LE PETIT BULLETIN

COURS & STAGES.fr

Activités

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

Où s'inscrire ?

L'annuaire de vos Activités
Saison 2014/2015

Supplément Petit Bulletin **941**
03/09/2014

Vous en aviez rêvé mais n'aviez pas encore réussi à franchir le pas? Vous pensiez inscrire votre enfant ou votre mari dans le cours de danse d'à coté, mais le temps vous a toujours manqué ? Alors cette année sera la bonne : sortez vos tutus, accordez vos guitares et préparez vos pinceaux, la saison 2014 / 2015 va être la saison. Pour vous aider, le Petit Bulletin, en collaboration avec le site www.coursetstages.fr, vous propose comme chaque rentrée un choix varié d'activités artistiques mais pas que… Musique, danse, théâtre, arts plastiques, en passant par l'expression, le yoga ou même les arts martiaux… : tout est dans ce numéro. De quoi trouver en un coup d'œil les bonnes adresses dans l'activité qui vous plaira!
Bonne recherche et surtout, bonne saison !

DANSE p2 - 6

THÉÂTRE p6 - 8

MUSIQUE p9

ATELIERS p9 - 10

LANGUES EXPRESSION p11 - 13

BIEN-ÊTRE p13 - 13

ARTS MARTIAUX p15 - 16

L'Album-AbcDanse

www.albumcie.fr

DANSE CONTEMPORAINE / FORMATION & CRÉATION / ADULTES ET ENFANTS

- **Éveil et initiation :** dès 5 ans : cours accompagnés par une musicienne.
- **Danse Contemporaine :** cours techniques et ateliers d'écriture chorégraphique et d'improvisation, enfants /adultes, tous niveaux.
- **Groupes de création** adultes amateurs.
- **Pratiques Complémentaires :** BMC®, Pilates, Yoga, Étirements en mouvement.

Stages tous niveaux / master class
Rencontre avec des artistes invités / sorties / spectacles

Nouveautés 2014 2015 : Jazz Contemporain et Classique adultes pendant la pause méridienne.
Cours d'essai à 10 €. **Début de la saison le 15/09.** Contact et renseignement : **accueil@albumcie.fr**

L'Album-AbcDanse 2 rue Général Marchand, Grenoble centre **07 50 87 60 79**

Arc en Ciel

www.danse-grenoble-arcenciel.com

VENEZ DÉCOUVRIR L'ECOLE DES ARTS

Implanté à Saint-Martin-d'Hères pour sa 28e saison d'activité, ce centre d'enseignement artistique vous accueille dans un espace convivial de 600 m^2 où se mêlent amateurs et professionnels pour partager la même passion : celle de la danse.
Tous les styles sont abordés, de façon à offrir une formation scénique la plus complète possible : **danse modern-jazz, classique, contemporaine, orientale, cabaret, tango Argentin, rock, danses de salon, lindyhop, balboa, shim sham, bollywood, Ninjutzu, comédie musicale…** avant de monter sur les planches de l'Heure Bleue pour le gala de fin d'année.
ARC-EN-CIEL, c'est aussi deux compagnies : "ARC-EN-CIEL CRÉATIONS"et la "JUNIOR CIE" qui se produisent en spectacle dans toute la France. Liaison directe par le Campus ligne 11 (arrêt Carina)
Cours : de niveaux débutants à avancés. 2 studios 37 cours hebdo.
1ER COURS D'ESSAIS GRATUIT - PORTES OUVERTES LE SAMEDI 6 SEPTEMBRE - DE 14H À 18H

ARC-EN-CIEL 18 rue Du Béal, St Martin D'Hères **04 76 14 04 90**

Kosta Danse

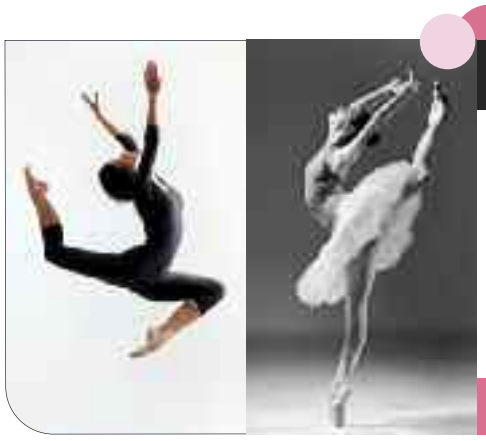
kostadanse@gmail.com • www.kostadanse.fr

DANSES EN COUPLES OU INDIVIDUELLES ENFANTS, ADOS ET ADULTES

Cours collectifs, Cours particuliers (Special ouverture de bal!), Forfait Multi-Danse à partir de 3h!
Niveau débutant, intermédiaire, avancé, perfectionnement et confirmer. Au programme, selon votre niveau, apprentissage solide des bases, progrès et perfectionnement sans oublier la bonne humeur et la convivialité !
Cours enfants (6 à 12 ans) : Hip Hop New Style, Street Dance, Rock
Cours ados (13 à 16 ans) : Zumba®, Rock et Salsa
Cours adultes : Salsa Cubaine, Bachata, Salsa Portoricaine, Rock,Swing, Zumba® Fitness.
En couple ou seul(e),n'hésitez plus!
PORTES OUVERTES du Lundi 8 Sept au Jeudi 18 Sept
Tarifs spéciaux ou réduits
- **Tarif étudiant :** -20% de réduction pour les étudiants sur présentation de la carte étudiante.
- **Tarif famille :** -10% de réduction pour chaque membre à partir du 3eme membre.

Inscription sur place! Planning des cours sur www.kostadanse.fr

Kosta Danse 10 Rue du tour de l'eau (à l'étage du Traiteur Gelin) , St Martin d'Hères **06 24 59 30 37**



Espace Danse Théâtre

www.espace-danse-theatre.com

L'ART D'EXPRIMER SA PASSION

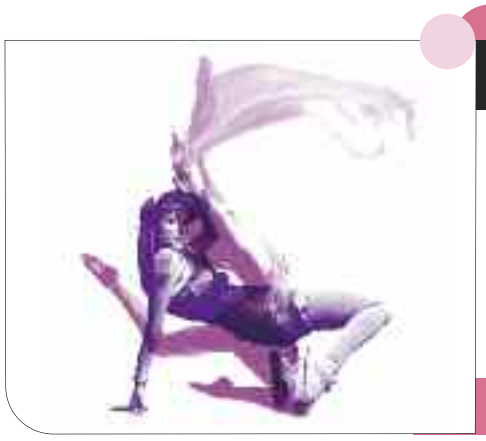
Installé au coeur du centre ville dans des studios clairs et spacieux de 600 m2, l'Espace Danse Théâtre est un centre artistique de haute réputation qui conjugue classicisme et modernité. Cette fusion fait de lui l'un des foyers les plus attrayants de la ville et propose à ses élèves une **formation pluridisciplinaire : éveil, initiation, danse classique, modern'jazz, claquettes, contemporain, hip-hop, barre à terre, danse africaine**, ainsi que du **théâtre** pour ados, adultes et enfants (à partir de 10 ans), de l'**assouplissement** et du **renforcement musculaire.**

Les professeurs ont travaillé avec les plus grands maitres internationaux de danse, avant de se lancer dans une carrière de danseurs professionnels, en France et à l'étranger. Après le succès du gala au Théâtre de Grenoble en juin dernier, ils travaillent sur de nouveaux projets.

Quel que soit votre niveau (du débutant au professionnel), votre âge (à partir de 4 ans), l'équipe pédagogique de l'Espace Danse Théâtre saura vous faire partager sa passion à travers un enseignement de qualité mêlant discipline, rigueur académique et convivialité.

Stage de hip-hop le 8 & 9 septembre
et modern jazz les 10, 11 & 12 septembre.

Espace Danse Théâtre 10 rue Génissieu, Grenoble — **04 76 56 90 00**



Les Planches

Facebook les planches grenoble • www.lesplanchesdanse.fr

ALORS ON DANSE ? Les Planches ouvrent leur 25ème saison avec toute l'expérience , la passion et l'esprit d'innovation qui les animent.
Les cours sont menés avec dynamisme par des danseurs professionnels professeurs à l'expérience pédagogique reconnue, du **débutant au professionnel**, pour un public de tout âge à partir de 4 ans. Au menu : **éveil, initiation, classique, contemporain, modern'jazz, barre à terre, dance show, rock, lindy hop, balboa, hip-hop, flamenco, tribale fusion, burlesque, raggae, tango argentin, latino, africain, yoga danse, Glee Club (comédie musicale), groupe vocal**
NOUVEAUTES : tango argentin, africain, latino groove, yoga danse, burlesque, raggae, Glee Club et groupe vocal (comédie musicale)
Également : cours particuliers pour un accompagnement personnalisé (concours, auditions, remise en forme).
Pratique de danse sérieuse, dans une ambiance décontractée, tel est le point commun de tous les professeurs qui vous communiqueront leur passion.
Renseignements et inscriptions : tous les jours de 10h30 à 19h jusqu'au 15 septembre puis de 16h30 à 20h et mercredi de 10h à 20h
SEMAINE PORTES OUVERTES : cours d'essai gratuits toutes disciplines du 8 au 13 sept, tango argentin 7 sept 17h30/19h30
Nombreux stages, 500 m² de locaux, 3 studios de danse, location de salles, grands spectacles de fin d'année, cours particuliers, cours d'essai toute l'année.

Les Planches 2 rue Mozart, Grenoble — **06 17 96 55 84 / 04 76 96 82 44**

Centre de Danse Emilie Kern

www.emiliekern-danse.fr • emiliekern@hotmail.com

NOUVEAU : PLEIN CENTRE VILLE DE GRENOBLE (derrière cinéma chavant).

Un partenariat avec la MC2 (Maison de la Culture de Grenoble) !
Le nouveau «Centre de Danse E.K.» situé en **plein centre ville de Grenoble**, est avant tout un espace de vie où émotions, rigueur et plaisir se partagent. Les dimensions artistique, technique et physique de la Danse, sont abordées au travers d'un **enseignement pédagogique de qualité.**
Le centre de danse renouvelle cette année, pour le plaisir de ses adhérents, son partenariat avec la MC2 (Maison de la Culture de Grenoble). Un planning dynamique et diversifié. Stages et intervenants extérieurs pendant les vacances scolaires. Entrainements libres du danseur, projections vidéos danse... un veritable lieu de qualité pour la Danse et l'Artistique.

Cours enfants/adultes : Jazz, Technique Horton (danse moderne), Hip-hop, Break Dance, Classique, Barre à terre et Pilâtes. Tous niveaux

Centre de danse Émilie Kern 7 bis place Paul Vallier, Grenoble — **04 76 00 92 06 / 06 09 03 36 59**

Modern Jazz

studiokleber@gmail.com • www.studio-kleber.com

CRÉATIVITÉ, RIGUEUR ET DYNAMISME !!!

Le **STUDIO KLEBER** situé à côté de la Caserne de Bonne depuis 27 ans **vous propose des cours de DANSE MODERN JAZZ** avec une panoplie de Styles et de Musiques. Dès l'âge de 4 ans les ENFANTS expriment leur **bonheur de danser**.

3 niveaux de cours permettent aux ADOLESCENTS et ADULTES de progresser avec **plaisir** et **efficacité**.

" DANSER EN DONNANT TOUTE SON ENERGIE "

TRAM A-B : Victor Hugo **TRAM C :** Foch **BUS :** lignes 13-32 Marceau

Visitez notre site internet... IL DANSE !

Studio Kléber 5 rue Kléber, Grenoble — **04 76 46 02 16**

Ecole de Danse Dany Lays

ecoledanylays@yahoo.fr • www.dany-lays.com

LA DANSE AVANT TOUT ! UNE ÉCOLE IMPLANTÉE AU CŒUR DE GRENOBLE, À 200M DE LA CASERNE DE BONNE.

La danse avant tout ! Une école implantée au cœur de Grenoble. Après avoir foulé les planches en tant que danseur professionnel Dany Lays met depuis plus de 25 ans son talent de chorégraphe au service de tous les amateurs et professionnels passionnés de danse, spectacle, comédie musicale. Allez jusqu'au bout de vos rêves, guidé par l'enthousiasme de Dany Lays.

Plusieurs disciplines pour adultes, enfants et ados de tous niveaux sont proposées :
- **Jazz américain Style "Fame", serie "un, dos, tres" film "Sexy dance", musique Pharrell WIlliams...**
- Les claquettes américaines et anglaises • Rock et danse de salon
- Le chant et préparation vocale • Préparation à la scène. Tentez la danse autrement... Venez essayer !

1ER COURS D'ESSAI GRATUIT / Parking caserne de Bonne à 200 mètres, tram c arrêt gustave rivet.

Ecole de Danse DANY LAYS 7 rue André Maginot, Grenoble — **04 76 46 40 61**

Giannone - Ecole de danse

www.lionelgiannonedanse.fr

AMANDINE ET LIONEL VOUS ACCUEILLENT DANS LEUR NOUVELLE ÉCOLE DE DANSE À ST-MARTIN-D'HÈRES.

- Professeurs, danseurs et chorégraphes de renommée internationale
- Classés parmi les meilleurs couples mondiaux
- Coachs pour l'émission Danse avec les Stars (TF1)

Entourés d'une équipe de professionnels, ils vont accompagneront de vos premiers pas à votre perfectionnement.

Du 8 au 12 septembre 2014 : **Semaine de Cours Gratuits et Stage de West Coast Swing le samedi 27 septembre**

West Coast swing, Boogie Woogie, Danse Show, Rock'n'Roll, Salsa Portoricaine, Ragga DanceHall, Tango Argentin, Lindy Hop Bachata, Danse de Salon, Street Jazz, Salsa Cubaine, Eveil à partir de 3 ans, Hip-Hop New Style

TOUS NIVEAUX / TOUS AGES

Ecole de danse Giannone 14 rue Olympe de Gouges, 38400 SMH — **06 22 36 12 23 / 04 76 41 26 84**

Studio Soanne - Ecole de danse du Rondeau

studiosoanne@gmail.com • www.studiosoanne.fr

Anne-Sophie et Romain Chemin, multiples champions de France de danse sportive sont vis professeurs au Studio Soanne. Ils vous accueillent dans une ambiance conviviale afin de vous transmettre leur passion pour les danses latines et standard.

Studio Soanne se veut **une école moderne**, sachant s'adapter aux tendances. En partenariat avec des professeurs aux parcours artistiques confirmés, nous vous proposons aussi des cours de **Street Jazz** et de **Hip hop**. Enfin, parce que nous pensons que la limite entre danse et fitness est parfois mince, nous vous proposons de venir bouger sur les rythmes chargés d'énergie de la **Zumba**.

STUDIO SOANNE 9 rue Jean Vaujany (Zone Technisud) , Grenoble **06 24 65 17 41**

Spirale

spiralefontaine@gmail.com • www.spiralefontaine.blogspot.fr

SPIRALE EST UNE ASSOCIATION FONTAINOISE QUI PROPOSE DES COURS DE DANSE, THÉÂTRE ET PILATES.

Tous les cours sont encadrés par des intervenantes professionnelles. Accessibilité, épanouissement, acquisition de techniques spécifiques, développement de la créativité à travers une activité constructive et ludique sont au cœur de nos objectifs.
- **Danse** pour enfants à partir de 4 ans, ados et adultes. Cours le lundi, mercredi ou jeudi.
- **Théâtre** pour enfants à partir de 7 ans, ados, adultes. Cours le mardi, mercredi ou formule 1 we/mois.
- **Pilates** adultes le jeudi.

Tarifs de 140 à 270 euros/an.
Retrouvez-nous lors de nos permanences d'inscriptions :
le 6 sept. de 15h à 19h à la maison du parc Karl Marx à Fontaine
le 8 sept. de 18h à 19h30 au Gymnase A Bergès Seyssinet Pariset
le 10 sept. de 14h à 16h au Gymnase A Bergès Seyssinet Pariset
le 21 sept.de 10h à 17h, fête des associations, Parc La Poya Fontaine

Renseignements danse : 06 88 45 21 98 (Mélanie)
Renseignements théâtre : 06 17 21 10 24 (Laure)

Association Spirale - Centre social Romain Rolland, 113 boulevard Joliot-Curie, 38600 Fontaine.

Mambo Rock

grenoble@mambo-rock.com • www.mambo-rock.com

BIENVENUE AU "MAMBO ROCK"

Le centre de danse « Mambo Rock » propose **de nombreuses danses pour tous les niveaux et tous les âges** en faisant appel à des spécialistes dans chacune des disciplines enseignées. La danse pour le loisir avant tout, le Mambo Rock assure aux élèves une **progression permanente** tout en passant un agréable **moment de détente**.

Diversité, convivialité, modernité, plaisir, dynamisme et professionnalisme en ont fait la réputation depuis 1992.

Attention, le virus de la danse s'attrape très vite, faites le 1er pas, nous vous ferons faire les suivants en musique.
Attention, la rue des Arts et métiers est une toute nouvelle rue qui n'est pas encore référencée sur GPS, l'école se trouve en face de la Chambre des métiers, vous pouvez aussi suivre les fléchages E-Network.

Mambo Rock 7 Rue des Arts et Métiers, Grenoble **04 76 48 61 90 / 06 21 70 22 57**

Ecole de Danse Canta

danse.canta@free.fr • www.danse.canta.free.fr

Une référence, un endroit incontournable pour venir danser dans une ambiance absolument CANTA !!!

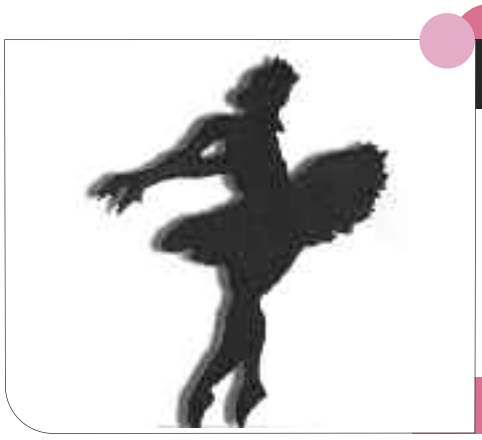
Que l'on vienne seul(e) ou accompagné(e) Cathy vous invite à découvrir son univers qu'est la danse. Cours à horaires libres et cours particuliers. Venez danser le rock, le tango, le cha cha, la salsa, la valse, etc... (ouvert 7/7 horaires adaptés).

Cours l'après-midi le jeudi, ouvert à tous les âges : 14h30-15h30 Rock + Salon
JOURNÉES PORTES OUVERTES SAMEDIS 6, 13, 20, 27 SEPTEMBRE DÈS 14H30
14h30 Rock / 15h30 Salon / 16h30 Salsa
INITIATIONS ET DÉMONSTRATIONS DURANT LES JOURNÉES PORTES OUVERTES

-20% POUR LES NOUVEAUX ADHÉRENTS SUR TOUTES INSCRIPTIONS IMMÉDIATES.
VALABLE DU 8 AU 30 SEPTEMBRE.

Nos avantages : salle climatisée, cheminée, parking privé, parking St-Bruno / Bus n°32 / Tram arrêt St-Bruno

ÉCOLE DE DANSE CANTA 45 rue Nicolas Chorier, Grenoble **04 76 48 30 04**



Ecole De Danse Jeanne Et Hélène Weiwers

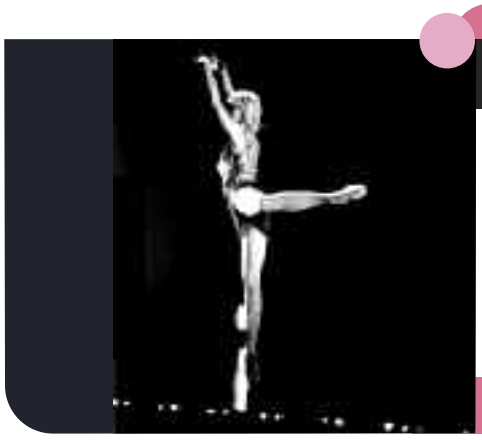
www.coursetstages.fr

DANSE CLASSIQUE – MODERN'JAZZ

L'école de danse, installée à Meylan et fondée en 1958 par Madame Jeanne WEIWERS est aujourd'hui dirigée par sa fille Hélène WEIWERS, professeur de danse classique et de modern'jazz, assistée par Annick IMBERT (fille ainée de Jeanne WEIWERS) et Anne VILAR (petite-fille de Jeanne WEIWERS).
La passion pour la danse a été transmise par sa fondatrice à ses 2 filles et à sa petite fille et continue à se transmettre aujourd'hui à de nombreux élèves assidus et fidèles à l'école et le resultat de tout ce travail se clôture chaque année par un grand gala en Juin à l'Hexagone de Meylan

TOUS NIVEAUX-TOUS AGES. Reprise des cours : Lundi 8 septembre. Salle climatisée - Parking privé
Renseignements et inscriptions : tous les jours à partir du 3 septembre de 16h30 à 19h30

Ecole de danse WEIWERS 13 bd des Alpes, Meylan **04 76 41 15 58**



Conservatoire de la Danse - Studio Danse

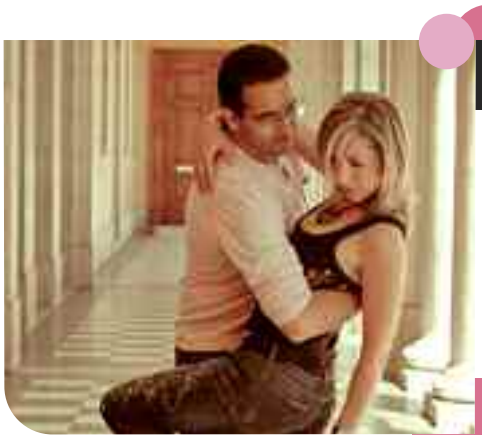
studio.conservatoire@gmail.com

CLAUDE FRANZ – ANTONELLA MARRALI – DOMINIQUE VACHON

«J'ai appris la danse et aussitôt s'est imposé le désir de faire danser les autres» Maurice Béjart Nos professeurs ont également appris...
Le conservatoire de la danse est une école spécialisée en danse classique, du débutant au professionnel, et à la préparation à la scène.
Elle dispense d'un enseignement vivant, évolutif et créatif pour amateurs exigeants et par des professeurs diplômés.
Pour **enfants**, **adultes**, **professionnels** :
classique, barre au sol, possibilité de cours particuliers et concours d'entrée dans les grandes écoles.
NOUVEAU : Cours d'éveil à partir de 4 ans et Ateliers Chorégraphiques

Horaires, tarifs, et fiches d'inscription sur demande à studio.conservatoire@gmail.com
INSCRIPTION À PARTIR DU 1ER SEPTEMBRE 2014 de 16h30 à 19h00 et tous les mercredis après-midi jusqu'à 19h.
Location de salles (possibilité semaines et week-ends)

Conservatoire de la Danse 12 rue Saint François, Grenoble **04 76 87 82 82 / 06 28 66 36 04 / 06 09 92 12 49**



Centre de danse Salsa Grenoble

salsagrenoble@free.fr • www.salsagrenoble.fr

Votre école de danse Salsa Grenoble, Implanté depuis un an dans le quartier Bouchayer-Viallet à Grenoble, **l'école Salsa Grenoble fête ses 11 ans d'existences.**
L'école est spécialisée en salsa : Salsa cubaine, salsa portoricaine, bachata, reggaeton cubain, merengue, rueda de casino, latino suelta, jeux de pieds, cours de rythmique, style féminin, latino enfants et propose également de la kizomba, du cha-cha-cha, la danse orientale, ragga dancehall et de la zumba.

Les cours du niveau débutant au niveau avancé se déroulent entre midi et deux ou dès 19h jusqu'à 22h. (Cours adultes et enfants)
Il y a également des pratiques, des soirées entre élèves, des concerts lives salsa.
Pour un abonnement annuel acheté, Salsa Grenoble vous offre 18h de cours supplémentaires.

PORTES OUVERTES GRATUITES DU 8 AU 19 SEPTEMBRE, consultez notre site web www.salsagrenoble.fr ou venez nous rendre visite pour répondre à toutes vos questions.
En couple ou seul(e), nous nous occupons de l'équilibre du cours. Salle climatisée, parquet, douches, à 2 min du tram ligne A.

Centre de danse Salsa Grenoble 10 rue Ampère, Grenoble **06 20 26 83 45**

La Descarga 67

ladescarga67@live.fr

CUBA AU COEUR DE GRENOBLE

Danser, rire, transpirer et bouger sans complexes avec Yileite, prof cubaine passionnée. Voila le programme pour la 8ème année de la Descarga 67
Pour vous les filles !!! : Rythmes latinos. Pour bouger toute seule avec un style latino sexy !
Cours de **zumba®, zumba® gold** pour tous. **Cours de salsa cubaine en couple** tous niveaux (1h30) mais aussi entre amis, en famille… facile et accessible ! Il y en a pour tous les goûts !

Du lundi au vendredi, horaires à partir de 18h / Stages thématiques toute l'année.

Reprise des cours le 15 septembre. 1er Cours d'essai gratuit.

PORTE OUVERTE LE JEUDI 11 SEPT DE 18H00 A 20H30 avec une master class (zumba) gratuite et ouverte a tous à 18h30.

La Descarga 67 67 rue d'Alembert, Grenoble **06 82 75 70 44 / 04 76 70 47 35**

Cie Ouedmed danse : Danses d'Afrique

ouedmed2000@ymail.com • www.ouedmed-danse.net

RENTRÉE 2014 : Reprise des cours semaine du **8 septembre 2014** Nous vous attendons nombreuses... et nombreux !

Horaires et lieux :

Ecole de danse Les Planches, 2 rue Mozart, Grenoble
Accès Tram A, Arrêt ST BRUNO
Mardi, 20h45-22h15 : Débutant
Mercredi, 19h00-20h30 : Intermédiaire
Mercredi, 20h30-22h00 : Avancé

Centre de danse Emilie Kern, 7 bis Place Paul Vallier, Grenoble
Accès tram A et C, Arrêt CHAVANT
Vendredi, 18h30-20h00 : Avancé + (niveau confirmé)

A noter pour la rentrée :
STAGE DE DANSE AFRICAINE – TOUT NIVEAU
Date : **Samedi 6 Septembre 2014 de 14h à 17h**
Lieu : **Parc Bachelard, Grenoble**
Venez danser avec nous après cette longue période d'interruption estivale !

Retrouvez plus d'informations sur nos stages, cours, tarif, sur notre site : **www.ouedmed-danse.net**

Ouedmed Danse Grenoble **07 70 62 40 37**

Danse orientale avec Sylvia SAHAR

sylvia.sahar@gmail.com

L'ART DE LA DANSE ORIENTALE

Danseuse professionnelle expérimenté, elle transmet avec générosité et pédagogie, à ses élèves, toutes les techniques nécessaires afin que chacunes d'entres elles progressent à leur propre rythme et prennent plaisir à danser.

- Cours les mercredis à COUBLEVIE : début des cours le mercredi 18 septembre. Salle de danse du gymnase Plan Menu 165 route de St Jean. 18h 19h debutante / 19h 20h intermediaire / 20h 21h avancé
- Cours les mardis a CHAMBERY et les vendredi à ANNECY : à partir du 12 septembre.
- Cours tout niveau et tout âge (enfant à partir de 8 ans).
Cours d'essai gratuit

SYLVIA SAHAR Coublevie (proche de Voiron), Chambéry (73) et Annecy (74) **06 27 67 93 62**

Terre Des Arts

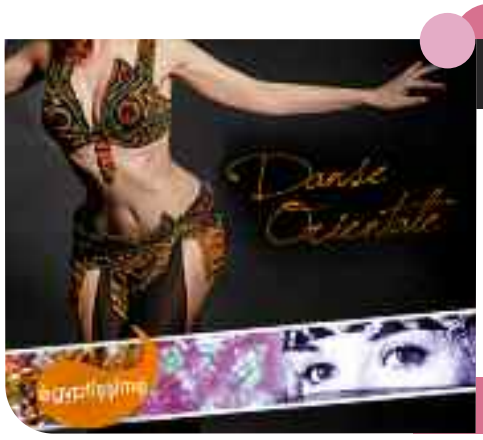
terredesartsgre@yahoo.fr • www.danse-orientale-grenoble.com

DANSES ORIENTALES AVEC MALHA ABBA

- **Cours et stages tous niveaux** de danses d'Egypte et du Maghreb.
- **Ateliers techniques** tous les samedi.
- **Stage de rentrée dimanche 7 septembre**
- **Animation de vos mariages, anniversaires, soirées** par les danseuses de la **Cie Zenzla**.
- **Location de salle** de danse, de musique (cours de chant et piano et répétitions) au **studio des arts**

1er Cours d'essai gratuit
RENTRÉE LE LUNDI 15 SEPTEMBRE
10% de remise étudiants et demandeurs d'emploi
Studio des arts, 25 rue Gabriel Péri
38000 Grenoble (tram St Bruno)

TERRE DES ARTS 25 rue Gabriel Péri , Grenoble **06 61 42 99 22**



Danse Orientale Egyptienne

suzanne.h@egyptissime.com • www.egyptissime.com

EGYPTISSIME OU L'AMOUR DE LA CULTURE MOYEN-ORIENTALE ET DE SA DANSE.

Riche d'une expérience de plus de 20 ans, Egyptissime propose au coeur de Grenoble un enseignement original et vivant de la danse orientale. Chaque élève-danseuse approche avec sensibilité et esprit le geste dansé oriental. Du pas le plus simple à l'expression la plus subtile, découvrez une danse infiniment charmeuse.

- Un choix de cours et d'ateliers en semaine, divers horaires
- Pédagogie adaptée au sein de chaque groupe
- Forfaits à l'année, semestre, carte... tarif associatif, étudiant/dem.empl.
- Costumes et accessoires voir Facebook Suzanne's Secret Costumes
- **Rens & ins. sur place tous les mardis à partir de 17h. Dès le 16 sept.**

- **1er cours offert**
- **- 20% sur les forfaits annuels en septembre**
- **Atelier spécial débutante** vend 19 sept à 19h30 (2h)
- **Atelier danse orientale et voile ts niv** vend 26 sept à 19h30(2h)
- **Nouveau :** cours tous les mer à Fontaine-gymnase R.Vial, dès octobre
- **PORTES OUVERTES VEN 19 ET 26 SEPT 2014 DE 17H À 19H30.**

EGYPTISSIME 10 rue Génissieu, Grenoble www.facebook.com/egyptissime.grenoble **06 77 10 11 40 - 06 70 37 85 66**

CORPS en TANGO

www.facebook.com/cuerpodetango • corps-en-tango@orange.fr

PARTAGER LA PASSION DU TANGO ARGENTIN AVEC TONY ET XIAN

ATELIERS DE TANGO ARGENTIN, VALSE ARGENTINE ET MILONGA.
Ateliers le mardi – **Reprise le 23 Septembre**
Niveau Débutant et Intermédiaire I : 19h-20h30
Niveau Intermédiaire II et avancé : 20h30- 22h00

INITIATION* et INSCRIPTION
MARDI 9, 16 ET 23 SEPTEMBRE :
19h30-20h30 et 20h30-21h30
Association de loi 1901 *PAF 5 €

NOUVEAU :
Le 2ème et 4ème jeudi du mois dès 20h Pratique libre
Début le 25 Septembre
Milonga Mensuelle : 21h30 (BAL)

Salle Félix Germain, 2 place Charles de Gaulle, CORENC le bas (Montfleury) **06 76 75 11 30**

Association EL BANDONEON

asso.elbandoneon@gmail.com • www.elbandoneon.fr

TANGO ARGENTIN PROPOSÉ PAR LES PROFESSEURS JENNY FAUGIER ET GUY MARREC

Début des cours le mercredi 24 septembre 2014

• Portes ouvertes et initiation gratuite animée par nos professeurs le samedi 13 septembre 2014 à partir de 16h.

• Milonga (Bal) avec auberge espagnole à partir de 19h30 (chacun apporte quelque chose à partager).

• Cours hebdomadaires tous les mercredis dans les locaux de la salle Saint Bruno à Grenoble.

Cours technique : 18h30 – 19h
Cours débutants : 19h – 20h
Cours intermédiaires : 20h -21h15
Cours avancés : 21h15 – 22h30

Nos professeurs, formés en Argentine, nous offrent une pédagogie du Tango Argentin sympathique et rigoureuse, abordant les différents styles, des plus anciens aux plus modernes.

Portes ouvertes et initiation gratuite sam 13 sept à partir de 16h.

El Bandoneon 20 Place Saint Bruno, Grenoble **07 60 00 40 95 / 06 69 57 12 01**

Cecilia Pascual / Viva El Tango!

vivaeltango.fr@gmail.com • www.ceciliatango.com

DÉCOUVREZ L'AUTHENTIQUE TANGO ARGENTIN AVEC CECILIA PASCUAL, DANSEUSE PROFESSIONNELLE ARGENTINE

DÉBUT DES COURS HEBDOMADAIRES : Mardi 16 septembre 2014
Débutants : Mardi de 20h à 21h30 / **Non débutants :** Mardi de 21h30 à 23h
Lieu de cours : Salle Préau II, 13 rue Doyen Gosse, La Tronche.

STAGE DE TECHNIQUE FELDENKRAIS© POUR DANSEURS/EUSES DE TANGO :
Jeudi 23 septembre de 19h à 20h30, suivie d'une pratique de tango, animé par BARBARA ZIEGLER, praticienne et danseuse américaine.

STAGE, DÉMONSTRATIONS ET INITIATIONS AVEC LEONARDO OVIEDO : du 2 au 5 octobre 2014.
Et aussi sur la saison : cours de technique de tango argentin, cours de tango avec accès à la scène, cours individuels avec programme personnalisé, pratiques, bals et spectacles professionnels. NOUVEAUX cours hebdomadaires sur Saint Martin d'Hères et Voreppe : se renseigner.
Découvrez le véritable tango argentin avec Cecilia Pascual, seule danseuse professionnelle argentine installée à Grenoble depuis 15 ans. Elle vous entraînera dans la joie d'apprendre et de danser. Ses qualités d'interprète et sa pédagogie, en permanente évolution, sont appréciés autant en Europe qu'en Amérique Latine…et Viva el tango!

Tango Argentin Cecilia Pascual Association VIVA EL TANGO! **06 21 70 22 57**

Ecos del Plata, Alma de Tango

www.ecosdelplata.com

… DANSEZ LE TANGO ARGENTIN MAINTENANT !!!

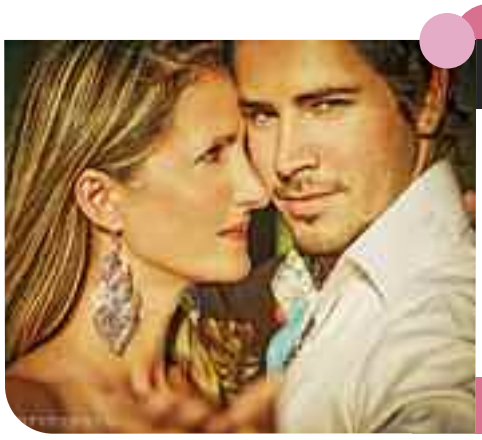
L'association Ecos del Plata, Alma de Tango propose toute l'année des cours de **niveau débutant à avancé, des pratiques et des bals**.

Venez découvrir l'univers sensuel de cette danse à l'occasion des **JOURNÉES INITIATION ET DÉCOUVERTE GRATUITE** organisées **samedi 13 septembre de 17h30 à 18h30 et dimanche 14 septembre 2014 de 17h00 à 18h00** à la MJC des Allobroges (salle F, 2ème étage).

En couple ou seul(e), faîtes le pas !!!
Si vous dansez déjà le tango, essayez-vous à la **MILONGA**. **Cours le mardi soir de 20h45 à 22h.**
Tous les cours ainsi que les stages sont donnés par les deux maestros uruguayens de l'association, José Artigas et Verónica Cordero.

Les cours de tango débutants ont lieu le mercredi soir de 19h15 à 20h45.

6 rue Barginet (rue parallèle à Berriat, perpendiculaire à Ampère), Grenoble **06 18 91 65 92**



Top Danses / Tango Emocion

contact@tangoemocion.fr • contact@topdanses.fr • www.topdanses.fr

TANGO ARGENTIN, ROCK ET DANSES DE SALON.

• Reprise des cours hebdomadaires :

• **lundi 15 septembre** à partir de 18h00, **rock et danses de salon** avec Marc di Gennaro et sa partenaire à la salle des fêtes d'Eybens (sous la piscine). **Cours d'essai gratuit** le jour de la rentrée uniquement.

• **mardi 7 octobre à partir de 18h45 :**
cours de **tango argentin** avec **Haris et Malika**,
à la maison des Associations d'Eybens.
3 niveaux : débutants, inter 1, inter 2 et avancés

Pour la première fois à Grenoble, ce jeune couple de Maestros donnera des cours réguliers pour Tango Emocion.

• **Cours d'initiation-découverte** au tango argentin (1 heure, 5€) le mercredi 17 septembre à 18h30 à la salle des fêtes d'Eybens (sous la piscine), suivi à 20h00 d'une **pratique dirigée** ouverte à tous les tangueros (5€).

Maison des associations 8 rue Jean-Macé, Eybens **04 76 40 04 28 / 06 74 49 09 73**

DANSE

THÉÂTRE

Artémuse

www.theatre-artemuse.com

ARTÉMUSE : UNE ASSOCIATION CULTURELLE, UN ENGAGEMENT ARTISTIQUE, UNE PRÉOCCUPATION HUMAINE…

Artémuse est une association de loi 1901 qui propose des ateliers et stages théâtre et écriture, des formations professionnelles, des animations en milieu scolaire, des projets en faveur des public en situation d'isolement, des spectacles jeune public, des événementiels...
ATELIERS THÉÂTRE HEBDOMADAIRE : Éveil, Enfants, Adolescents, Adultes,
ATELIER ÉCRITURE HEBDOMADAIRE : (16 ans et plus)
STAGES THÉÂTRE : Enfants, Adolescents, Marionnettes
STAGES ÉCRITURE ET DESSIN : Conte et Poésie
Renseignements et inscriptions :
Forum des associations du Fontanil-Cornillon : le samedi 13 septembre 2014, de 14h à 17h au Parc Municipal.
Le Fontanil-Cornillon est accessible par les transports urbains, ligne tram et bus E.
Reprise des activités: le lundi 22 septembre 2014. Pré-inscriptions dès aujourd'hui!

Artémuse 2 rue grange de l'or, 38120 Le Fontanil - Cornillon **06 08 87 71 10**

Ateliers d'improvisation théâtrale

contact@improvisation.fr • www.improvisation.fr

DEPUIS 22 ANS, LA LIGUE IMPRO38 PROPOSE DES ATELIERS DE FORMATION AMATEURS ET PROFESSIONNELS :

Ateliers 1ere année (débutant) :

LUNDI de 20h30 à 22h30 **MARDI** de 20h30 à 22h30 **JEUDI** de 18h30 à 20h30

- 30 ateliers de 2h (60h)
- Rencontres "inter ateliers" chaque mois pour 2ème et 3ème année

Nouveaux tarifs : tarif annuel : 330 € + 15 €* - tarif réduit : 300 € + 15 €*

Infos autres années ateliers et spectacles sur : www.improvisation.fr

*adhésion /assurance association

LIGUE 1PRO 38 à l'Improscenium 32 rue Maréchal Joffre, Fontaine **04 76 27 07 48**

Cie Les Bandits Manchots

contact@lesbanditsmanchots.net • www.lesbanditsmanchots.net

ATELIERS D'IMPROVISATION THÉÂTRALE : LAISSEZ-VOUS TENTER !

Les bandits manchots, Cie de spectacle vivant, propose des ateliers d'improvisation théâtrale sur le campus.
Vous serez initiés par un comédien professionnel, T.Viejo Del Val.
Pour des conditions de jeu optimales, le nombre de participants est limité à 12/atelier.
Le prix annuel est de 150 euros pour les étudiants, 330 euros pour tous les autres.
Priorité sera donnée aux inscriptions étudiantes.

2 COURS D'ESSAI GRATUITS.

Rendez-vous dès mardi 30 Septembre 2014, Salle de musique – Résidence Ouest – rue des Taillées à Saint-Martin-d'Hères (Domaine Universitaire).

Groupe A : Mardi 18.30/20.30 **Groupe B :** Mardi 20.30/22.30

Comment s'inscrire ?
contact@lesbanditsmanchots.net ou 06 30 08 57 91
Mieux nous connaitre www.lesbanditsmanchots.net
www.facebook.com/CompagnieLesBanditsManchots

Cie Les Bandits Manchots Chemin de la Perrière - 38570 La Pierre **06 30 08 57 91**

Piment scène

contact.piment.scene@gmail.com • www.piment-scene.tk

Piment scène voit le jour en 2012 après 25 ans de pratique du téâtre musical et dansé au sein de du Choeur en Ballades.
Les cours sont axés sur les pratiques en parallèle du chant (chanson française et internationale), de la danse modern jazz et du théâtre. Ils donnent lieu en fin d'année à des spectacles de qualité donnés dans le cadre d'un vrai théâtre, et mélant les 3 disciplines. Ces spectacles sont le reflet des capacités de chacun et de la qualité du travail de groupe à laquelle l'école porte un soin tout particulier. **Inscriptions sans audition... mais avec grande motivation !**

Eveil à la comédie musicale (6-7 ans) : Jeudi, 16h30-17h20

Les P'tits Piments (8-11 ans) : Jeudi, 17h30-18h25

Le Choeur en Ballades (12-20 ans) ne recrute plus cette année (préinscriptions en juin).

La Pimenterie (18 ans et plus) : Cette année, projet mixte entre grands élèves et artistes professionnels autour de West Side Story.
1 dimanche/mois. Maison des Habitants Chorier Berriat.

Danse modern jazz

Ados (à partir de 12 ans) : groupes de niveaux en début d'année si nécessaire. Jeudi 18h30-20h

Adultes : cours «plaisir » tous niveaux. Lundi 20h-21h30

Cours de chant individuels.

Les cours ont lieu à l'école Beauvert à Grenoble. Tarifs très modérés.

Piment scène 28 rue René Thomas, Grenoble **06 52 67 16 79**

La Fabrique des petites utopies

www.petitesutopies.com

ATELIER DE FORMATION D'ANIMATEURS D'ATELIERS THÉÂTRE

Maison de Quartier Gabriel Péri – Saint-Martin d'Hères

Le mardi de 19h00 à 22h00 à partir du mardi 7 octobre.
Animé par Jean-Luc Moisson.

Réservé aux personnes ayant déjà suivi une pratique artistique
- **100 heures de théorie**
- **3 stages** d'un week-end avec des intervenants et des disciplines différents
- **Mise en pratique des acquis** à Saint-Martin d'Hères

Sur entretien, nombre de places limité à 12.
Candidature : formation.fabrique@petitesutopies.com

Tarifs : 600 euros (tarif réduit) /**800 euros** (plein tarif)
+ adhésion à l'association 10 euros. Payable en trois fois.

ATELIER THÉÂTRE AMATEUR
Centre Erik Satie – Saint-Martin d'Hères
Le mercredi de 19h00 à 22h00 à partir du 17 septembre
Animé par Amélie Etvenon. **Inscriptions, renseignements et tarifs :** 04 76 44 14 34 / centreesa@numericable.fr

La Fabrique des petites utopies 1 rue des Beaux Tailleurs, Grenoble **04 76 00 91 52**

La basse cour / musique & théâtre

www.labassecour.net

LA BASSE COUR, PREMIER CAFÉ-THÉÂTRE GRENOBLOIS !!

Le lieu dispose d'une salle de spectacle et de deux studios de répétition et propose des ateliers enfants, ados et adultes, en musique et théâtre:

• Cours individuels / cours collectif / packs perfectionnement à la carte / stages :
THÉÂTRE : Atelier théatre enfant, Ados, Adultes, Impro, One wo/man show, Clown.
MUSIQUE : Guitare, Basse, Ukulélé, Batterie, Piano, Chant, Flûte traversière, Clarinette, Eveil musical, Chorale.

Pré-inscriptions en ligne sur www.labassecour.net. Les cours hebdomadaires se déroulent du lundi 22 septembre 2014 au vendredi 12 juin 2015 (hors vacances scolaires soit 30 cours). Rencontre avec les professeurs le mercredi 10 septembre de 15h à 19h.

La Basse Cour Quartier de l'Estacade, Grenoble **09 80 57 07 62**

L'École des Gens

lesgensdubitume@gmail.com • www.lesgensdubitume.com

- Un programme pédagogique, précis, complet et adapté à différents publics
- Un enseignement réalisé par des professionnels
- Une volonté de rendre accessible le théâtre à tous

COURS :

Adultes : amateur découverte : les lundis 18h-19h30 ou 20h-21h30
amateur plus : les mardis 19h30-22h30

Ados : 11-14 ans : les samedis 10h30-12h
15-17 ans : les samedis 14h-17h

Enfants : 7-8 ans : les mardis 17h30-18h30 ou les mercredis 14h-15h30
9-10 ans : les mercredis 16h-17h30 ou les jeudis 17hh30-18h30

L'École des Gens 45 rue Nicolas Chorier, Grenoble **06 62 15 98 25**

Theatre - Clown - Commedia Dell'arte

compagnieab@me.com

FAIRE DU THÉÂTRE PAR LE PLAISIR DU RIRE

A LA RECHERCHE DE SON CLOWN : Découvrir et construire son propre Clown par un travail théâtral axé sur l'énergie, l'imaginaire, l'émotion et le plaisir.

L'ART DE LA COMMEDIA DELL'ARTE : Pratiquer l'art de la Comédie Italienne (qui a fait naître Molière) à travers ses personnages (Arlequin, Polichinelle, Pierrot, Colombine...), ses masques, ses danses, ses chants, ses pantomimes, ses improvisations, ses effets comiques... **Réalisation d'un spectacle.**
Depuis plus de 20 ans, LA COMPAGNIE ALAIN BERTRAND enseigne les bases du Théâtre Populaire. Ses spectacles sont présentés en France comme à l'étranger avec un succès constant. Elle propose des stages et ateliers réguliers en partenariat avec la MJC de Pont de Claix qui donnent lieu en fin d'année à des représentations publiques.

Séance de découverte gratuite le mardi 23 septembre à 19h30.

1ère séance de Commedia dell'arte le samedi 11 octobre de 10h à 19h à la salle de danse du gymnase Victor Hugo, Rue Victor Hugo, à Pont de Claix.
1ère séance de Clown le dimanche 12 octobre de 10h à 19h à la salle de danse de L'Escale, place Michel Couëtoux, anciennement place des Iles de Mars (même bâtiment que l'Amphithéâtre) à Pont de Claix.

Compagnie ALAIN BERTRAND 2 place Vaucanson, Grenoble **06 81 99 38 66**

Cie In MoBile Direction artistique Benoit Kopniaeff

kopniaeff.benoit@hotmail.fr

LA COMPAGNIE PROPOSE DES COURS DE THÉÂTRE POUR LES ADULTES DE TOUS NIVEAUX :

- **Les Ateliers : Deux cours sont proposés : Pour les débutants le mardi soir de 20h à 22h**
  Pour des personnes ayant déjà 3 ans de pratique le jeudi de 20h à 22h

Les ateliers sont encadrés par une équipe de comédiens professionnels de la compagnie.

- **Les inscriptions** se feront le premier jour du cours le mardi 30 septembre et le jeudi 02 octobre

- Pour toutes inscriptions, vous devez apporter un chèque de 12€ d'adhésion + 388€ de cotisation (qui peut être payé en plusieurs fois) + 1 photo d'idendité

2 COURS D'ESSAI GRATUIT

Cie In MoBile Grenoble **06 76 86 64 84**

Ateliers de théâtre du CREARC

crearc@crearc.fr • www.crearc.fr

- **Atelier Théâtre Enfants (7/10 ans) :** le lundi de 17h00 à 18h30.
  Réunion d'information le lundi 22 septembre à 17h00.
- **Atelier Théâtre Adolescents 1 (11/14 ans) :** le mercredi de 14h00 à 16h00.
- **Atelier Théâtre Adolescents 2 (15/17 ans) :** le mercredi de 16h30 à 18h30.
  Réunion d'information le mercredi 1er octobre aux horaires des ateliers.
- **Atelier Théâtre Adultes (tout niveaux) :**
  Atelier du mardi après-midi : de 16h00 à 18h00.
  Réunion d'information le mardi 23 septembre à 17h00.
  Atelier du mercredi : de 18h30 à 20h30
  Réunion d'information le mercredi 24 septembre à 18h30.
  Atelier du jeudi : de 18h30 à 20h30
  Réunion d'information le jeudi 25 septembre à 18h30
- **Atelier Adultes Avancés :** le mercredi de 20h30 à 22h30
  Réunion d'information le mercredi 24 septembre à 20h30.
- **Atelier Théâtre et Développement Personnel :** le mardi de 18h30 à 20h30.
  Réunion d'information le mardi 23 septembre à 18h30.
- **Atelier Théâtre, Corps, Mouvement, Emotion :** le mardi de 20h30 à 22h30
  Réunion d'information le mardi 23 septembre à 20h30.
- **Atelier d'Ecriture Autobiographique :**
  Tous les quinze jours, le mercredi de 18h00 à 20h00.
  Première séance le mercredi 1er octobre à 18h00 au Créarc

Les ateliers ont lieu au Petit Théâtre, 4 rue Pierre Duclot 38000 Grenoble et débuteront la semaine suivant la réunion de rentrée.
PRÉ-INSCRIPTION CONSEILLÉE

CREARC (Centre de Création, de Recherche et des Cultures) 8 rue Pierre Duclot, Grenoble **04 76 01 01 41**

La CiTé

contact.theatrelacite@gmail.com • www.theatrecite.canalblog.com

Centre d'initiation et d'échange Théâtral

ATELIERS DE THÉÂTRE POUR ENFANTS, JEUNES ET ADULTES

Initiation et perfectionnement aux plaisirs et à l'art de la scène.
Du débutant au confirmé ! Intervenants professionnels.

ATELIERS THÉÂTRE JEUNES
8-9 ans le mercredi de 13h30 à 15h00
10 -11 ans le mercredi de 14h00 à 15h30
10-11 ans le mercredi de 17h00 à 18h30
12-13 ans le mercredi de 15h00 à 17h00
14-15 ans le mercredi de 15h30 à 17h30
16-18 ans le mercredi de 17h30 à 19h30

ATELIERS THÉÂTRE ADULTES
Atelier Café-théâtre le lundi de 20h15 à 22h15
Atelier Découverte le mercredi de 20h00 à 22h00
Atelier Jouer pour la Jeunesse le mercredi de 20h00 à 22h00
Atelier Du Comicodrame le jeudi de 20h00 à 22h00

MINI STAGES : consulter notre blog et le petit bulletin (web)

Renseignements et Inscriptions : Samedi 6/09 de 10h à 16h au Forum des associations, Halle Jeannie Longo à Sassenage. Puis 10 /09 de 16h à 20h et 12/09 de 18h à 20h au Centre Associatif St Exupéry, 4 bis, square de la Libération à Sassenage

la CiTé 4 bis Square de la Libération , 38360 Sassenage **04 76 27 56 42**

L'atelier de l'acteur 2014/2015

www.compagnie-theatrale-muh.com

ATELIER THÉÂTRAL DIRIGÉ PAR STÉPHANE MÜH

- Cours adultes 1ère année : lundi de 20h à 22h30 - 1er cours le lundi 29 septembre 2014 à 20h
- Cours adultes 2ème année : mardi de 20h à 22h30 - 1er cours : le mardi 30 septembre 2014 à 20h

Les 2ers premiers cours sont des cours d'essai gratuits, à l'issue desquels se prennent les inscriptions.
Plus d'informations sur le site de la compagnie

L'ATELIER COMPAGNIE MÜH 50 quai de France, Grenoble **06 61 71 22 27**

T.O.R.E. Théâtre On Raconte l'Evènement

assoTORE@hotmail.fr

L'ASSOCIATION T.O.R.E. PROPOSE DES COURS DE THÉÂTRE POUR LES ADULTES

- Le lundi de 20h00 à 22h00 : 1er cours le 29 septembre 2014
- Le jeudi de 20h00 à 22h00 : 1er cours le 2 octobre 2014

RÉUNION D'INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS
le lundi 15 septembre 2014 à 19h00
À la Maison des associations, 6 rue Berthe de Boissieux, Grenoble
Salle 319 – 1er étage

Ces cours sont animés par Nicole Vautier et Danièle Klein comédiennes professionnelles, diplômées de l'école supérieure d'art dramatique du Théâtre National de Strasbourg.

Une séance gratuite d'essai est possible

Association T.O.R.E. 20 rue Claude Kogan, Grenoble **06 43 88 86 68**

MUSIQUE

Cie 40 BATTEURS

contact@40batteurs.com • www.40batteurs.com

LES PETITS BATTEURS : UN VRAI GROUPE DE MUSIQUE DESTINÉ AUX ENFANTS !

Pour les percussionnistes en herbe ou débutants, Les Petits Batteurs c'est une pratique musicale complète, ludique et spécialement adaptée : du travail de l'instrument au jeu en groupe jusqu'à l'aboutissement en concert. Encadrés par les musiciens professionnels de la compagnie 40 Batteurs, les enfants travaillent sur des djembés et congas un répertoire original et construisent un véritable spectacle. Alors rejoignez un groupe à l'énergie hors du commun et vivez une expérience humaine et musicale unique !

Les Petits Batteurs (de 5 à 10 ans) : le mercredi 16h00/17h00.

Cie 40 BATTEURS 27 rue Doyen gosse, 38600 Fontaine **06 84 44 28 06**

Et à Fond / Cie La Batook

contact@batook.org • www.batook.org

BATUCADA - CHANT - DANSE - SPECTACLE DE RUE

Association Et à Fond.
Créée en 1999 autour de la **Cie La Batook**, l'association Et à Fond propose transmission, création artistique et production, dans le champ des cultures africaines et brésiliennes. Des **événements festifs** rassemblent les adhérents et permettent de croiser les pratiques régulièrement.

Du **chant** à la **danse**, en passant par la **percussion** et la **batucada**, les ateliers sont ouverts à tous, quelque soit votre âge ou niveau. Retrouvez les intervenants suivants : François Brossier et Manu Fitte Duval pour les ateliers **percussions brésiliennes**, Rodrigo Costa pour l'atelier **Chant du Brésil**, Tereza Azevedo pour les ateliers **danse brésilienne.**

Tous le détail des activités via notre site internet
les pré-inscriptions s'effectuent en ligne dès à présent.

ASSOCIATION ET A FOND / CIE LA BATOOK 17 rue des Arts et Métiers, Grenoble **04 80 80 61 68**

La Note Bleue

www.lanotebleue38.com

Vous rêvez d'apprendre à chanter ? de vivre et partager votre passion sur scène avec une équipe de professionnels ? Rejoignez-nous !
Nous vous proposons nos activités artistiques autour de la voix et du chant **à GRENOBLE ET ENVIRONS :**
- Groupe vocal adultes : Spectacle All That Jazz ! Movies & Musicals. Interprétez les plus grands airs jazz des célèbres films américains et comédies musicales de Broadway des années 30 à 70 : Cabaret, New York, New York, Top hat, Chicago, Singin' in the rain, Hello Dolly, ...etc. Inscrivez-vous dès maintenant aux auditions ! (de juillet à septembre)
- Glee Club pour les 12-18 ans : Chantez et dansez comme dans la série américaine Glee ! Interprétez les titres de vos artistes préférés en solo et en groupe (Cold play, Katy Perry, Amy Winehouse, Adele, Bruno Mars, ... etc sans oublier les comédies musicales) ! Inscrivez-vous dès maintenant aux auditions !
- Week-end chantant : grand rassemblement de choristes ouvert à tous ! pour chanter ensemble et se faire plaisir !
- Stages de technique vocale tous niveaux Initiation et perfectionnement

La Note Bleue 80 Chemin du Pré Blanchet, St Christophe/Guiers **04 76 55 86 60 / 06 17 60 18 65**

ATELIERS

Supcrea

adm@supcrea.com • www.supcrea.com

COURS DU SOIR & STAGES /// PROGRAMME SEPT 2014 > JAN 2015 ///

module 1 : DESSIN D'OBSERVATION Octobre > Décembre 2014 – 1 fois par semaine de 12h15 à 13h45
module 2 : PORTRAIT Septembre > Octobre 2014 – 4 mardis de 18h30 à 21h30
module 3 : ENCRES Novembre > Décembre 2014 - 5 mardis de 18h30 à 21h
module 4 : PAYSAGES Janvier > Février 2015 – 5 mardis de 18h30 à 21h

stage 1 : MODELAGE – MODELE VIVANT Octobre 2014 – 5 journées de 10h à 12h et de 13h30 à 16h30
stage 2 : COLORISATION NUMERIQUE Octobre 2014 – 5 journées de 10h à 12h et de 13h30 à 16h30

Possibilité repas sur place (tiré du sac) ; aucun pré-requis – âge minimum : 15 ans – 6 à 16 participants
Fiche d'inscription sur www.supcrea.com – Tarif dégressif si inscription à plusieurs modules ou stages.

PROGRAMME COMPLET SUR NOTRE SITE

SUPCREA 12 Rue Ampère, Grenoble **04 76 87 74 75**

ÉSAD, École Supérieure d'Art et Design • Grenoble • Valence

www.esad-gv.fr

JOURNÉES D'INFORMATION ET D'INSCRIPTION DES ATELIERS TOUS PUBLICS DE L'ÉSAD • GRENOBLE

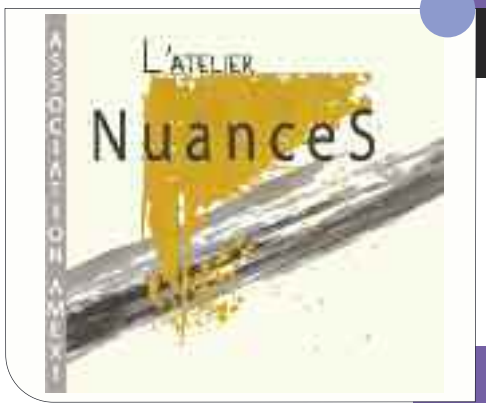
L'École Supérieure d'Art et Design • Grenoble • Valence est un établissement public d'**enseignement supérieur** qui dispense également des cours aux amateurs. Elle propose des **formations artistiques** pour les enfants et les adultes en **dessin, peinture, sculpture, gravure, aquarelle, pastel, bande dessinée et histoire de l'art**.

Les cours se déroulent l'après-midi et en **début de soirée** tout au long de l'année scolaire et s'adressent à toute personne désirant s'initier ou se perfectionner dans le domaine des arts plastiques.

Les ateliers tous publics de l'ÉSAD • Grenoble proposent également des **stages arts plastiques** mêlant différentes pratiques artistiques (dessin, peinture, volume…) **pour les enfants et jeunes** (de 8 à 14 ans), pendant les vacances scolaires.

Une SEMAINE D'INFORMATION aura lieu du lundi 22 au vendredi 26 septembre, de 14h à 19h, **et le samedi 27 septembre**, de 9h à 12h30. Elle sera l'occasion de découvrir les locaux des ateliers (3, rue Federico Garcia Lorca) et de rencontrer les enseignants.

ÉSAD, École Supérieure d'Art et Design • Grenoble • Valence 3 rue Federico Garcia Lorca, Grenoble **04 76 62 10 99**



L'Atelier NuanceS

amexiassociation@gmail.com • www.amexi.fr

ATELIER D'EXPRESSION ET DE CRÉATION ARTISTIQUE

Toutes techniques d'arts plastiques :

- Dessin
- Peinture
- linogravure
- techniques anciennes
- composition numérique

Séances hebdomadaires de 2H les lundis et jeudis :
16h30 - 18h30 / 18h30 - 20h30
Les mardis :
16h - 18h / 18h - 20h
Et les mercredis :
14h - 16h / 16h30 - 18h30 / 18h30 - 20h30

Tarifs chômeurs (voir site)

L'Atelier NuanceS 21 rue Gabriel Péri, Grenoble **04 76 87 34 57**

Esprit Carton

esprit.carton@neuf.fr • www.esprit-carton.fr

CRÉEZ VOS MEUBLES EN CARTON !

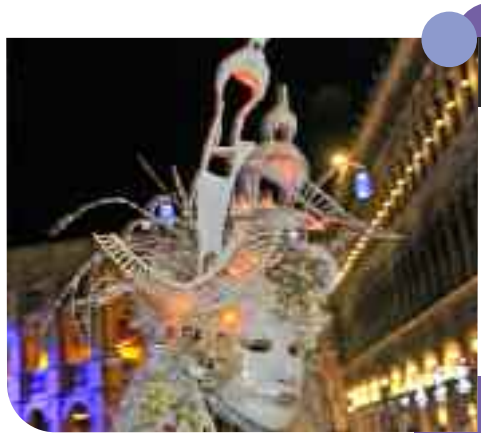
Esprit Carton propose toute l'année des ateliers tout public pour s'initier et se perfectionner à la création de ses propres meubles en carton. Cette activité créative et écologique permet de créer des meubles et objets, uniques solides et durables en recyclant du carton ondulé. Les ateliers sont animés par Jean-Jacques ANDRE, plasticien designer diplômé DNSEP.

Séances les mardis et jeudis de 14h à 17h & 18h à 21h
Ateliers enfants les mercredis de 14h à 15h30 & 15h30 à 17h
Prochains ateliers Octobre 2014.

La durée moyenne d'un atelier est de 30 heures soit une séance de 3h hebdomadaire sur un trimestre. Ateliers débutants et perfectionnements
Tarifs réduits pour les scolaires étudiants et demandeurs d'emplois.

PORTES OUVERTES & INSCRIPTIONS :
Tous les mercredis entre 17h et 19h à partir du mercredi 17 septembre ainsi que le samedi 20 septembre de 14h à 19h

Esprit Carton 12 Av. du Vercors, FONTAINE — **06 37 49 26 11**



LES INEFFABLES

les.ineffables@yahoo.fr • www.lesineffables.org

Venez à l'Atelier créer un masque, reflet de votre envie d'être une créature mystérieuse, un autre vous-même. Réalisez votre costume qui viendra compléter la métamorphose et participez avec les Ineffables à un spectacle luminescent.
Ateliers masques du 3 octobre au 3 décembre, puis du 7 janvier à mardi gras
PRÉSENTATION DU PROJET LE JEUDI 2 OCTOBRE À PARTIR DE 17H
Tout au long de l'année, nous proposons :
- des ateliers de création utilisant le détournement d'objets et les matériaux de récupération (ateliers enfants, ados, adultes, en duo parents/enfants, valides/ personnes en fauteuil),
- des stages, des sorties découvertes pour découvrir des artistes,
- des défilés, expos, mises en espace et formations.
JOURNÉE PORTE OUVERTE LE MERCREDI 24 SEPTEMBRE 2014 DE 14H À 19H

LES INEFFABLES MQ Péri/16 rue P Brossolette, St Martin d'Hères — **04 76 42 89 10**

Les machines, ateliers d'écriture

lesmachines.ecriture@gmail.com • www.lesmachines.over-blog.com

DANS LES ATELIERS D'ÉCRITURE LES MACHINES, ON LIT, ON ÉCRIT, ON PARLE. ET PUIS ON RÉÉCRIT EN S'APPUYANT SUR LE GROUPE.

SOIRÉE DÉCOUVERTE
Mercredi 17 septembre. Réservation préférable.

ATELIER RÉGULIER DU MERCREDI 19H - 22H
Premier rendez-vous le 1er octobre.

ATELIER DU DIMANCHE, MENSUEL. 10H - 17H30
Premier rendez-vous le 28 septembre.

Les ateliers ont lieu au 21 rue Servan a Grenoble.

Les machines 21 rue Servan (Quartier des Antiquaires), Grenoble — **06 22 33 40 46**

Tricot Nomade

tricot.nomade.grenoble@gmail.com • tricot-nomade-grenoble.e-monsite.com

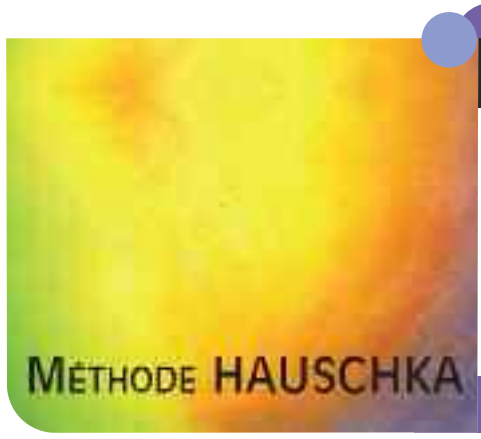
COURS DE TRICOT ET CROCHET TOUS NIVEAUX

Je vous guide, **pas à pas** et **à votre rythme**, dans **l'apprentissage** ou le **perfectionnement** de techniques qui vous donneront rapidement satsifaction, quel que soit votre niveau de départ.
Ces activités sont réputées pour leur effet relaxant, et vous pouvez choisir de suivre un modèle ou de laisser parler votre créativité.
En petit groupe (4 personnes maximum), dans des lieux accueillants et faciles d'accès, Tricot Nomade vous attend tout au long de l'année.
N'hésitez plus, venez nous rejoindre!

ADRESSE :
Le tricot vient à vous...
plusieurs lieux autour de Grenoble :
(Eybens, Fontaine, Meylan, Seyssins...)

Tous les renseignements et inscriptions par téléphone et sur internet.

Tricot Nomade autour de Grenoble : Eybens, Fontaine, Meylan, Seyssins... — **06 82 22 70 02**



Atelier Artistique Méthode Hauschka

catherine.gogryarth@gmail.com

PEINDRE SES ÉMOTIONS ET SE CONNAÎTRE PAR LA VIE DES COULEURS

La méthode Hauschka permet d'accéder très vite à un résultat artistique satisfaisant en abordant la vie des couleurs. Cette méthode est accessible à tous, bien sûr aux expérimentés et aux profanes, aux adultes et aux enfants. La méthode Hauschka permet d'aller chercher l'artiste qui est en nous et au fil du temps apporte équilibre et harmonie. 30 ans d'expérience artistique et art-thérapeute depuis 10 ans. L'atelier se situe à l'île verte.

Horaires :
lundi : 14H30 à 16H00 / 18H00 à 19H30
mardi : 10H00 à 11H30 / 12H15 à 13H45
jeudi : 10H00 à 11H30 / 18H30 à 20H00
vendredi : 10H00 à 11H30 / 12H15 à 13H45 / 18H00 à 19H30
samedi : 10H00 à 11H30 / 14H00 à 15H00 (enfants)

Tarif : Le cours 35€ matériel fourni
pour 4 cours consécutifs (1 Par semaine) : 120€

Cours : En groupe de 4 personnes (max)
Découverte des 6 couleurs de l 'Arc-en-Ciel, après travail personnel.
Pour les enfants, peinture à partir des contes.
PORTES OUVERTES : SAMEDI 13 SEPTEMBRE DE 10H à 16H

Atelier Artistique Méthode Hauschka 15 Quai Jongkind (1er étage), Grenoble — **06 42 42 76 99**

Nicole Paliard

galerieateliernicole@gmail.com • www.galerieateliernicole.com

PEINDRE, DESSINER, IMAGINER, CRÉER... DÉBUTANT, CONFIRMÉ

Atelier d'Art :
Adultes : jeu 14h - 17h / sam 10h - 13h
Ados : mer 17h30 - 19h
Enfants 6-12 ans : mer 14h30 - 16h / 16h-17h30

Atelier Dessin :
Adultes : jeu 19h - 22h

Atelier Mandalas :
Adultes : mer 19h15 - 21h / jeu 10h15 - 12h

Atelier pro :
ven 9h - 17h

Week-end et stages d'art toute l'année.

Tarifs : Adultes à l'année environ 30 séances - un atelier : 380 euros / pass ateliers : 800 euros
Adultes pro environ 16 séances : 630 euros
Enfants et Ados : 320 euros (matériel fourni)

Inscriptions pour l'année 2014-2015 à la galerie.
Reprise des cours en octobre.

Galerie Atelier Nicole Paliard 60 RD 1090, Bernin — **04 76 71 07 29 / 06 08 75 47 44**

COMAMICI

comamici@orange.fr • comamici.blogspot.com

COMITÉ DANTE ALIGHIERI DE GRENOBLE

Avis aux adhérents : à partir du 29 septembre reprise des

COURS D'ITALIEN

Cours de langue (tous niveaux)
Pratiquer l'italien à travers l'actualité
Esprimersi giocando
Chantons en italien
Clubs et ateliers

Portes Ouvertes
Samedi 13 septembre 2014
De 14 h à 18 h

Renseignements et inscriptions
Du lundi au jeudi de 10 h à 12 h et de 14 h à 18 h 30

COMAMICI 7 avenue Félix Viallet, Grenoble *(code entrée immeuble : P)* **04 76 47 07 01**

Droujba 38, Amitié france russie cei

droujba38@gmail.com • www.droujba38.com

COURS DE RUSSE

- **Cours de Russe aux Français.** Plusieurs niveaux. Par professeurs d'origine Russe
- **Cours de Français pour Russophones** par professeur d'origine Russe
- **Pour les enfants Initiation et cours de Russe.** Par professeurs d'origine Russe.
- **Danses Russes et chorale**
- **Et aussi activités culturelles et conviviales :**
- Nouvel an Russe, expositions, concerts, conférences, chants, atelier de cuisine, conversation, films.

Inscriptions par mail ou tél.

Réunion de rentrée le mardi 23 septembre à 18h30 : au 53 Bd Gambetta à Grenoble
Début des cours le lundi 29 septembre.

Amitié France Russie cei 33 av. Alsace Lorraine, Grenoble **04 76 24 47 80 / 06 62 94 06 63**

Association Babel

association.babel@laposte.net • www.babelassociation.eu

DÉCOUVREZ LES LANGUES VIVANTES DANS LEUR CONTEXTE CULTUREL ET LINGUISTIQUE

L'Association Babel vous propose des cours d'anglais, italien, espagnol, français langue étrangère en petits groupes, des groupes de conversation, des soirées thématiques et une bibliothèque anglaise.

Tarif adultes :
25 cours de 1h30 d'octobre à fin mai : 280 euros.

Journée Portes Ouvertes :
le samedi 13 septembre, de 14h00 à 18h00.

Association Babel 2, Rue Sainte Ursule, Grenoble **04 76 42 43 91**

Commission Echange avec Kimberley

www.echirolleskimberley.blogspotcom

COURS D'ANGLAIS POUR ADULTES DE DÉBUTANT À CONVERSATION

Cours :
28 séances tous les jeudis de l'année scolaire de 18h30 à 20h au Lycée Thomas Edison – Echirolles.

Tarifs (2014/2015) :
- Adhésion à l'association : 12€ (obligatoire pour suivre les cours)
- Echirollois : 148 €
- Non-Echirollois : 169 €

Inscriptions :
Jeudi 4 et mardi 9 septembre 2014 de 18h à 19h30.
Au Lycée Thomas Edison

Commission Echange avec Kimberley Hotel de Ville - BP 248 - 38433 Echirolles **06 34 95 21 82**

Graines De Polyglottes

contact@grainesdepolyglottes.fr • www.grainesdepolyglottes.fr

À partir de 1 an

CENTRE MULTILINGUISTIQUE DÉDIÉ À L'APPRENTISSAGE DES LANGUES ET À LA DÉCOUVERTE DE LEURS CULTURES.

6 langues proposées : **Anglais - Allemand - Espagnol - Italien - Russe - Chinois**.

- Cours particuliers - en groupe
- Stages de vacances
- Préparations examens et concours
- Au centre ou à domicile

Portes ouvertes :
mercredi 3 et 10 septembre : 10h-12h et 14h-17h
samedi 6 et 13 septembre : 10h-12h

GRAINES DE POLYGLOTTES 40 rue Lesdiguières (Entrée rue Aubert Dubayet), Grenoble **04 76 87 37 01**

Les Petits Bilingues

grenoble@lespetitsbilingues.com • www.lespetitsbilingues.com

L'anglais de 1 à 99 ans

L'ANGLAIS DE 1 À 99 ANS

Ateliers et cours d'Anglais pendant l'année scolaire de 6 mois à 18 ans
- Stages d'Anglais pendant les vacances
- Ateliers de conversation pour adultes
- Séances individuelles dans nos centres ou à domicile pour adultes et enfants.

Nos engagements :
- Animateurs de langue maternelle
- 3 centres dans la région : plusieurs séances en simultanée
- Mini-groupes de 5 à 10 enfants
- Programmes qui varient chaque année
- Pédagogie basée sur le jeu, l'interactivité et le plaisir de partager
- Une formidable ouverture sur le monde anglo-saxon
- Réductions en fonction du quotient familial.

PORTES OUVERTES - tous les mercredis en septembre de 15h à 18h dans tous les centres
Grenoble samedi 6/9 et 13/9 de 10h à 17h **Pont de Claix** samedi 6/9 et 13/9 de 9h30 à 12h30
Montbonnot samedi 13/9 de 10h à 17h

Les Petits Bilingues 9 place de Metz, Grenoble, Montbonnot, Le Pont de Claix **04 38 92 01 01**

Speak English Kids

www.speakenglishkids.com

NOS ANIMATEURS ANGLOPHONES VOUS PROPOSENT :

Des animations ludiques (jeux, chansons ...)

Des stages intensifs pendant les vacances scolaires
avec des sorties et des activités artistiques et culturelles.

Intervention à domicile ou bien dans nos locaux, les écoles, les centre sociaux.

Les enfants sont répartis dans des petits groupes de niveau et d'âge

Grand jardin privatif

Stages :
Les stages ont lieu pendant les vacances scolaires.
Les enfants sont amenés à faire des travaux artistiques et créatifs en anglais autour de plusieurs thèmes choisis à l'avance par l'équipe d'animation et l'équipe pédagogique.
Inscription à la semaine.

Soutiens scolaire :
Nous organisons des séances par groupes de 4 élèves ayant le même niveau.

Speak English Kids 24 rue Doyen Gosse, Fontaine **06 87 77 39 81**

Uas De Seyssins - Cours d'anglais et d'espagnol

uaslangues38@yahoo.fr

LES GROUPES SONT DE TAILLE RÉDUITE ET LES PROFESSEURS SONT D.E ET/OU NATIFS DE LA LANGUE.

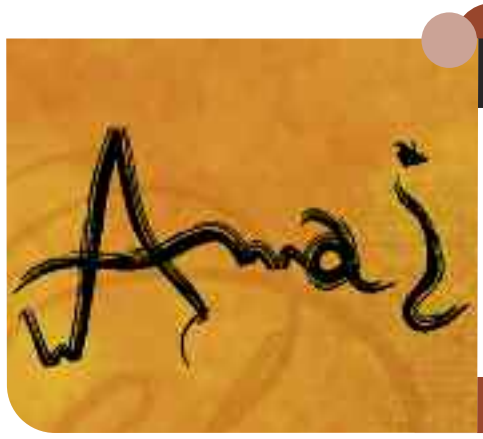
Les cours sont hors vacances scolaires.

- ADULTES : cours Anglais et Espagnol tous niveaux, de débutant à confirmé.
1h30 par semaine, 28 cours dans l'année. Anglais conversation les jeudi soirs.

- ENFANTS : Anglais à partir de 4 ans et niveau primaire, 30 cours de 1h les mercredi après-midi.
Pour tous : paiement annuel de 1 à 4 chèques.

- INSCRIPTIONS au Prisme de Seyssins samedi 6 septembre de 14h à 18h, stand Cours de Langues, ou à la Maison des Associations 8 rue Joseph Moutin, lundi 8 septembre de 17h à 18h30.

UAS DE SEYSSINS Maison des Associations Proche terminus tram C, Seyssins **06 76 25 70 56**



Association culturelle Amal

amal38@gmail.com • www.amal38.fr

AMAL VOUS PROPOSE DE DÉCOUVRIR LES CULTURES DU MAGHREB À TRAVERS SES ATELIERS

Enfants & Ados
• Langue / Calligraphie / Histoire du monde arabe

Adultes
• Arabe littéraire (3 niveaux)
• Musique Arabo-andalouse
• Danses orientales (3 niveaux)
• Français

Du 22 au 27 septembre, venez essayer tous nos cours gratuitement !

AMAL 57 avenue Maréchal Randon, Grenoble **04 76 44 71 14**

Cours de Japonais à Grenoble

info@ecole-japonais.fr • grenoble.ecole-japonais.fr

APPRENDRE LE JAPONAIS AVEC L'ECOLE DE LANGUE JAPONAISE

JOURNÉE PORTES OUVERTES LE SAMEDI 13 SEPTEMBRE DE 14H À 18H

• 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

Possibilité de rejoindre nos classes toute l'année !

Col'Inn 34 Avenue Félix Viallet, Grenoble **09 54 82 12 72**

CONCEPT SIGN
Formation à la Langue des Signes Française

Concept Sign

contact@concept-sign.com • www.concept-sign.com

Concept Sign veut favoriser les rencontres entre les personnes sourdes et entendantes, et leurs permettre d'acquérir une double identité les uns et les autres.

Nos services proposés en Langue des Signes Française :
Sensibilisation / Formation / Remise à niveau / Animation

Ouvert à tous sourds et entendants. Vous pouvez vous inscrire dès maintenant !

Concept sign'arts a pour objectifs :
Reconnaissance et utilisation de la langue et de la culture sourde, pour les personnes sourdes, malentendantes, et leur entourage.

Promouvoir et diffuser cette langue en utilisant tous les moyens d'expression tels que l'échange, le chant, la danse, le théâtre, le conte et ainsi que par des animations diverses.

Inscription à Concept sign'arts

Venez découvrir notre «café signes» ! Grenoble ou banlieue.

Concept Sign à Crolles / à Grenoble **06 08 84 05 13**

COURS & STAGES.fr
Trouvez un cours ou un stage près de chez vous
Trouvez un cours pour la rentrée !
DANSE
MUSIQUE
THÉATRE
BIEN ÊTRE
LANGUE
ATELIER
ARTS MARTIAUX

Signéthic

www.signethic.fr

La Langue Sourde Francaise (LSF) à portée de vos mains.

Pour y arriver, nous mettons à votre disposition :
- Des formateurs Sourds diplomés, expérimentés et passionnés par la pédagogie et l'enseignement de leur langue maternelle.
- **Jusqu'a 14 niveaux de formation.**
- Le programme européen utilisé pour toutes les langues (cadre européen commun de référence pour les langues).
- Selon vos disponibilités, différentes formules (hebdomadaires, intensifs, intensifs accélérés).
- Pour les entreprises et établissements scolaires des modules spécifiques et adaptés sont proposés.
- **PORTES OUVERTES** LE SAMEDI 20 SEPTEMBRE 2014.
Initiation à la langue des signes.
Gratuit, places limitées, telephoner pour reserver.

Signéthic 12-14 rue Claude Genin, Grenoble — **04 76 89 15 14 - 06 45 09 35 51**

Cours de Langue des Signes - Théâtre Gestuel

universignes@gmail.com

FORMATION LANGUE DES SIGNES FRANÇAISE (LSF) : des Formateurs Sourds diplômés et expérimentés
- COURS HEBDOMADAIRES et STAGES INTENSIFS ; cursus organisés selon référentiel européen (CERCL) de A1.1 à B1.6 (14 paliers)
- PRÉPARATION DE L'ÉPREUVE LSF AU BAC - REMISE A NIVEAU - PROJETS SPECIFIQUES - SENSIBILISATIONS

Découverte, plaisir ou projet professionnel ? UniverSignes vous propose des formations adaptées à vos attentes et à votre niveau.

Théâtre Gestuel Sourds / Entendants

ATELIER HEBDOMADAIRE et MINI-STAGES : pour se rencontrer dans un univers gestuel silencieux plein de poésie et d'humour.

Chant-Signes et Poésie LSF

Nos prochains Rendez-Vous (entrées libres) : Samedi 13/09 9h30-13h Forum des Associations, Gymnase Doyen Gosse, La Tronche. **Samedi 13/09 14h30** Chant-Signes, Kiosque Jardin de Ville, **Samedi 27/09 15h30 La Malle à Histoires :** spectacle-Initiation Langue des Signes, Biblio. Jardin de Ville. **Dimanche 05/10 15h** Création Poétique en Langue des Signes, Musée de Grenoble,

UniverSignes Cultures Visuelles La Tronche et Grenoble Gambetta — **06 15 10 12 91**

Cabinet Conseil Conjugal et "Cœurporel"

gloria.cvj@sfn.fr

"COEURPOREL" LIEN COEUR-CORPS

NOUVEAU À ST. EGRÈVE !
- Ateliers à l'année « Danse Méditative » et « Energie reparatrice » et stage « Nourrir le souffle de vie »
- Entretiens individuels et en couple
- Activités psychocorperelles individuelles et en couple
- Stages non-résidentiels week-end
- Intervention en structures

GLORIA CARVAJAL 2 rue du Néron-St. Egrève — **06 43 68 10 48**

Yoga relaxation méditation

www.philippefrequelin-yoga.com

ENSEIGNANT DIPLÔMÉ DE L'ECOLE FRANÇAISE DE YOGA DE LYON - MEMBRE DE L'UNION DES ENSEIGNANTS DE YOGA DE L'ISÈRE

- Apprendre à se relaxer, assouplir et tonifier son corps
- Améliorer sa concentration, réduire la rumination mentale et positiver
- Harmoniser le corps et l'esprit, optimiser son potentiel vital
- **Cours collectifs :**
Lundi et Jeudi : 18h15 à 19h15 / 19h30 à 20h30
Mardi : 12h30 à 13h30
- **1er cours d'essai gratuit**
- Etudiants Chômeurs Couples -20% / Reprise des cours lun 9 sept

REPRISE DES COURS LUNDI 15 SEPTEMBRE 2014

DOJO EVEIL DU TAO 37 place St Bruno, Grenoble — **04 76 43 73 51 / 06 89 85 07 73**

Institut Freudien de Psychanalyse Grenoblois

www.psychanalyse-grenoble.fr

Formez votre esprit analytique !

L'Institut Freudien de Psychanalyse Grenoblois (IFPG) est un organisme qui propose des formations certifiantes au titre de la formation continue.

L'Institut adhère à la **Fédération Freudienne de Psychanalyse** qui supervise l'ensemble des formations, programmes et examens. Elle est une garantie de la qualité de notre enseignement en veillant au respect du code de déontologie.

Les cours sont dispensés par **Africa PÉLISSON, directrice de l'Institut et psychanalyste didacticienne**.
L'initiation à la psychanalyse est destinée à toute personne désirant découvrir le développement psychologique de l'être humain sous un angle psychanalytique freudien, kleinien et lacanien.

L'initiation comporte 17 cours, 2 jeudis par mois de 18h à 20h. Mail : psy.pelisson@orange.fr

Institut Freudien 5 rue du 4ème Régiment de Génie, Grenoble — **06 84 04 74 72**

ECOLE de SHIATSU inter-méridiens

www.shiatsu-inter-meridiens.fr

SHIATSU : UN ART DU TOUHER ENERGETIQUE
Santé Bien-être Détente profonde

Le shiatsu est né au Japon, d'une interaction du **massage traditionnel japonais** et de la **médecine traditionnelle chinoise.**
Par la pression des mains et des pouces, il rétablit la circulation harmonieuse de l'énergie dans les méridiens et dans le corps.

La pédagogie des cours, nourrie par 20 ans d'expérience, est **innovante et créative**.
Pour un accompagnement **personnalisé de qualité**, les groupes sont limités à 10 élèves

COURS STAGES FORMATION CONSULTATIONS. Cours gratuit et portes ouvertes le vendredi 12 septembre.

GRENOBLE 10, rue Cardinal Le Camus - CREST (26) 5, rue Georges Bovet — **06 12 60 62 62**

YOGA
SOPHRO
YOGSO

Yoga, Sophrologie et Yogso (yoga + sophrologie)* www.yogasophro.fr

* POUR FAIRE CONNAITRE LES TROIS DISCIPLINES, ATELIERS D'INITIATION :
LES SAMEDIS 6, 13 ET 27 SEPT DE 15H À 18H AVEC TARIF PRÉFÉRENTIEL DE 15 EUROS

Améliorez forme, santé, sommeil, mémoire

- **RELAXATION**
- **POSTURES DOUCES**
- **RESPIRATION**
- **PENSEE POSITIVE**
- **CONCENTRATION**
- **TRAVAIL SUR LES ÉMOTIONS**

Cours collectifs et particuliers.
Ateliers de gestion du bon et du mauvais stress / Atelier yoga des yeux et du visage. (Voirs site).

Professeur diplômé en yoga et sophrologie (master spécialiste).

Claude ALCHEIK 15 cours Berriat (Centre ville, Tram A, B & E), Grenoble **04 76 43 28 63**

ELOYOGA Hatha yoga sur Grenoble et l'agglomération elodie.jean.yoga@gmail.com • www.eloyoga.net

COURS, STAGES DE YOGA, HATHA YOGA, RELAXATION, BIEN ÊTRE

L'enseignante : Formée à l'enseignement du Yoga à l'école Yoganjali de Grenoble dirigée par M.Lav Sharma, professeur au Centre Tapovan à Paris.

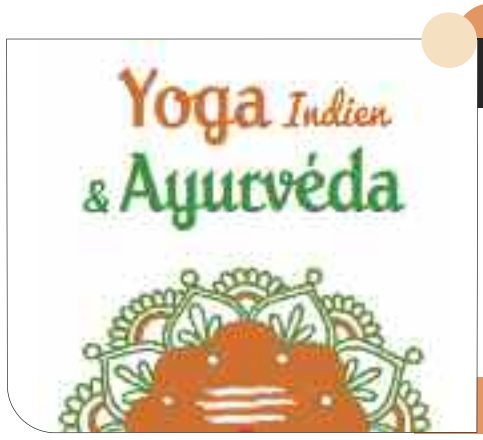
COURS - ATELIERS • Cours collectifs pour tous niveaux, adultes, ados • Cours particulier à domicile, ou en petit groupe
• Yoga des enfants, Yoga en Entreprise

Dates, horaires et lieux :
• Mercredi de 18h30 à 19h45 / **Lieu :** Les Sources – 2 rue Chenevière à Meylan

Tarif : 15€ le cours et 260€ l'année

Stage yoga 1 samedi matin par mois pour tous publics et tous niveaux / **Lieu :** Les Sources - 2 rue Chenevière, Meylan
Tarif : 20€ le stage

Elodie JEAN Grenoble **06 88 98 97 27**



Krishna Yoga www.krishnayoga.wix.com/krishnayoga

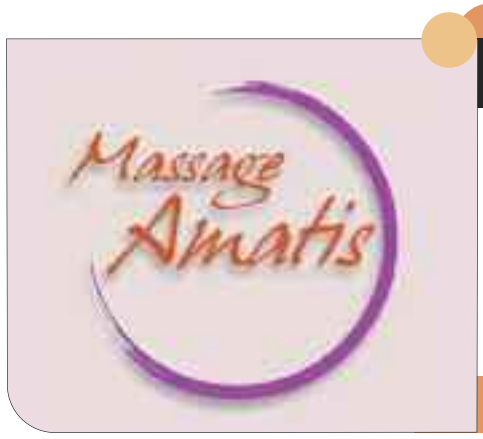
Yoga Traditionnel Indien et Massages Ayurvédiques «bien-être» (pratique et formations)
« La vraie richesse réside dans une bonne santé, le vrai bonheur dans la paix du mental ! » Vishnu Devananda
Découvrez le yoga indien à Grenoble et Meylan avec **Krishna Gengadharan** qui a grandi dans la culture du Yoga traditionnel et de l'Ayurvéda depuis son enfance, bénéficiant de l'enseignement de son grand-père et de son père yogi ainsi que des grands maîtres indiens Sivananda. Il enseigne depuis 20 ans et est diplômé de Yoga Ratna, Bhaskara, Acharya, de massages ayurvédiques, et de 'Pranic Healing'.

Au programme des **cours, stages ou ateliers**, sera proposé un enseignement basé sur les **asanas** (postures), **la respiration**, **les mantras** (phrases ou mots sacrés), **les mudras** (mouvements symboliques des mains) et **la méditation**.

Cette **pratique authentique, non occidentalisée**, procure un grand bien-être physique et mental, développe une énergie positive, apporte force, souplesse, résistance et équilibre.

Cours collectifs et individuels tous niveaux, stages et ateliers thématiques indiens tout au long de l'année.
Consultez les informations (lieux, horaires, tarifs) sur le site web. **Venez découvrir lors d'un 1er cours d'essai gratuit.**

Krishna Yoga Grenoble / Meylan (voir site) **krishnayoga38@gmail.com**



Formation au Massage Amatis www.massage-amatis.com

MASSAGE-BIEN-ETRE NON MÉDICAL

Quand le massage devient un art de l'écoute
Une présence juste à soi et à l'autre

Formation 200h en 3 modules

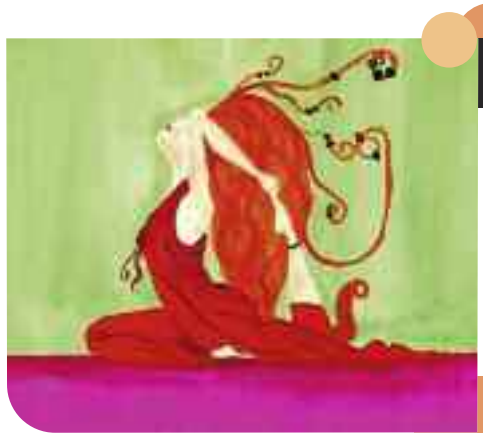
1er Module : les bases du massage, pour masser les personnes de son entourage

2ème et 3ème module : formation diplômante

Ateliers en soirée mercredi et vendredi soir
voir horaires et tarifs sur le site : www.massage-amatis.com

Lieu : "l'Atelier" à Seyssinet village :
www.ateliermieuxetre-seyssinet.fr
Formateur : Philippe Fréquelin, 25 ans d'expérience dans la thérapie et le massage.

L'Atelier du mieux être 5 rue de la Scie, 38170 Seyssinet **06 89 85 07 73**



Yoga Traditionnel & Maternité estelle.lefebvres@laposte.net

Enseignante diplômée de l'Ecole Yogakshemam

Sri T.K. Sribhashyam, descendant d'une famille de « Maîtres de Philosophie, Yoga et Ayurveda », transmet au sein de l'école Yogakshemam, l'essence du Yoga; Le Yoga Traditionnel dont je tire mon enseignement.

- Délier les tensions
- Apaiser le mental
- Sagesse Indienne
- Maîtriser le souffle
- Gérer les émotions
- Retrouver la conviction

www.yoga-maternite-grenoble.com
www.yogatraditionnel.wix.com/e

Yoga maternitée, suivi de Grossesse les mardi 16h et 17h
Cours collectifs les mardi 11h, 12h30, 18h, 19h30, Cours particulier sur demande.

Reprise des cours & inscriptions le mardi 16 septembre

Institut Grefor 9 rue de New York, Grenoble **04 76 36 12 68 / 06 14 07 76 99**

Dojo Eveil du Tao - ISIS www.isis-shiatsu.com

L'association Iokai Shiatsu Isère vous invite dans son nouvel espace, le Dojo Eveil du Tao, pour découvrir ou pratiquer des disciplines traditionnelles orientales dans un cadre convivial et paisible, quel que soit votre âge ou votre niveau.

En plus des formations ISIS de **Shiatsu Iokai, Do In Qi Gong et Tao de la Femme Lune**, dispensés par Shadia Després, vous pourrez vous adonner au **Yoga, Atelier de Méditation, Mouvement Régénérateur, Qi'méya**, en cours collectifs hebdomadaires, en séminaires de week-end ou en suivi individuel.
Pour plus d'informations, nous vous convions à suivre un cours d'essai gratuit, à surfer sur nos différents sites, ou à nous contacter par mail ou téléphone.

Yoga : **Philippe Frequelin :** 06 89 85 07 73. **Valérie Berger :** 06 81 18 35 12. **Qi'méya :** **Jeff Sylverwind :** 06 22 68 38 27.
Méditation : **Thierry Thouvenot :** 06 77 77 18 46. **Mouvement Régénérateur :** **Denis Emonet :** 04 74 88 61 55

Dojo Eveil du Tao 37 place Saint Bruno, Grenoble **04 76 07 58 32 / 06 79 65 70 43**

AUPRES / Tai Ji Quan - Qi Gong

aupres.harmonie15@laposte.net

Harmonisation corporelle et émotionnelle / Connaissance de soi, souplesse et mémoire / Convivialité, pratique individualisée des activités

TAI JI QUAN - lundi : débutants de 9 h00 à 10h15
Ecole Yang : confirmés de 9h00 à 11h00

QI GONG - mercredi de 20 h00 à 21h30
vendredi de 12 h15 à 13h30

Samedi 14h00à 17h00 : 5 stages programmés

Début des cours : 15/9/2014 pour les cours de lundi et mercredi
Début des cours : 26/9/2014 pour les cours de vendredi

1 cours d'essai gratuit

Cours à la Maison des Habitants de la Bajatière :
79 av. Jean Perrot – Grenoble

AUPRES 12 av. Marie Reynoard, Grenoble — **06 67 53 85 63 / 04 76 39 29 58**

Tai chi, bien-être et santé

taichibienetreetsante@yahoo.fr

VENEZ DÉCOUVRIR UN ART CORPOREL ÉNERGÉTIQUE ORIENTÉ VERS LE BIEN-ÊTRE ET LA SANTÉ !

Issu des arts internes traditionnels chinois, le Tai chi Quan est accessible à tous.

L'ENSEIGNEMENT

La pratique du Tai chi assouplit les articulations, développe une respiration profonde, procure une détente musculaire et nerveuse, tout en stimulant les fonctions vitales. Cette approche s'appuie sur la méthode de Stévanovitch qui est adaptée à notre esprit continental, tout en restant fidèle et respectueuse des techniques orientales. Les séances s'articulent autour d'un temps de détente et de relaxation au sol (automassage, exercice respiratoire, relaxation guidée…) et d'un temps de pratique debout enchaînant différentes postures.

INFORMATIONS PRATIQUES

Séances : Cours hebdomadaires d'une heure et quart entre septembre 2014 et juin 2015 (Hors vacances scolaires).
Horaires: Le lundi et mercredi soir à 17h30 ou 18h45 à Grenoble
Le mardi soir 18h / 19h15 (avancées) / 20h30 à Seyssinet.
Le vendredi matin à 9h à Seyssinet.

Début des cours lundi 8 septembre 2014
1ère séance découverte gratuite

Tai chi, bien-être et santé 19 rue des déportés, Grenoble / Seyssinet Village — **06 01 85 94 96**

Taï Chi Chuan - Art du mouvement

untcc@untcc.com • www.untcc.com

Ateliers Découvertes & reprise des cours à partir du 23 SEPTEMBRE 2014

Art Martial Traditionnel
Cours d'essai
Equilibre
Atelier découverte
Respiration
Concentration
Souplesse

Différents lieux de cours :
Meylan
Campus-CAESUG
Grenoble
Herbeys-MPT
Villard de Lans-M&TCC

Taï Chi Chuan Traditionnel
Cours tous niveaux
Inscription toute l'année

Taï Chi Chuan Style Yang / UNion Tai Chi Chuan - UNTCC — **04 76 33 03 67**

Association Rythmes Du Tao - Taï Chi Chuan

rythmesdutao@free.fr • www.rythmesdutao.free.fr

STYLE YANG, ISSU DE L'ÉCOLE DE MAÎTRE TUNG KAI YING - *Pratique - Recherche - Enseignement - Echange*

Forme longue, rapide et familiale, mouvements et applications à deux, pratique des armes : éventail, sabre, épée, bâtons.

Début des cours : Lundi 22 septembre 2014 :
- Un cours gratuit
- Un stage mensuel, le samedi de 14h30 à 18h30
- 2 stages résidentiels par an
- Stages avec intervenants extérieurs

Cours à Claix : Lundi 19h
Cours à Pont-de-Claix : Mardi 10h
Mercredi 18h30
Jeudi 18h30
Vendredi 10h

L'ARDT est affiliée à la Fédération Française de WUSHU - arts énergétiques et martiaux chinois.

A.R.D.T. 40 bis avenue Victor Hugo, 38800 Pont de Claix — **04 76 01 07 11**

Tai chi chuan et Qi-Gong

yangtse.grenoble@free.fr • www.yangtse-grenoble.fr

ASSOCIATION AFFILIÉE À LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE WUSHU, ARTS ÉNERGÉTIQUES ET MARTIAUX CHINOIS.

Le **Tai chi chuan** enseigné (Style du serpent), est une pratique qui apprend à se mouvoir de façon unifiée, détendue et flexible, dans la lenteur (travail organique) comme dans la vitesse (dynamique martiale). Pratiqué de façon approfondie, c'est un **art martial** efficace, développant les capacités d'adaptation au changement.
Forme à mains nues, Armes, Poussée des mains, Sens martial et Applications.

Le **Qi Gong** enseigné développe le travail organique et la détente profonde, sans aborder l'aspect martial et les enchaînements spécifiques du Tai chi chuan.

Saison 2014/2015 : reprise des cours hebdomadaires le **Mardi 23 Septembre 2014** (lieux : Lycée Mounier, MJC des Allobroges, MJC Prémol (quartier Vigny-Musset)).

PORTES OUVERTES gratuites le **Samedi 20 Septembre 2014**, de 14h à 18h, Gymnase Chanou, Externat Notre Dame (Tram A arrêt MC2 ou parking MC2).

Cours hebdomadaires et stages. Forfait possible pour 3 semaines à l'essai.

Association YANG TSE GRENOBLE — **06 86 81 66 95**

Aïkikaï de Grenoble (FFAB)

aikido.grenoble@free.fr • www.aikikaigrenoble.fr

AÏKIDO / IAÏDO / JODO

3 arts martiaux traditionnels japonais sans compétition, accessibles à toutes et à tous !

Cours du lundi au samedi 12 mois/12 à Grenoble
Pour les adultes (160€/an), les ados (80€/an),
& les enfants (60€/an)

JOURNEE PORTES OUVERTES
samedi 13 septembre 2014 de 9h30 à 18h
Dojo Thiers 16 rue Thiers, Grenoble
Démonstrations et initiations gratuites pour tous à partir de 7 ans

Aïkikaï de Grenoble 7 rue François Raoult, Grenoble — **04 xx xx xx xx**

GERAÇAO CAPOEIRA - BATUCADA À GRENOBLE

geracaocapoeira.gre@gmail.com • www.geracao-capoeira.fr

LA CAPOEIRA, UN MÉLANGE PARFAIT DE FORCE, RYTHME, AGILITÉ ET LIBERTÉ

Venez découvrir cet art martial typiquement brésilien crée par les esclaves à l'époque coloniale.
Un Contre-Maitre et un Professeur brésiliens seront heureux de vous accompagner tout au long de l'année pour vous enseigner leur art.

Cours du lundi au samedi, tous âges (enfants/ado/adultes), tous niveaux.

Début des cours le 8 septembre et portes ouvertes jusqu'au 19 septembre.

Tarifs réduits : étudiants/demandeurs d'emploi
Lieux : Grenoble, St Martin d'Hères, Crolles

Geraçao Capoeira Grenoble propose également des cours de **musique,** de **BATUCADA** et de **SAMBA.**
Toutes les informations : www.geracao-capoeira.fr

GERACAO CAPOEIRA Grenoble, Grenoble **06 15 71 60 63**

Karate - Self Defense - Baby Karate Grenoble

www.grenoblekarate.com

DES COURS ADAPTÉS À TOUS LES NIVEAUX.

• **Le KARATE :** Le karaté répondra à vos attentes, que vos aspirations aillent vers une pratique compétitive, traditionnelle, de loisirs ou vers une recherche plus philosophique.

• **Le KARATE ENFANT :** Les enfants y trouveront une pratique éducative et ludique qui permettra de canaliser leur énergie et de construire leur confiance en eux.

• **SELF-DEFENSE :** L'étude de mouvements simples ou d'enchainements techniques permettant à chacune et à chacun de trouver la réponse adaptée en cas d'agression.

Entrainement Centre Sportif Hoche :
• **Enfants :** mardi, mercredi et samedi
• **Adultes :** mardi, mercredi, vendredi et samedi

Club leader dans la région / Plusieurs fois médaillé
Chéquier Jeunes Isère et Carte M'RA acceptés
Cours d'essai gratuit

• BABY KARATÉ DÈS 3 ANS •

KARATE GRENOBLE HOCHE Centre Sportif Hoche, derrière Habitat et parking hoche, **04 76 58 04 71 / 06 12 14 01 70**

Taiji Quan Style Chen

www.taiji-grenoble.com

Le Taiji Quan est un art martial traditionnel chinois. Il est basé sur l'alternance de mouvements lents et explosifs.

Le Taiji Quan permet à chacun d'améliorer sa concentration, de lutter contre le stress de la vie quotidienne, de développer sa puissance, son mental et renforce ses capacités d'adaptation et stratégiques. Retrouver un équilibre dans un corps sain. Bien que présenté de nos jours comme une gymnastique douce, le Taiji Quan n'en reste pas moins un art martial réputé et efficace.
Jeunes comme moins jeunes, débutants ou déjà pratiquants, vous pouvez découvrir ou pratiquer cette discipline en suivant l'enseignement traditionnel que vous propose l'association.

TAIJI WUSHU CLUB GRENOBLE :
Cours hebdomaires, cours particuliers, stages, formation de professeur, séminaires tout au long de l'année..

Renseignez-vous au : **06 07 33 46 55 / 09 54 91 84 27**

JOURNÉES PORTES OUVERTES 8 AU 13 SEPTEMBRE

STADE FIT'CENTER

Séance d'essai offerte

VOTRE CLUB DE FITNESS AU STADE DES ALPES

Ouvert 7j/7 - 700m² dédiés à votre entrainement

MUSCU - CARDIO - CROSSFIT - PILATES - RPM...

contact : 04 76 00 96 44 - contact@stadefitcenter.fr - Stade Fit'Center, 1 avenue de Vamy, 38000 Grenoble