



STAGES

VACANCES D'HIVER

DU 20 FÉVRIER

AU 3 MARS 2023



CPA Bessie Smith / CPA Musidora / CPA Annie Fratellini / CPA Pina Bausch

Antenne Maya Angelou / Antenne Louise Jacobson

CPA MUSIDORA

20 au 24 février	Initiation Théâtre	Initiation à l'improvisation, les enfants apprendront à improviser des petites scènes sur des thèmes donnés.	8-10 ans	10h00-12h00	Gratuit
21 février	Ludo philo	Atelier de philosophie en famille autour du thème de la PEUR à partir d'un support culturel (conte, activité créative, jeu), suivi d'une activité artistique.	4-6 ans	10h00-11h30	Gratuit sur adhésion de 2€
21 au 23 février	Yoga Danse Parents-enfants	Un temps pour tisser un lien de complicité parent-enfant à travers le yoga et la danse.	8 ans et +	15h00-16h30	Dès 10.80€ Selon QF pour les plus de 26 ans
20 et 27 février	Garuda	Pour avoir un corps plus fort, plus souple, plus tonique et endurant. Le tout grâce à l'association du Pilates, du Yoga, de la danse et du Tai Chi.	18 ans et +	19h00-20h15	Dès 3€ Selon QF pour les plus de 26 ans
21 février	Atelier Jeux Vidéos	Sensibilisation aux jeux vidéos pour les personnes en situation de handicap.	16 ans et +	14h00-19h00	Gratuit
27 février au 2 mars	ADOS Hip Hop	Venez apprendre durant cette semaine tout le panel et la variété de l'univers HIP HOP.	10-15 ans	14h00-15h30	14.40€
28 février, 1 ^{er} et 2 mars	SENIORS Hip Hop	Venez danser en rythme avec douceur et beaucoup de joie.	Seniors	15h30-16h30	Tarif selon QF
3 mars	Matches d'impro	Laissez parler votre créativité avec les matches de théâtre d'improvisation.	18 ans et +	18h30-21h00	Gratuit

STAGES MISE EN FORME

27 février	Circuit training				
1 ^{er} mars	Abdominaux Gainage	Après une phase d'échauffement, vous seront proposés des exercices d'équilibre, de renforcement musculaire, et d'endurance.	18 ans et +	14h00-15h00	Gratuit
3 mars	Renforcement musculaire				
20 et 24 février	SENIORS Circuit d'activités physiques	Circuit d'activités physiques adaptées aux seniors avec pour objectifs le maintien de votre forme, de votre autonomie et la prévention des chutes.	Seniors	14h00-15h00	Gratuit

CPA PINA BAUSCH

20 au 24 février	Taekwondo	Le Taekwondo est un art martial coréen, résultat de l'unification de différentes écoles d'arts martiaux coréens, fondé au milieu du XXe siècle.	5-7 ans	10h00-11h00	12€
			8-12 ans	11h00-12h00	
20 au 24 février	Théâtre	Stage de théâtre pour les 7-11 ans. Attention, le vendredi le stage aura exceptionnellement lieu de 14h à 16h.	7-11 ans	10h00-12h00	24€
20 au 24 février	Initiation Drones	Initiation au pilotage de Mini Drones par Fabrik 3D avec des parcours balisés, des courses et des combats de drones.	12-15 ans	14h00-16h00	24€
20 au 24 février	Dessin / Bd Illustration	Découvrez l'univers et les techniques du dessin et de la BD.	5-6 ans	14h00-15h30	18€
20 au 24 février	Arabe littéraire	Initiation à la langue arabe à travers la calligraphie.	7-11 ans	15h00-16h30	18€

CPA ANNIE FRATELLINI

LE CPA ANNIE FRATELLINI SERA FERMÉ PENDANT LES VACANCES, LES STAGES AURONT LIEU AU CPA MUSIDORA

20 au 24 février	Cirque	Stage de découverte du cirque alliant plusieurs disciplines tels que le jonglage, l'équilibre, l'acrobatie, la magie et le burlesque.	3-5 ans	10h00-11h00	12€
			6-9 ans	11h00-12h30	18€
28 février et 1 ^{er} mars	Carnaval des animaux	Plongez dans la passionnante histoire du Carnaval des Animaux... Venez écouter le conte musical, jouer et bricoler des costumes d'animaux avec des matériaux de récup' !	4-6 ans	10h00-12h00	9.60€
1 ^{er} mars	La petite fête de Carnaval !	Défilé déguisé, élection du meilleur costume, repas partagé... Enfants, adultes, familles, apportez vos spécialités et vos costumes et venez passer un moment festif au CPA Musidora !	Tout public	12h00-14h00	Gratuit
22 au 23 février	Danse Bien-être	Entre danse, improvisation et relaxation, la danse bien-être favorise la détente, le lâcher prise, la connexion à soi et aux autres.	16 ans et +	19h00-20h30	Dès 7.20€ Selon QF pour les plus de 26 ans
1 ^{er} mars	ATELIER Crêpes party	Venez en famille cuisiner des crêpes sucrées ou salées, originales, à déguster juste après lors du repas partagé qui ouvrira la petite fête de Carnaval du Centre !	Tout public	10h00-12h00	PAF : 2€
2 mars	SORTIE FAMILLE Théâtre de la Vilette	Spectacle «Moi c'est Talia», Mis en scène par Faustine Noguès.	Famille	13h30-16h00	PAF : 5€

CPA BESSIE SMITH

27 février au 3 mars	Manga	Stage créatif autour du manga et des animés : réalisation de crayonnés pour s'échauffer puis création d'œuvres en high contrast (silhouette et visage). Travail sur les yeux (crayon de papier, couleur et peinture). Enfin, la fin du stage sera consacré à la création d'une couverture de manga, ce qui permettra une initiation/approfondissement à la peinture aquarelle.	10-14 ans	16h00-18h00	24€
27 février au 3 mars	Pixel Art	A la manière de Space Invader, nous allons pixéliser les héros de nos jeux vidéos préférés. Du jeux d'arcade vintage à Super Mario, en passant par la création de consoles de jeux, tous les personnages mythiques de cet univers passionnant, du plus simple au plus complexe, seront revisités.	8-12 ans	13h30-15h30	24€
27 février au 3 mars	Contes & danse	Un voyage autour du monde où s'amuser avec son corps ! Un conte à vivre, des musiques à danser, des instruments de musique et des comptines du monde entier à découvrir.	3-5 ans	10h30-12h00	18€
27 février au 3 mars	Podcast	Le podcast est un média qui ne cesse de prendre de l'ampleur ces dernières années, nous vous proposons de créer le votre ! L'idée de ce stage est d'apprendre les bases du podcast avec un matériel et un cadre adapté tout en traitant un sujet qui vous plaît. Au programme : écriture, prise en main du matériel, prise de son, montage.	6-10 ans	16h00-17h30	18€
2 mars	Acroyoga	L'acroyoga est une discipline de portée acrobatique où deux personnes ou plus interagissent dans des postures et mouvements. Le porteur (la base) propose des appuis solides, stables et rassurants au flyer (voltigeur.euse) pour qu'il puisse exprimer sa grâce, sa souplesse et son équilibre.	18 ans et +	19h00-20h30	PAF : 6€



INFORMATIONS & INSCRIPTIONS

CPA MUSIDORA

51 rue François Truffaut,
Paris 12^{ème}
Tél. : 01.44.74.05.14
bercy@claje.asso.fr

CPA ANNIE FRATELLINI

36 quai de la Rapée
Paris 12^{ème}
Tél. : 01.43.40.52.14
villiot@claje.asso.fr

CPA BESSIE SMITH

19 rue Antoine Julien Hénard
Paris 12^{ème}
Tél. : 01.40.02.06.60
reully@claje.asso.fr

CPA PINA BAUSCH

4 passage Stinville
Paris 12^{ème}
Tél. : 01.43.41.47.87
montgallet@claje.asso.fr

ANTENNE LOUISE JACOBSON

91 rue Claude Decaen
Paris 12^{ème}
Tél. : 01.83.64.10.24
antenne.lj@claje.asso.fr

ANTENNE MAYA ANGELOU

10 rue Erard
Paris 12^{ème}
Tél. : 01.44.74.00.25

ou directement en ligne sur : [HTTPS://CLAJE.ANIAPP.FR](https://claje.aniapp.fr)