 07 61 36**



Atelier Biographique « Prendre conscience »

www.cabinet-psychotherapie-lyon.fr

Posons un regard bienveillant sur notre vie pour en trouver le dynamisme et nous permettre de nous positionner plus justement face à ce qui vient à nous.

Revisiter sa propre biographie permet de prendre du recul et d'approcher du sens, dans le respect de son individualité.
Les participants explorent leur propre biographie et construisent leur carte de vie. Ces exercices peuvent être une aide pour un travail personnel d'écriture. Ce regard profond sur notre chemin est une opportunité pour un accès à une meilleure connaissance de soi.

Ateliers pour adultes en petits groupe mensuels,
le mardi de 19h à 21h ou le jeudi de 9h30 à 11h30.
Premières séances le mardi 1/10/13 à 19h
ou le jeudi 10/10/13 à 9h30.
Uniquement sur inscription : psy.raymond@gmail.com

SIMONE RAYMOND / Accompagnante biographique / 30, rue Antoine Charial / Lyon 3e — **06 89 31 20 39**

YOGAMA
Yoga à la Croix-Rousse

Yoga à la Croix-Rousse

www.yogama.fr / aurelie.yoga@yogama.org

Pour se relâcher, respirer librement, évacuer le stress et les tensions, s'apaiser

Yogama, créée par Aurélie Caudullo en 2007, est une école de Yoga installée à la Croix-Rousse, qui propose des cours collectifs, des cours individuels, des stages et des ateliers.

• **Cours pour tous :** en journée et en soirée, débutants ou confirmés
• **Cours spécifiques :** yoga prénatal, yoga maman bébé
• **Stages et ateliers en week-end :** gestion du stress, la respiration, l'instant présent, relaxation

COURS POUR TOUS : SÉANCE DÉCOUVERTE À 8 euros YOGA ET MATERNITÉ : SÉANCE DÉCOUVERTE à 12 euros

YOGAMA / Salles de cours à La Croix Rousse à LYON 1er et LYON 4e — **04 78 72 76 58 / 06 15 09 20 41**

Gestion du stress

www.sophrologie-lyon-ecoute.com

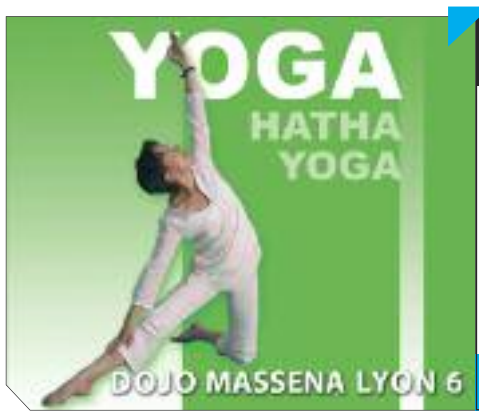
Accompagnement à la gestion du stress et du « mieux être ».

Ce cours vous propose une halte dans le rythme stressant de votre quotidien, **un temps pour se poser**, pour évacuer les tensions ; puis repartir ressourcé, équilibré. La sophrologie, les étirements doux de yoga, le Feldenkraïs, des exercices respiratoires et d'imagerie positive sont des moyens privilégiés pour maintenir une hygiène nerveuse, et aborder les défis de votre vie avec plus **de recul et de sérénité**.

• Cours hebdomadaires collectifs (36 cours durée 1h15) - Tarif:160€/trimestre - 280€/l'année.
• 10€ d'adhésion à l'association - moins 30% demandeurs d'emplois, 25% étudiants et couples.

Cours d'essai gratuit toute l'année sur réservation --- Reprise des cours le 19 septembre

ASSOCIATION CORPS ENERGIE / 11-13 rue Curie - Salle du 6e / Lyon 6e — **04 78 27 37 75 / 06 70 45 39 58**



Yoga

www.dojolyon.fr

Écoute du corps. Gestion du stress. Connaissance de soi.

Cours dirigés par Jeanne LEBEURRE & Claudine LEGUEN

Hatha Yoga :
• Lundi : 9h00 à 10h15 / 17h15 à 18h30 / 18h00 à 19h00 /19h00 à 20h00
• Mardi : 12h15 à 13h15 / Mercredi : 19h00 à 20h15 / 20h15 à 21h15
• Jeudi : 9h00 à 10h00 / 17h00 à 18h00 / 19h00 à 20h00 / 20h00 à 21h15
• Vendredi : 12h30 à 13h30 / 18h00 à 19h00
• Samedi : 9h30 à 10h45 / 10h45 à 11h45

1 semaine d'essais – cours tous niveaux – dojo entièrement rénové !

Yoga Nidra :
• Mardi : 17h00 à 18h00
• Jeudi : 18h00 à 19h00
• Vendredi : 17h00 à 18h00

Yoga Enfants :
• Mercredi : 14h00 à 15h00

Yoga Adapté :
• Lundi : 10h30 à 11h30
• Jeudi : 10h30 à 11h30
• Vendredi : 11h00 à 12h00

EUROPE LYON AIKIDO / Accès par le 88 rue Masséna / Lyon 6e — **04 78 35 35 23**

Taï Chi Chuan - Chi Kong

itcca@sfr.fr

Association Internationale de Tai Chi Chuan
Style Yang d'origine

• **Cours - Week-ends - Formations**
• **Cours matin - midi - soir - Lyon Presqu'île**

Responsable Européen : Maître Chu King Hung
Responsable Rhône : JP Cayrol

ITCCA / 29 chemin des Fonts / 69110 Sainte Foy Lès Lyon — **04 78 59 47 70**

Conscience et écoute de l'Être

http://relaxation-lyon-michel-sarunac.e-monsite.com

Méditation Gratuite 2 fois par semaine

- **Méditation guidée** de 45 min : Mardi 20 h (adultes) + Samedi 11 h (adultes et enfants)
- **Relaxation corporelle** de 1 h 30 : Mercredi et Jeudi 19 h ou 20 h (adultes) + Mercredi 15 h (enfants) + Jeudi 15 h (retraités)
- **Massage Sacré + massage énergétique :** Soin en RDV individuel
- **Massage à 10 mains :** Travail en groupes de 6 adultes
- **Apprendre à masser le dos :** Travail en groupes de 6 adultes
- **Groupe de parole** authentique pour Hommes et Femmes : 1 fois par mois – 12 personnes

MICHEL SARUNAC SOINS CORPORELS / 9 Rue Etienne Rognon / Lyon 7e — **04 69 70 48 89 / 06 99 29 80 19**

Biodanza - La danse de la vie

http://caminando-biodanza.jimdo.com

Danser, bouger, retrouver son mouvement naturel, la Biodanza est un chemin de transformation par la danse.

Sans chorégraphie ni performance, la Biodanza libère la joie de vivre, augmente la confiance et l'estime de soi.
Elle réactive nos forces de vie, de créativité par la rencontre authentique avec soi, avec les autres et avec le monde.

Les jeudis 2Oh/22h - à partir du 12 septembre

Séance découverte gratuite toute l'année, sur réservation - Ouvert à tous, il n'est pas nécessaire de savoir danser

ASSOCIATION CAMINANDO / 43, rue des Hérideaux / Lyon 8e — **04 78 87 08 11 / 06 83 26 10 40**

Centre Yang ChengFu Lyon Tai Chi Chuan

www.okinawa-shaolin.com

Yang Family : Tradition et Modernité - Professeurs diplômés

- **Rechercher l'harmonie entre corps et esprit** en travaillant l'équilibre, l'enracinement, le calme, la souplesse
- **Pratiquer le Tuishou** (travail à deux) avec les applications martiales.
- **Se perfectionner avec les armes** épée, sabre, bâton

Cours tous les jours de 9h à 20h par petits groupes de niveau
Cycle week-end de septembre à juin / Stage à la Pentecôte / Voyage en Chine

CENTRE YANG CHENGFU LYON TAI CHI / 110 quai Pierre Scize / Lyon 5e — **04 72 00 20 27**

Un temps pour soi

Découvrez la sophrologie

bbellego@gmail.com

Cabinet de sophrologie à la Croix-Rousse

Pour apprendre à gérer votre stress, améliorer votre sommeil
Préparer sereinement un événement
Renforcer votre sérénité au quotidien.

Séances individuelles, en groupe, et ateliers thématiques.

Portes ouvertes : Samedi 21 septembre de 10h à 14h
Inscriptions et renseignements par téléphone et par email

Brigitte Bellégo / Sophrologue / 8 rue du Pavillon / Lyon 4e — **04 78 91 87 22 / 06 86 46 91 63**

Tai Chi, Chi Kong et Massage chi nei tsang

www.tiindeyan.com

Pratiques traditionnelles développant l'équilibre et l'harmonie, l'écoute et la force intérieure du corps et de l'esprit

Portes ouvertes : 21 septembre 10h-12h : Chi kong / Taï chi. 13h-14h : Massage Chi nei tsang.
Séances et cours d'essai pendant l'année, le mardi 9h-10h / 19h-20h, le mercredi 19h-20h, 20h-21h, le jeudi 9h-10h / 12h30-13h30 / 19h-20h

- Qi kong & tai chi approfondis : expérimentation et prise de conscience des mouvements et différents plans énergétiques subtiles.
- Massage de chi nei tsang est en complémentarité de formations de MTC.
- Chi kong Taoïste Etoile polaire grand ourse
- Méditation « sciences de l'esprit » Mercredi soir 20h à 21h

CENTRE TIIN AZUR / 3 place Croix Paquet / Lyon 1er / tiindeyan@hotmail.fr — **04 72 26 50 05 / 06 62 52 87 82**

Shiatsu, Do In, Do Ki, Réflexologie, Relaxation

www.zeneqilibre.net

Reprenez-vous en main ! Cours et Formations Certifiantes :

- Le Shiatsu est une technique énergétique de digipression Japonaise. Le Shiatsu se pratique à deux et utilise les mêmes trajets que l'acupuncture afin de régulariser l'énergie vitale et produire de la détente ; c'est une pratique préventive de santé et de bien-être.
- Le Doln se pratique seul ; lié à la respiration, il intègre des étirements et la stimulation manuelle de points spécifiques.
- Le DoKi est une technique apparentée au «Magnétisme» afin d'agir positivement sur ses déséquilibres et ceux des autres.
- La Réflexologie génère le bien-être par le massage de zones et de points réflexes sur les pieds, les mains.
- La Relaxation guidée : Lâcher prise et gestion du stress (Sophronisation, Psycho dynamique alpha, Autohypnose…)

Lundi / Réflexologie : 18h / Doln : 19h / Shiatsu : 20h à 22h
«A corps et Accord» / 61 Cours de la République / Villeurbanne

Mercredi / Relaxation : 18h / DoKi : 19h / Shiatsu : 20h à 22h
Portes Ouvertes : Mercredis 18 & 25 / 09 de 19h à 21h

ECOLE ZEN&QILIBRE / B.FERLAY / Praticien & Enseignant Agréé par la F.F.S.T — **06 72 08 82 77**

Taï Chi Chuan

solnon_manuel@yahoo.fr

Développement, discipline, silence, puissance, concentration, méditation, massage interne, souffle, lenteur, précision, Qi, thérapie gestuelle, acte martial, chorégraphie, santé, ...

Si le Taï chi chuan devait se résumer en une seule idée, celle-ci devrait contenir toutes les autres en elle. Les bénéfices de cet art ancestral, pratiqué de par le monde, sont considérables pour l'harmonie individuelle. Les résultats sont progressifs et établissent une fondation solide. Ainsi la maxime ; « DONNER c'est RECEVOIR » apparaît dans toute sa dimension.

Lieux des cours : **Croix rousse** ; lundi, vendredi, samedi, dimanche, **Bellecour** ; mardi, vendredi, **Ampère V.H.** : mercredi, jeudi
Cours découverte offert. Envoie des horaires, adresses, tarifs, flyer sur demande par @.

ÉCOLE DE TAÏ CHI : LES MAINS DES NUAGES / Enseignant : Manuel Solnon — **06 98 38 16 79**

Taï Chi Chuan & Qi Gong

www.lavoiedumouvement.net

Vitalité et bien-être par le mouvement

Pratiques traditionnelles à l'écoute du corps et de la respiration conduisant progressivement à la détente physique et mentale

• **Qi Gong**, gymnastique chinoise de santé & **Taiji Zhang**, qi gong en déplacement
Lyon 3e /Lyon 6e : lun soir, mar matin seniors, mer matin, jeu soir, ven midi

• **Taï Chi Chuan**, style Yang traditionnel : les cours débutants
Lyon 3e : lun soir, mar matin - **Lyon 6e / Villeurbanne** : mer soir

Cours d'essai gratuit dans les deux disciplines - Stages à thèmes.

NICOLAS FAVIER / Professeur diplômé d'état arts énergétiques chinois / lvmouvement@gmail.com — **06 79 39 13 59**

Tai Chi Chuan : Détente – Vitalité - Concentration

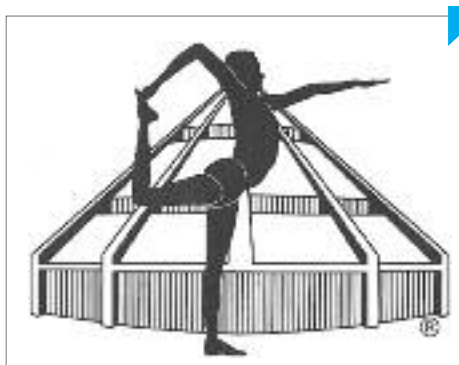
www.yangtse-lyon.fr

Ce Tai Chi Chuan de la Boxe du Serpent, enseigné par James Piotr Blaise, est l'héritage de Yang Sau Chung et de son premier disciple Maître Ip Tai Tak.

C'est un véritable « retour au naturel » permettant de recouvrer détente, souplesse et dynamisme sans omettre également la notion martiale. La pratique s'intègre peu à peu dans la vie de tous les jours pour un meilleur bien-être.

Saison 2013/2014 : reprise des cours le lundi 16 septembre
Cours hebdomadaires sur une base de 2 cours (lundi et jeudi) / Stage mensuel : cycle de 6 samedis
L'association est affiliée à la Fédération Française de Wushu, arts énergétiques et martiaux chinois.

YANG TSE LYON / yangtselyon@yahoo.fr / Pour tous les détails, consultez le site web — **06 89 34 66 03**



SIRET : 42116509300038

Centre de Yoga Iyengar

www.yoga-iyengar-lyon.fr

Venez retrouver et décupler votre énergie en pratiquant le yoga IYENGAR.

1er cours gratuit que vous ne payez que si vous vous inscrivez
Pour réserver votre cours d'essai ou connaître horaires et tarifs des cours, prenez contact par téléphone ou mail.

• Cours de niveaux débutant à confirmé / Cours particuliers / Cours à domicile
• Bernard Sorgue est enseignant certifié de la méthode IYENGAR depuis 18 ans.

Plus d'infos sur notre site : www.yoga-iyengar-lyon.fr

BERNARD SORGUE / 10 rue Jaquard / Lyon 4e / yoga.sorgue@free.fr — **06 83 65 64 36**

Taï Chi Chuan & Qi Gong

www.dojolyon.fr

Mouvements lents et énergétiques. Mise en harmonie, corps, mental, respiration. Vitalité et relâchement. Correction des déséquilibres posturaux et libération des tensions.

Cours dirigés par Liliane PELLE & Frédéric CARLINI

TAI CHI CHUAN : • 1ere ANNEE : Mardi : 10h00 à 11h00 / 19h00 à 20h00 Jeudi : 19h00 à 20h00 **/** Dimanche : 18h45 à 20h00
• 2e/3e ANNEE : Lundi : 18h45 à 20h00 **/** Jeudi : 15h00 à 16h15 / 20h00 à 21h15
• 4e/5e/6e ANNEE : Lundi : 20h15 à 21h30 **/** Jeudi : 10h30 à 11h45
• 6e et + ANNEE : Mardi : 20h00 à 21h15 **/** Jeudi : 9h00 à 10h15

1 semaine d'essais – cours tous niveaux – dojo entièrement rénové !

GI QONG : Mardi : 11h00 à 12h00 / 18h00 à 19h00
Jeudi : 14h00 à 15h00 / 18h00 à 19h00
TUI SHOU : Mardi : 19h00 à 20h00
TAI CHI TSIEN : Mardi : 18h00 à 19h00

EUROPE LYON AIKIDO / Accès par le 88 rue Masséna / Lyon 6e — **04 78 35 35 23**

Iokai Shiatsu Isère : Shiatsu - Do in - Qi Gong

www.isis-shiatsu.com

Shiatsu Iokai, un art de communication

• Le Shiatsu est une pratique japonaise où les doigts et les mains exercent des pressions sur les trajets des méridiens afin d'harmoniser la circulation énergétique, soulager les petits maux de tous les jours, mais aussi pour développer notre compréhension de nous-mêmes et celle des autres.
• Cette formation s'effectue en cours hebdomadaires, en séminaires de week-end et en suivi individuel. Associé au Shiatsu, le Do In / Qi Gong est une pratique corporelle traditionnelle orientale basée sur des étirements, des exercices de respiration, d'assouplissement et d'auto-massage.

Cours d'essai gratuit jeudi 19 septembre 18h-20h

UNIVERSITÉ JEAN MOULIN / 15 quai Claude Bernard / Lyon 7e — **04 78 78 70 48**