

# CENTRE ANIMANICE COSTANZO PLANNING SAISON 2025-2026

# **ARTS ET LANGUES VIVANTES**



# **Acrylique**

Mardi 9h30-12h00 Adultes



# **Atelier création**

- Lundi 9h30-12h00 Adultes
- Mercredi 10h00-11h30 6-9 ans



#### **Aquarelle**

- Jeudi 9h30-12h00 Adultes
- Vendredi 14h00-16h30 Adultes



#### Couture

- Jeudi 14h00-16h00 Débutants niveau 1
- Jeudi 16h00-18h00 Moyens
- Jeudi 18h00-20h00 Débutants niveau 2



#### Art de la broderie

# À partir de 16 ans

Vendredi 17h00-19h00



# **Atelier cartonnage**

# À partir de 18 ans

- Lundi 14h00-16h30 Avancés
- Vendredi 9h30-12h00 Débutants



# Dessin académique

Vendredi 9h30-12h00 Adultes



# **Dessin multi-techniques**

• Jeudi 17h30-20h00 Adultes



#### **Dessin peinture**

- Lundi 17h00-18h30 8-14 ans
- Mercredi 14h00-15h00 4-6 ans
- Mercredi 15h00-16h30 7-10 ans
- Samedi 9h30-11h00 7-10 ans
- Samedi 11h00-12h00 4-6 ans



#### **Dessin pastel**

• Jeudi 14h00-16h30 Adultes



# **Dessin technique picturale**

• Mercredi 17h30-20h00 Adultes



#### **Atelier marionnettes**

• Mercredi 10h-12h 7-10 ans



# Travaux d'aiguilles

• Mercredi 14h00-16h00 10-15 ans



#### Italien

# 🛚 À partir de 18 ans

- Lundi de 17h00 à 18h00 Avancés
- Lundi de 18h00 à 19h00 Moyens
- Lundi de 19h00 à 20h00 Débutants



**Peinture multi-techniques** 

# À partir de 18 ans

• Lundi 14h00-16h30 Avancés



#### Poterie - modelage

- Mercredi 14h00-15h00 7-8 ans
- Mercredi 15h00-16h00 4-6 ans
- Mercredi 16h00-17h00 9-12 ans



Poterie - tour

#### À partir de 18 ans

- Mardi 12h00-14h30
- Mardi 14h30-17h00
- Mardi 17h00-20h00
- Mercredi 17h30-20h00



**Poterie** 

# À partir de 18 ans

- Mardi 9h00-11h30
- Vendredi 9h00-11h30
- Vendredi 16h30-19h00



# **Scrapbooking**

# À partir de 18 ans

• Jeudi 9h30-12h00



# Sculpture

# À partir de 18 ans

- Jeudi 14h00-17h00
- Jeudi 17h00-20h00
- Vendredi 13h30-16h30



# Théâtre

- Mercredi 11h00-12h30 7-10 ans
- Vendredi 18h00-20h00 à partir de 16 ans



#### **Danse classique**

- Mercredi 9h00-10h00 8-9 ans
- Vendredi 18h-19h30 8-15 ans



#### Danse éveil

- Mardi 17h00-18h00 6-7 ans
- Mercredi 10h00-11h00 4-5 ans
- Mercredi 11h00-12h00 6-7 ans
- Vendredi 17h00-18h00 4-5 ans



# Danse urbaine / hip-hop

- Mercredi 13h00-14h00 6-9 ans
- Mercredi 14h00-15h00 9-12 ans
- Mercredi 15h00-16h00 13-16 ans



# Danse jazz

Mercredi 16h00-17h00 6-9 ans



#### **Danse flamenco**

• Mercredi 19h00-20h30 Adultes



**Danses latines** 

# À partir de 18 ans

• Mercredi 18h00-19h00



#### **Danse orientale**

- Mercredi 16h00-17h00 5-7 ans
- Mercredi 17h00-18h00 8-12 ans
- Mercredi 18h00-19h00 dès 16 ans



#### **Danse salsa**

• Lundi 18h00-19h00 dès 16 ans

# **MUSIQUE**



**Chant - chorale** 

- Mercredi 17h00-18h30 7-13 ans
- Mercredi 18h30-20h30 14 ans et plus



**Chant technique vocale** 

Cours de 20 minutes pour une personne

• Vendredi 12h40-18h40 8 ans et plus



#### Flûte traversière

# Cours de 20 minutes pour une personne

• Mardi 16h00-20h00 5 ans et plus



#### **Guitare classique**

Cours de 20 minutes pour une personne

- Lundi 16h00-20h00 7 ans et plus
- Mercredi 9h20-13h30 7 ans et plus



**Guitare électrique** 

Cours de 20 minutes pour une personne

• Jeudi 15h00-20h00 11 ans et plus



#### **Jardin musical**

- Mercredi 13h30-14h15 5-6 ans
- Mercredi 14h15-15h00 3-4 ans
- Jeudi 17h00-17h45 4-6 ans



#### **Piano**

#### Cours de 15 minutes pour une personne

- Lundi 15h30-20h00 7 ans et plus
- Mardi 15h15-16h00 7 ans et plus
- Mercredi 10h00-18h45 7 ans et plus
- Mercredi 19h30-19h45 7 ans et plus
- Jeudi 17h45-20h00 7 ans et plus
- Vendredi 17h00-19h00 7 ans et plus



#### Violon

# Cours de 20 minutes pour une personne

- Mardi 16h00-20h00 5 ans et plus
- Mercredi 14h20-15h00 5 ans et plus

- Mercredi 16h30-17h10 5 ans et plus
- Mercredi 18h10-19h30 5 ans et plus



# Solfège

Cours gratuit si vous êtes inscrits à la pratique d'un instrument ou du chant

- Mercredi 15h00-15h30 Débutants 1 (enfants)
- Mercredi 15h30-16h00 Débutants 2 (enfants)
- Mercredi 16h00-16h30 Moyens (enfants)
- Mercredi 19h45-20h30 Adultes

# **SPORTS ET BIEN-ÊTRE**



F.A.C (Fessiers Abdos Cuisses)

- Lundi 17h00-18h00
- Mardi 9h00-10h00
- Jeudi 9h00-10h00
- Jeudi 18h00-19h00



# **Body sculpt**

#### Adultes

- Lundi 9h00-10h00
- Mardi 19h00-20h00
- Vendredi 9h00-10h00
- Samedi 10h00-11h00



**Body flow** 

#### **Adultes**

- Lundi 11h00-12h00
- Vendredi 11h00-12h00



Gym dos

- Lundi 10h00-11h00
- Mardi 11h00-12h00
- Jeudi 17h00-18h00



# Baby gym

• Mardi 17h00-18h00 4-6 ans



# **Gym enfants**

• Mardi 18h00-19h00 7-10 ans



#### Karaté

- Vendredi 17h00-18h00 4-6 ans
- Vendredi 18h00-19h00 7-9 ans
- Vendredi 19h00-20h00 10-13 ans



#### **Pilates**

- Mardi 10h00-11h00
- Mardi 12h30-13h30
- Jeudi 10h00-11h00

- Jeudi 19h00-20h00
- Vendredi 9h00-10h00
- Vendredi 12h30-13h30
- Samedi 9h00-10h00



Sophrologie

#### **Adultes**

• Mardi 18h00-19h30



**Stretching** 

- Lundi 9h00-10h00
- Lundi 10h00-11h00
- Lundi 11h00-12h00
- Lundi 18h00-19h00
- Mardi 11h00-12h00
- Jeudi 11h00-12h00
- Jeudi 17h00-18h00
- Jeudi 18h00-19h00
- Vendredi 10h00-11h00
- Samedi 11h00-12h00



# Yoga

#### **Adultes**

- Lundi 14h00-15h00
- Lundi 15h00-16h00
- Mardi 9h00-10h00
- Mardi 10h00-11h00
- Jeudi 9h00-10h00
- Jeudi 10h00-11h00
- Vendredi 10h00-11h00
- Vendredi 11h00-12h00



#### Zumba

- Lundi 19h00-20h00 Adultes
- Mercredi 17h00-18h00 Adultes
- Mercredi 19h00-20h00 Adultes



# Zumba kids

- Lundi 17h00-18h00 6 ans et plus
- Mercredi 15h00-16h00 6 ans et plus