



2020-2021

Partage

Convivialité

Mouvement

Créativité

Un lieu vivant que l'on peut investir

Intergénération

Une place pour chacun

Bienveillance

Inter-activités

Ateliers peinture Arno Stern

tous âges

Le jeu de peindre

Martine Tartas Praticienne d'éducation créatrice depuis plus de 30 ans
06 64 41 18 57 - martine.tartas@hotmail.fr

Danse contemporaine

adultes

Apprendre à se mouvoir dans un espace-temps,
c'est apprendre la philosophie de la vie de tous les jours...

Cycles d'environ 10 semaines, animés en alternance par :
Nadia Larina, Julie Gerardi, Alanne Fernandez Danseuses pédagogues DE et chorégraphes

Danse contemporaine

enfants dès 4 ans / ados

Danser... se présenter au monde et converser avec lui par des chemins détournés

Alanne Fernandez Professeur de danse contemporaine DE
06 86 17 47 71 - alanne.fernandez@gmail.com

Hatha yoga

adultes

Un moment d'étirement et de détente...

Emmanuelle Péran Professeur de yoga diplômée de l'ENPY
06 31 78 95 26 - emmanuelleperan@yahoo.fr

Sophrologie

adultes

Vivre l'instant présent, dans l'ici et maintenant...

Catherine Cardin Diplômée de l'école de sophrologie existentielle ISEBA de Bdx
06 14 88 40 00 - cathy.cardin@gmail.com

Tissage/weaving (atelier mensuel)

tous âges

Découvrir la technique du tissage et créer sa propre pièce à partir de matériaux recyclés

Amandine Spezzatti Plasticienne et animatrice d'arts plastiques
06 29 32 94 90 - amandine.spaghetti@gmail.com

Travail corporel

adultes

Respiration, sensations internes, détente et mouvement...

Agnès Riom Psychomotricienne DE
06 88 16 40 05 - riom.agnes@neuf.fr



Retrouvez plus d'informations sur notre site internet :

www.associationexpression.com

@assoExpression33

Assoexpression



Ateliers hebdomadaires *

Lundi

17h45-19h15 ados/adultes ●

Danse

Mercredi

10h30-11h30 initiation ●

11h30-12h15 éveil ●

14h00-15h30 ados 12-15 ans ● (ou 15h30-17h00)

17h15-18h30 enfants 8-11 ans ●

18h30-20h00 adultes débutants/intermédiaires ●

20h00-21h30 adultes intermédiaires/avancés ●

Jeudi

18h00-19h30 ados/adultes ●

Lundi

12h30-13h45 adultes ●

19h15-20h30 adultes ●

20h30-21h45 adultes ●

Yoga

Mercredi

12h30-13h45 adultes ●

Jeudi

19h30-20h30 adultes ●

Sophrologie

Mardi

19h00-20h30 tous âges ●

Peinture

Mercredi

10h30-11h30 / 11h30-12h30 tous âges ●

15h30-17h00 tous âges

19h00-20h30 tous âges ●

Mardi

14h00-15h30 adultes ●

Travail Corporel

Reprise des ateliers à partir du 14 septembre 2020

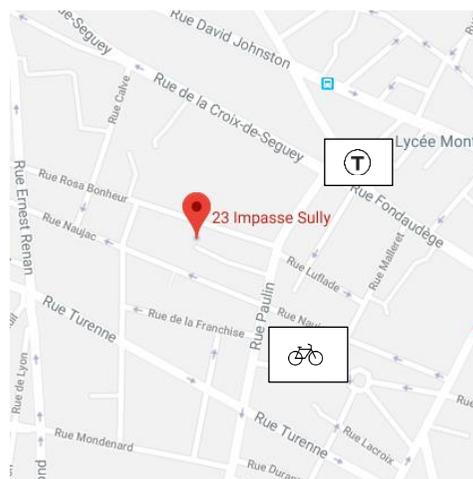
* Horaires provisoires, sous réserve d'un minimum de participants

Tarifs annuels

Ateliers	TA	TR
1h30	380 €	305 €
● 1h15	330 €	265 €
● 1h00	280 €	225 €
● 45 min	230 €	185 €

TR : tarif réduit (-20%) étudiants, chômeurs, 2 ateliers ou plus (-10% suppl. étudiants, chômeurs en cas de cumul de TR)

Adhésion individuelle 18 € / familiale 25 € / courte 10 € après 01/02



Comment venir : Tram D - Arrêt Croix de Seguey
Bus : Liane 2 - Arrêt Roger Allo / Liane 9 - Arrêt Carnot ou Barrière du Médoc
Vélo : Station VCub - 179 rue Paulin

Pour plus d'informations :

www.associationexpression.com



@assoExpression33



Assoexpression

ASSOCIATION EXPRESSION

23 impasse Sully

Quartier Fondaudège

33000 BORDEAUX

Tél 05 56 01 12 41

asso.expression@yahoo.fr

Ne pas jeter sur la voie publique

Ateliers mensuels

Un samedi par mois*

Venez peindre, tisser, danser, vous détendre...



Au choix...

9h45-11h	Hatha Yoga (adultes / ados + 15 ans)
10h-11h30	Peinture (tous âges)
11h-11h30	Réveil corporel en 30' (tous âges)
11h30-13h	Travail corporel (adultes)
11h30-13h	Peinture (tous âges)
14h-15h30	Peinture (tous âges)
14h-15h30	Yoga/danse (adultes / ados + 15 ans)
15h30-18h30	Danse (adultes / ados / enfants + 9 ans)
15h30-17h30	Tissage (tous âges)

* Dates : 26/09 - 10/10 - 14/11 - 12/12

16/01 - 27/02 - 13/03 - 29/05 - 12/06 (pas d'atelier en avril)

Tarifs ateliers à la carte

0h30 : 6 €	3h00 : 32 €
1h00 : 12 €	3h30 : 36 €
1h15 : 15 €	4h00 : 40 €
1h30 : 18 €	4h30 : 44 €
2h00 : 24 €	5h00 : 48 €
2h30 : 28 €	5h30 : 52 €

+ Adhésion individuelle: 10 € / familiale : 14 €