

À ne pas manquer !

DIMANCHE 25 AOÛT 2019 À 16H30

Concert du Centre de Loisirs Musical à la Salle des Fêtes Bernie Bonvoison de Vandœuvre-lès-Nancy.

VENDREDI 13 SEPTEMBRE 2019 À PARTIR DE 19H

« Soirée retrouvailles » de type Auberge espagnole avec cette année encore un concours de « Cakes et gâteaux de Denise ». Venez présenter et faire goûter vos préparations au jury. 1^{er} prix : un trimestre découverte d'un atelier du Club Arlequin (inscription au Club Arlequin).

DIMANCHE 15 SEPTEMBRE 2019 À 16H30

Concert du Centre de Loisirs Musical à la Salle des Fêtes Bernie Bonvoison de Vandœuvre-lès-Nancy.

SAMEDI 30 NOVEMBRE 2019 DE 11H À 19H

Marché de Noël du Club Arlequin, notre rendez-vous incontournable !

AU MOIS DE JUIN

Fête des ateliers au Centre Culturel André Malraux à Vandœuvre-lès-Nancy.

ADHÉSION

Pour pratiquer une activité, il est nécessaire de posséder sa carte d'adhérent. Enfants : 6 € (10€) et Adultes : 10€ (15€) pour l'année.

LES VACANCES

Pendant les petites vacances, des stages à thèmes sont proposés aux enfants ainsi qu'aux jeunes de 10 à 14 ans. L'été, accueil de loisirs pour les 4-11 ans, accueil de loisirs musical pour les 8-16 ans et stages pour les 10-14 ans.

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

Vendredi 6 septembre 2019 de 16h30 à 19h et samedi 7 septembre 2019 de 9h à 12h, au Club Arlequin en présence des intervenants. Tous les ateliers commenceront **la semaine du 16 septembre**, sauf Qi Gong qui (début samedi 5 octobre) Attention, le nombre de places dans chaque atelier est limité.

PERMANENCES SUPPLÉMENTAIRES

Mardi 10 septembre 2019 de 16h à 18h30
Vendredi 13 septembre 2019 de 16h à 18h30

TARIFS

Les tarifs indiqués sont valables pour les vandopériens. Pour les non-vandopériens, ajouter 15€ pour l'année. Les règlements se font à l'année. Dans l'impossibilité, merci de nous déposer 3 chèques correspondant à l'activité choisie. Le Club Arlequin se donne le droit d'annuler un atelier si l'effectif n'est pas suffisant.

VIENS FÊTER TON ANNIVERSAIRE !

Organisation d'anniversaires à thème le mercredi de 14h à 16h et le samedi de 10h à 12h.

100€ pour 10 enfants
(goûter à fournir)

ATELIER PARTICIPATIF DE RÉPARATION DE VÉLO

Le samedi matin
(1 à 2 fois par mois)



C'est une aide à l'entretien et à la réparation. L'atelier, encadré par des bénévoles, ne se substitue pas aux professionnels c'est un atelier d'entraide.

Pour y participer, il suffit d'être adhérent au Club Arlequin. Si un achat de pièce est nécessaire, il sera à la charge de l'adhérent cycliste.

les 2 premières dates : le samedi 28 septembre et 19 octobre de 9 h à 12h



2 rue Jean Macé
54500 Vandœuvre-lès-Nancy

Nos locaux se situent dans l'allée piétonne qui longe la cour de l'école élémentaire Jean Macé à Vandœuvre-lès-Nancy.

club-arlequin.vandoeuvre@orange.fr
09.66.03.94.83

www.club-arlequin.com

avec le soutien de



Création graphique et illustration : Studio Tokpa - Karine Maincent

CLUB ARLE QUIN

ACTIVITÉS
TOUT PUBLIC
2019 - 2020

ENFANT

Découverte de la culture chinoise
Éveil musical • Flûte à bec
Atelier chant • Guitare • Ukulélé
Gym en anglais • Danse
Arts du cirque • Théâtre
Petits Pinceaux
Yoga

PRÉ-ADO • ADO

Atelier chant • Guitare • Ukulélé
Arts du cirque • Théâtre
Parcours artistiques
Hip-hop
Yoga

ADULTE

Stretching postural • Danse chinoise
Gym Pilates • Gym douce • Fitness
Arts du cirque • Guitare • Ukulélé
Qi Gong • Yoga
Chorale

Chaque année, nous sommes là pour satisfaire vos envies, vos souhaits, pour vous proposer des activités et des stages dans tous les domaines et pour tous les âges.

Nos intervenants et l'équipe d'animation sont toujours à votre écoute. N'hésitez pas à venir les rencontrer, à leur soumettre vos suggestions et vos interrogations.

Anciens
comme Nouveaux...
vous serez toujours
Bien accueillis !

ENFANT

ÉVEIL MUSICAL

Pierre Colombain

Découverte des différents styles de musique, des instruments, du chant et de l'écriture musicale en utilisant un répertoire et des jeux adaptés à l'âge des enfants. Petits groupes permettant des échanges privilégiés.

mercredi de 16h45 à 17h45 • de 4 à 6 ans
150€ par an

GYM EN ANGLAIS

Sophie Vaast

Bouger dans l'espace, découvrir son corps, développer son équilibre et sa coordination tout en découvrant des expressions du vocabulaire anglais.

mercredi de 14h à 15h • de 4 à 7 ans
150€ par an

INITIATION À LA DANSE

Anna Moriot

Apprentissage et travail des bases techniques dansées et rythmées. Découverte du corps et de l'espace sous forme ludique et musicale.

mercredi de 16h40 à 17h40 • de 4 à 6 ans
150€ par an

ARTS DU CIRQUE

Cédric de la Cie Balle & Arts

Se déplacer dans l'espace. Maîtriser l'équilibre, analyser les mouvements. Musculation, flexibilité. Découverte des échasses, boules, fil, jonglage, acrobatie, trampoline au travers d'exercices variés. Travail sur la confiance et la personnalité avec des cascades. Création d'un spectacle.

vendredi de 17h à 18h • de 5 à 8 ans
vendredi de 18h à 19h • de 8 à 10 ans
150€ par an

PETITS PINCEAUX

Karine Maincent

Les enfants sont invités à explorer de nombreuses techniques artistiques afin d'épanouir leur créativité. Chaque petit créateur développe un univers personnel autour d'un thème proposé. Ces ateliers sont nourris par la découverte d'artistes, spectacles et expositions.

mercredi de 9h30 à 11h00
ou de 11h00 à 12h30 • de 5 à 10 ans
168€ par an

DÉCOUVERTE DE LA CULTURE CHINOISE

Rui Leng

Musique, chant, danse, langue, etc.

mercredi 14h à 15h15
(début de l'atelier le mercredi 6 novembre 2019)
144€ par an



DANSE CONTEMPORAINE

Anna Moriot

De la créativité de la danse moderne à l'énergie de la danse jazz, en passant par quelques bases classiques.

mardi de 17h45 à 18h45 • de 9 à 12 ans
150€ par an

FLÛTE À BEC

Pierre Colombain

Apprentissage de l'écriture musicale et de la technique de la flûte à bec par une approche ludique en utilisant des pièces de différents styles sans oublier de favoriser la créativité par l'improvisation.

mercredi de 17h45 à 18h45 • de 6 à 11 ans
150€ par an

THÉÂTRE

Christine Peyrole

On y apprend les règles du jeu au théâtre : la façon particulière de l'acteur de bouger, de parler, de montrer et communiquer ses émotions.

mercredi de 16h45 à 18h15 • de 6 à 10 ans
168€ par an

INITIATION À LA DANSE

Anna Moriot

Apprentissage et travail des bases techniques dansées et rythmées. Découverte du corps et de l'espace sous forme ludique et musicale.

mardi de 16h45 à 17h45 • de 6 à 8 ans
150€ par an

ATELIER CHANT

Anne Mac Laughlin

Chanter en polyphonie ou non, travailler la technique vocale et scénique autour de l'élaboration d'un spectacle de fin d'année.

samedi de 10h30 à 12h • de 6 à 11 ans
138€ par an

YOGA

Stéphanie L.P. « Pause petit yogi »

Le yoga pour enfants est un moment ludique, créatif et de complicité où l'on s'initie au travers de jeux, d'histoires et de postures aux noms d'animaux. Le yoga, la pause bien-être de votre enfant.

mercredi de 11h à 12h • de 6 à 12 ans
150€ par an

GUITARE - UKULÉLÉ

Hervé Poirine

Accompagnements de chants et de morceaux de musique avec utilisation de grilles d'accord. Cours individuel de 30 minutes.

mardi à partir de 16h, le mercredi après-midi, le vendredi à partir de 16h • 8 ans et plus • 429€ par an



PRÉ-ADO ADO

ARTS DU CIRQUE

Cédric de la Cie Balle & Arts

Voir « Arts du cirque » (Enfant).

vendredi de 19h à 20h • plus de 10 ans
150€ par an

THÉÂTRE

Christine Peyrole

Découvrir le métier de comédien, de metteur en scène. Travailler le corps, la voix, l'espace... Construire un spectacle.

mercredi de 18h30 à 20h • à partir de 10 ans
168€ par an

ATELIER CHANT

Anne Mac Laughlin

Chanter en polyphonie ou non, travailler la technique vocale et scénique autour de l'élaboration d'un spectacle de fin d'année.

samedi de 10h30 à 12h30 • à partir de 11 ans
138€ par an

PARCOURS ARTISTIQUES

Découverte de différentes pratiques et univers artistiques en présence d'artistes locaux.

mercredi de 16h30 à 18h • à partir de 11 ans
168€ par an

HIP HOP

Marion Kuntzburger

La danse Hip-Hop vous fera autant travailler la musicalité que la technique. New style, dancehall et house dance, tous ces styles seront abordés!

mercredi de 17h45 à 18h45
à partir de 10 ans
150€ par an

YOGA

Stéphanie L.P. « Pause petit yogi »

Hatha yoga, postures, maîtrise du souffle, méditation et relaxation, une discipline de bien-être.

mardi de 19h15 à 20h30 et
mercredi de 9h30 à 10h45 • à partir de 13 ans
183€ par an

STRETCHING POSTURAL

Sophie VAAST

Exercices d'étirements pour un bien être physique et mental et une harmonie posturale. Compensation du stress, tonicité, souplesse...

mardi de 20h15 à 21h00
126€ par an



NOUVEAU !



NOUVEAU !

ADULTE

Certificat médical obligatoire pour Gym, Qi Gong, Yoga et Stretching

CHORALE

Pierre Colombain et Pierre-Emmanuel Cortellezzi (pianiste accompagnateur)

Se rencontrer, participer à un même projet, de la répétition jusqu'au concert, progresser dans la convivialité autour d'un répertoire contemporain.

lundi de 20h30 à 22h • 138€ par an

DANSE CHINOISE

Rui Leng

NOUVEAU !

Découverte de différentes danses.

mercredi de 19h à 20h15
(début de l'atelier le mercredi 6 novembre 2019)
156€ par an

GYM PILATES

Sophie Vaast (mercredi)
Nathalie Collot (vendredi)

La méthode Pilates est une méthode douce de renforcement des muscles profonds. Elle a pour but d'harmoniser la silhouette par la recherche d'une bonne stabilité.

mercredi de 15h à 16h
ou vendredi de 19h à 20h • 168€ par an

GYM DOUCE

Marion De Prugney

Renforcement musculaire. Séance intermédiaire entre la gym tonic et le stretching.

jeudi de 9h15 à 10h30 • 183€ par an

FITNESS

Sophie Vaast (mardi)
Barbara Reti (vendredi)

Échauffement, renforcement musculaire tonique sur des musiques rythmées et variées, retour au calme et étirements.

mardi de 19h15 à 20h15
ou vendredi de 18h à 19h • 168€ par an

YOGA

Stéphanie L.P. « Pause petit yogi »

Hatha yoga, postures, maîtrise du souffle, méditation et relaxation, une discipline de bien-être.

mardi de 19h15 à 20h30 et
mercredi de 9h30 à 10h45 • 183€ par an

QI GONG

Denise Tonnelier-Mascre

Un art énergétique qui vise à restaurer l'harmonie du corps par des postures ou des mouvements associés à la respiration afin de trouver détente et calme intérieur.

samedi de 9h30 à 11h (10 séances par trimestre)
183€ par an

