

PRÊT IMMO

C'EST PLUS SIMPLE QUAND ON S'ADRESSE À CEUX QUI DÉCIDENT.

.....
Vous disposez d'un délai de réflexion de 10 jours. La vente est subordonnée à l'obtention du prêt. Si celui-ci n'était pas obtenu, le vendeur doit rembourser les sommes versées. Sous réserve d'acceptation du dossier.

Crédit  Mutuel

Vincennes

68 rue de Montreuil – 94300 Vincennes
Courriel : 06198@creditmutuel.fr – Tél. : 01 49 08 51 38

Caisse Fédérale de Crédit Mutuel et Caisses affiliées, société coopérative à forme de société anonyme au capital de 5 458 531 008 euros, 4 rue Raiffeisen 67913 Strasbourg cedex 9, RCS Strasbourg B 588 505 354. Banques régies par les articles L.511-1 et suivants du code monétaire et financier. Pour les opérations effectuées en qualité d'intermédiaires en opérations d'assurances inscrits au registre national sous le numéro unique d'identification 07 003 758 (immatriculations consultables sous www.orias.fr), contrats d'assurances de ACM VIE SA, ACM IARD SA et ACM Vie Mutuelle, entreprises régies par le code des assurances.

L'ÉQUIPE

Présidente : Nicole BONAVENTURE

Directeur : Christian DAL PONT

PÔLE ADMINISTRATION

Communication et programmation :

Lucie ROTA, communication@espacesorano.com

Secrétariat de direction, coordination des

associations : Marie-Claude LARROQUE,
info@espacesorano.com

Comptabilité :

Sophie TANTON,
compta@espacesorano.com

Pôle technique :

Régie générale :
Cécile ALLEGOEDT, technique@espacesorano.com

PÔLE ACCUEIL, INSCRIPTIONS, BILLETTERIE, BAR

Responsable accueil et logistique :

Céline SARTORIO - accueil@espacesorano.com

Billetterie et accueil :

Cédric IGLESIAS,
billet@espacesorano.com

Accueil :

Agnès BLEU-LAINE, Léa ENGLÉS,
Isabelle MEFFRE, Anthony LECOINTE

CONTACT

ESPACE SORANO

16 rue Charles Pathé - 94300 Vincennes

Téléphone : 01 43 74 73 74

info@espacesorano.com

www.espacesorano.com



www.facebook.com/EspaceSorano



<http://twitter.com/EspaceSorano>



Chaînes Espace Sorano et SORANO JAZZ

PÔLE ANIMATION

Animateurs techniciens salariés de l'Espace

Sorano* : Raphaël-Didier DE L'HOMMEL (réfection de sièges-tapisserie), Annick FAVRON ou Andrée Brichet (Coupe couture), Muriel GILLE et Véronique SOLIVELLAS (beaux-arts et arts plastiques), Pheng Thao CHAU et Marianne PLOUVIER (Taichichuan), Claire MAGNENAT (relaxation, conscience corporelle), Alain MEYER (aquarelle), Michaël MIDOUN (anglais), Susanna PORRE-AGATI et Robert ZUMBO DE SANCTIS (italien), Marie-Françoise SAGOLS (encadrement), Robert SALLAFRANQUE (danse africaine notamment, avec les musiciens Raymond Avrila et Fodé Cissé), Eduardo SILVA (espagnol).

**Les autres ateliers sont assurés par des associations hébergées ou des intervenants indépendants.*

UN PEU D'HISTOIRE...



En avril 1942 le centre social de la jeunesse vincennoise ouvre et s'installe au 21 rue Daumesnil dans un pavillon du 19^e siècle. Il a pour mission de proposer des activités et formation professionnelle aux jeunes Vincennois hors du temps scolaire.

En juin 1945 la municipalité et les associations locales de jeunes constituent l'association Maison des Jeunes de Vincennes

Pendant 10 ans, y règne une grande animation et **en 1954**, la municipalité et la fédération des jeunes et de la culture portent leur choix sur Vincennes pour construire une maison pilote. Les travaux démarrent en 1959 sous les plans de l'architecte Jean PECCOUX. Le centre culturel de Vincennes est inauguré le 15 janvier 1961. Alors Maison des Jeunes et de la Culture, cette maison pilote est ouverte à toutes les associations, c'est un lieu de rencontre idéal pour la jeunesse vincennoise.

Elle regroupe un foyer d'hébergement, un ensemble culturel et une maison des jeunes.

Comme base de vie de la maison : 20 activités artistiques, culturelles ou sportives. Des cours de langues vivantes, de sténo et de comptabilité. Enfin un club photo qui remporte un grand succès.

En 1963 création du Théâtre DANIEL SORANO par le metteur en scène et homme de théâtre Pierre DEBAUCHE qui donnera au théâtre le nom de Daniel SORANO en hommage à l'acteur Daniel SORANO décédé en 1962 à 41 ans.



On notera le passage de Jacques Prévert dans les murs en 1964 lors d'une exposition en hommage à Boris VIAN.

En 1993, cet établissement devient Maison des Jeunes et de la Culture exclusivement, les logements sont transformés en salles d'activités.

En 1999, une rénovation complète des locaux est lancée avec la construction d'une deuxième salle de spectacle, un atelier de sculpture, une salle dédiée à l'informatique, une cafétéria et un hall d'exposition. La MJC devient l'ESPACE DANIEL-SORANO lors de sa réouverture en janvier 2000.

Depuis, les présidences et directions successives ont eu à cœur de développer une offre culturelle en adéquation avec les aspirations des Vincennois et des Franciliens.





ÉDITO

Chaque saison culturelle ouvre de nouveaux horizons. Celui de cette édition 2019-2020 touchera cette année encore tous les publics avec plus de **80 activités** et un large **éventail d'ateliers**.

Cette saison se veut rythmée par une multitude de rendez-vous artistiques :

La saison **Sorano Jazz** se présente sous la forme de 9 concerts d'artistes de renommée nationale et internationale, de 2 concerts Jazz Enfants et 2 soirées Jazz Club Découverte.

Pour établir la saison **Sorano Théâtre**, nous continuons à découvrir pour vous des artistes de talents qui nous livrent des créations exigeantes et humaines.

Les **expositions** sont toujours aussi riches et nombreuses autour de disciplines diverses.

Côté **cinéma**, les Toiles du Mardi et Toiles des Enfants raviront les cinéphiles de tous âges.

Enfin, l'Espace Sorano reste un lieu d'accueil incontournable des différents **festivals** qui animent la Ville de Vincennes. Il y en a pour tous les goûts !

Nous partageons des valeurs qui nous guident au quotidien et font la richesse de cette maison. Notre ambition est plurielle :

Une exigence forte est portée sur la **qualité** de notre offre culturelle avec une programmation **pluridisciplinaire**.

Nous souhaitons développer des **passerelles culturelles**, mutualiser des compétences au travers d'ateliers communs. Favoriser la création, en ouvrant les portes du théâtre aux artistes pour des répétitions.

L'Espace Sorano est un **lieu de vie** grâce à son foyer, sa terrasse et son bar qui en font un espace accueillant. Une équipe réactive et dynamique vous accueille dans un esprit de proximité empreint de convivialité.

Cette dynamique collective n'est possible que grâce au soutien de la **Ville de Vincennes** que je tiens à remercier chaleureusement.

Je voudrais également remercier les bénévoles, les associations qui viennent chaque année étoffer notre offre et enfin mes remerciements iront à l'équipe de l'Espace Sorano pour son engagement et qui œuvre au quotidien pour nous préparer des moments magiques et savoureux.

Venez vous divertir, soyez curieux, la saison culturelle 2019-2020 vous attend !

Nicole Bonaventure

Présidente

HOMMAGE

Cette édition sera particulièrement dédiée à Monsieur Henri DELESCLUSE qui nous a quittés cette année et qui a été directeur de la Maison des Jeunes et de la Culture de Vincennes pendant 25 ans, de 1970 à 1995.

L'équipe et contact	3
Un peu d'histoire.....	4
Édito.....	5
Sommaire	6
Saison culturelle 2019-2020.....	8



EN FAMILLE

Sunday's Ludodanse	20
Gymnastique parent-bébé et maternelle petite section	29
Yoga en famille	38
Éveil et initiation musicale sensorielle	72



TOUT PETITS

Initiation à la danse - Danse des poussins	18
Gymnastique parent-bébé et maternelle petite section	29
Modelage par Atecrea	62
Éveil et initiation musicale sensorielle	72
Ateliers créatifs en russe.....	85

ENFANTS



DANSER

Claquettes	11
Danse classique et gym danse	14
Danse orientale	17
Initiation à la danse - Danse des poussins	18
Ludodanse	19
Modern' et Street Jazz.....	21

BOUGER

Aïkido et Aïki-Taïso.....	26
Aïkido Rigenkaï.....	27

SE RELAXER

Yoga et expressions corporelles	37
---------------------------------------	----

PEINDRE ET DESSINER

Arts Plastiques enfants	44
Histoire de l'art enfants	45
Bande Dessinée.....	47
Dessin/Peinture & Atelier Création par Atecrea	50

CRÉER DE SES MAINS

Atelier textile enfants	56
Modelage et Atelier Création par Atecrea.....	62

VIVRE EN MUSIQUE

Chœur chanter.....	68
Cours d'initiation et d'éducation Musicale	69

Éveil et initiation musicale sensorielle	72
Guitare d'accompagnement.....	73

ÉCRIRE OU SE METTRE EN SCÈNE

Écriture créative enfants	75
Atelier Théâtre enfants	81

MAÎTRISER LES LANGUES ÉTRANGÈRES

Anglais enfants	84
Ateliers créatifs en russe.....	85

DÉVELOPPER SES SAVOIRS

Informatique	90
--------------------	----

DÉCOUVRIR LES SCIENCES EN S'AMUSANT

Atelier avec briques LEGO®.....	93
Ateliers scientifiques.....	94

JOUER ET COLLECTIONNER

Échecs	97
--------------	----

ADOS



DANSER

Claquettes	11
Danse classique et gym danse	14
Danse orientale.....	17
Ludodanse	19
Modern' et Street Jazz.....	21

BOUGER

Abdos-Fessiers-Fitness.....	25
Aïkido et Aïki-Taïso.....	26
Aïkido Rigenkaï.....	27

SE RELAXER

Yoga ados.....	37
----------------	----

PEINDRE ET DESSINER

Arts Créatifs.....	42
Arts Plastiques adolescents.....	44
Histoire de l'art ados	45
Bande Dessinée.....	47
Dessin/Peinture & Atelier Création par Atecrea	50

CRÉER DE SES MAINS

Atelier textile	56
Coupe-Couture	57
Modelage et Atelier Création par Atecrea.....	62

VIVRE EN MUSIQUE

Chœur chanter.....	68
Guitare d'accompagnement.....	73

ÉCRIRE OU SE METTRE EN SCÈNE

Écriture créative ados	75
Atelier Théâtre ados	81

MAÎTRISER LES LANGUES ÉTRANGÈRES

Anglais	83
Espagnol	86
Italien	87

JOUER ET COLLECTIONNER

Échecs	97
--------------	----

ADULTES**DANSER**

Claquettes	11
Danse Africaine / Danse Afro-Brésilienne	13
Danse classique et gym danse	14
Danse contemporaine	15
Danses latines et swing solo	16
Danse orientale	17
Modern' et Street Jazz	21
Rock'n Roll	22
Tango argentin	23

BOUGER

Abdos-Fessiers-Fitness	25
Aïkido et Aïki-Taïso	26
Aïkido Rigenkai	27
Assouplissement	28
Pilates	30

SE RELAXER

Qi Gong et automassage	32
Relaxation - Conscience corporelle	33
Stretching Postural®	34
Taichichuan	35
Yoga adultes	36 ou 37
Méditation	36 ou 38

PEINDRE ET DESSINER

Aquarelle	40
Aquarelle entre amateurs confirmés	41
Arts Créatifs	42
Arts Plastiques (adultes)	43
Atelier libre de dessins (d'après modèle vivant)	46
Bande Dessinée	47
Créations Plastiques	48
Dessin Pur	49
Dessin/Peinture & Atelier Création par Atecrea	50
Laque contemporaine	51
Peinture à l'huile	52

Peinture d'icônes	53
Sortie dessin au musée	54

CRÉER DE SES MAINS

Coupe-Couture	57
Dentelle aux fuseaux	58
Encadrement	59
Ikebana	60
Modelage et Création Terre	61
Modelage et Atelier Création par Atecrea	62
Patchwork	63
Réfection de sièges	64
Vitrail	65

VIVRE EN MUSIQUE

Atelier chant	67
Chœur chanter	68
Écoute musicale	70
Ensemble Chorale de Vincennes	71
Guitare d'accompagnement	73

ÉCRIRE OU SE METTRE EN SCÈNE

Atelier d'écriture	76
Atelier d'improvisation théâtrale	78
Atelier Théâtre adultes	79

MAÎTRISER LES LANGUES ÉTRANGÈRES

Anglais	83
Ateliers créatifs en russe	85
Espagnol	86
Italien	87

DÉVELOPPER SES SAVOIRS

Histoire de l'art (adultes)	89
Informatique	90
Œnologie	91

JOUER ET COLLECTIONNER

Bridge	96
Échecs	97
Philatélie	98
Rami	99

PHOTOGRAPHIER ET FILMER

Atelier vidéo - Filmer, réaliser et monter	101
Photographie	102

Et aussi	103
Louer des salles à l'Espace Sorano	104
Adhésion	105
Conditions générales	105
Calendrier	106
Accès	107

SAISON CULTURELLE 2019-2020

Découvrez les saisons **SORANO JAZZ** et **SORANO THÉÂTRE** lors de la **présentation de la saison culturelle** vincennoise le **samedi 28 septembre** au Cœur de Ville. Faites le plein de sorties culturelles en réservant vos places pour toute l'année !

SORANO JAZZ Programmation Vincent Bessières

UNE SAISON DE 9 CONCERTS JAZZ

Samedi 12 octobre

Samedi 9 novembre

Samedi 7 décembre

Samedi 11 janvier

Samedi 1^{er} février

Samedi 7 mars

Samedi 28 mars

Samedi 16 mai

Jeudi 4 juin à l'auditorium

J.P. Miquel (Cœur de Ville)

ET AUSSI

2 Soirées Jazz Club Découverte
Et 2 Concerts en famille



© Mélanie Danon

© Thierry Pevano

SORANO THÉÂTRE

Programmation en cours, nous vous dévoilons une partie de notre sélection :



© Fabienne Rappeneau

La Machine de Turing

Biopic théâtral et mathématique

De Benoît Solès / Mise en scène Tristan Petit-Girard

Samedi 5 octobre à 20h30

Dimanche 6 octobre à 17h



© Paula Thomas

Oh la belle vie! Humour musical

Cinq de Cœur, un quintette vocal a cappella, aussi déjanté que virtuose !

Samedi 16 novembre à 20h30

Dimanche 17 novembre à 17h



© Colin Bernard

Jeanne ou l'être étrange élevé parmi nous

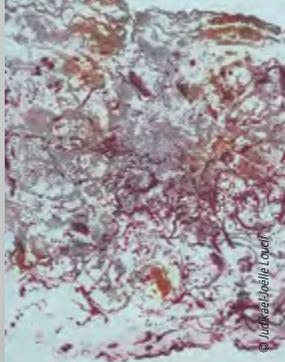
Théâtre de récit à plusieurs voix

Texte et mise en scène Gaëtan Gauvain

Cie Et rien d'autre

Samedi 29 février à 20h30

Dimanche 1^{er} mars à 17h



SORANO EXPOS

Programmation en cours, nous vous dévoilons une partie de notre sélection :

Expositions dans le cadre des festivals Au-delà de l'Écran et L'Afrique en Marche

Laurence Bessas Joyeux
Sculpture

Mane
Peinture

« Patiemment » – Jérémie Danon
Installation photographique et audio sur le thème de l'art et de la psychiatrie

Judikaël-Joëlle Loucif et Khadija El Mahdi
Installation, gravure, tissage et costumes et masques

Tania de la Joncquière
Dessin et installation

« Souffrir, mourir d'aimer » collectif d'artistes
Œuvres pluridisciplinaire sur le thème des violences faites aux femmes

Association Vincennes Images



En mai le festival « Vincennes en scène » met en lumière des talents vincennois.

Le mois de **juin** est consacré aux ateliers de l'Espace Sorano. **Venez découvrir les talents de nos adhérents sur scène ou en exposition.**

ÉVÉNEMENTS ACCUEILLIS

CONFÉRENCES

8 ciné-conférences géographiques avec Connaissance du Monde. Le lundi à 14h30
14 oct./18 nov./9 déc./13 jan./3 fév./9 mars/
30 mars/4 mai

SCIENCES

Fête de la science
Samedi 12 octobre

Fête le savoir
Samedi 9 novembre
et samedi 4 avril

FESTIVALS

Festival Au-delà de l'écran
Du 20 au 25 novembre

Festival du Voyage à Vélo
18 et 19 janvier

Festival L'Afrique en Marche
Du 20 au 26 avril

CINÉMA

En partenariat avec la Ville de Vincennes

Toiles du Mardi, 8 projections précédées d'une présentation du film

Toiles des Enfants, 6 ciné-goûters
21 sep./23 nov./14 déc./8 Fév./21 mars/9 mai

Ciné Junior, du 22 au 30 janvier

PAGE 10

DANSER

Claquettes	11
Danse africaine	13
Danse afro brésilienne	13
Danse classique et gym danse	14
Danse contemporaine	15
Danses latines et Swing Solo	16
Danse orientale	17
Initiation à la danse - Danse des poussins	18
Ludodanse	19
Modern' et Street Jazz	21
Rock n'Roll	22
Tango argentin	23

CLAQUETTES

ENFANTS
À PARTIR
DE 4 ANS

ADOS,
ADULTES,
SENIORS,
PERSONNES
EN SITUATION
DE HANDICAP



PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Veronica Vieira-Reichenecker

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Contact : Veronica Vieira-Reichenecker

infoclaquettes@lesfersplay.com

06 87 73 13 80

www.facebook.com/Les-Fers-Play-Cours-de-claquettes

www.lesfersplay.com

Nouveaux adhérents : 1 cours d'essai offert

Réservez votre cours d'essai par mail ou par téléphone et remplissez une fiche d'inscription afin d'être couvert par notre assurance le temps de votre cours gratuit.

Adhérents déjà Fers Play

Réservez votre cours par mail. Les souhaits de changements de niveaux sont à valider avec le professeur.

Inscription en cours d'année

Accueil des adhérents n'ayant jamais pratiqué : À partir de novembre 2019 se fait sur validation du professeur. Accueil des adhérents ayant déjà pratiqué : Toute l'année.

Reprise de nos cours lundi 9 septembre



PRÉSENTATION

Vous avez toujours rêvé de faire des claquettes ? Nous aussi. Seul ou en famille, apprenez les claquettes dans la joie et la bonne humeur ! Notre méthode pédagogique met les claquettes à la portée de tous.

Cette activité rythmée, ludique, originale, faisant travailler des fonctions utiles à tous, est pratiquée dans l'esprit « Fers Play » de notre association. Cours collectifs, Pause Déjeuner, HandiClap, 5 niveaux du débutant au confirmé, de 4 ans à + de 81 ans : vous trouverez forcément VOTRE cours pour vous épanouir et être « Fers Play » ! Pas d'obligation de résultat, hormis celle de prendre du plaisir. Notre devise : « On se plante, on se marre » !

TARIFS

1 cours / semaine, hors vacances scolaires	
Cours de 1h / semaine	275€ / saison
Cours de 1h30 / semaine	344€ / saison
Cours supplémentaire	100€ / saison

Tarif Famille : -10% pour toutes les personnes d'un même foyer.

Nous acceptons les chèques vacances et les coupons sport.

Règlement possible en 6 chèques déposés le 20 du mois.

Pas d'encaissement en décembre.

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire





© Les Fers Play



CALENDRIER

Lundi	Niveau 1	Enfants 4 / 6 ans <i>sur liste d'attente</i>	17h15-18h15
		Enfants 7 / 9 ans	18h15-19h15
		Ados / Adultes	19h15-20h15
	Niveau 2	Ados / Adultes	20h15-21h15
Niveau 3	Ados / Adultes	21h15-22h45	

Mardi	Niveau 1 & 2	Adultes	12h30-14h
	Niveau 1 & 2	Seniors	16h30-18h
	Niveau 1	HandiClaq Claquettes Adaptées <i>sur liste d'attente</i>	18h-19h
	Niveau 2	Ados / Adultes	19h-20h
	Niveau 1	Ados / Adultes	20h-21h
	Niveau 4	Ados / Adultes	21h-22h30
	Niveau 5	Adultes	22h30-23h30

HANDICLAQ : LES CLAQUETTES ADAPTÉES

Nous accueillons les personnes en situation de handicap dans des cours dédiés et adaptés.

HandiClaq offre une activité ludique, permettant de travailler différemment les capacités cognitives, mnésiques et fonctionnelles.

Notre méthode de Claquettes Adaptées utilise des chemins complémentaires des cadres spécialisés.

Aphasie, AVC, dyspraxie, handicap mental, handicap moteur léger, cécité, surdité, sont des pathologies que nous accompagnons par une méthode personnalisée, rassurante et enrichissante.

La bonne humeur Fers Play et l'écoute attentive du professeur font des cours HandiClaq des moments privilégiés dans le quotidien de ce public particulier qui a ainsi la possibilité de participer à une activité originale et complète « comme tout le monde ».

Nos élèves des cours HandiClaq se retrouvent sur scène avec les autres Fers Play à l'occasion de notre spectacle annuel de juin au Théâtre de l'Espace Sorano.

DANSE AFRICAINE AVEC PERCUSSIONNISTES DANSE AFRO-BRÉSILIENNE

ADOS
ADULTES

TOUS
NIVEAUX

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Robert Sallafranque
Fode Cissé et Raymond Avrila,
percuSSIONNISTES

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements
et inscription à l'accueil de l'Espace Sorano.

Téléphone : 01 43 74 73 74

Mail : inscription@espacesorano.com

Fiche d'inscription téléchargeable sur le site
www.espacesorano.com



TARIFS

TARIF
SPÉCIAL
-26 ANS

Danse africaine	-26 ans	+26 ans
Vincennois	293€	349€
Non vincennois	351€	419€

Danse afro-brésilienne	-16 ans	+16 ans
Vincennois	246€	317€
Non vincennois	295€	380€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Danse afro-brésilienne	Mercredi	20h30-22h
Danse africaine	Vendredi	18h30-20h
	Samedi	16h30-18h

PRÉSENTATION

Danse africaine

Faire de la danse d'expression africaine c'est découvrir un langage du corps naturel et rythmé. Il s'agit d'aller à la recherche des danses narrant les gestes de la vie quotidienne. Les cours sont accompagnés au son et aux rythmes de deux percussionnistes.

Danse afro-brésilienne

Ce cours permet de découvrir le fruit du métissage culturel en dansant sur des rythmes africains, brésiliens, caribéens...

DANSE CLASSIQUE ET GYM DANSE

À PARTIR
DE 6 ANS

ADULTES
ADOS

Association
Iritcha

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Christine Pawlowski, professeur diplômé

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès mi-mai 2019. Renseignements
et inscription : Christine Pawlowski

Téléphone : 01 48 57 60 73

Mail : chris.dance@free.fr
association.iritcha@gmail.com

PRÉSENTATION

Les cours sont dispensés par un professeur de danse classique formé par des enseignants de l'Opéra de Paris. Il sera à votre écoute avec de la rigueur, de la douceur et du ludique, pour vous accompagner dans ce sport qui est aussi un art.

Reprise de l'activité le 2 septembre

TARIF

Cotisation association de danse Iritcha
à partir de 333 €

-10% pour les mamans des adhérents
+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

À partir de 6 ans (initiation)	Mardi	17h10-18h05
6-7 ans (débutants)	Lundi	17h10-18h05
À partir de 8 ans (débutants avancés)	Vendredi	17h-18h
À partir de 10 ans (élémentaires)	Lundi	18h05-19h05
À partir de 12 ans (moyens-supérieurs)	Vendredi	19h05-20h05
À partir de 12 ans (moyens)	Mardi	18h10-19h10
	Vendredi	18h-19h
À partir de 14 ans (supérieurs)	Mardi	19h10-20h10
	Vendredi	20h05-21h30
	Lundi	19h05-20h05
Adultes (tous niveaux) Gym danse	Mardi	20h10-21h10
	Samedi	10h15-11h15

DANSE CONTEMPORAINE



Association
Il est temps



PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Gaël Giraud

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019

Contact : Gaël Giraud

Téléphone : 06 74 81 82 16

Mail : ilesttemps.danse@gmail.com

Reprise de l'activité le 21 septembre

TARIFS

Vincennois	434€
Non vincennois	442€

CALENDRIER

Samedi	13h15-15h15
--------	-------------



PRÉSENTATION

Atelier de danse dont l'enseignement s'articule autour de trois aspects fondamentaux :

Conscience corporelle et approche somatique : recherche d'un corps sans tension, disponible au mouvement. Puis, un travail plus technique à partir des matériaux de la danse contemporaine : espace, temps, forme et énergie, permet d'affiner et de préciser le geste. Enfin, improvisation et composition permettent au danseur d'ouvrir les portes de son imaginaire, de trouver son expression propre et sa créativité.

DANSES LATINES ET SWING SOLO

ADULTES

Association
VUELTA!

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Élizabeth : danseuse-interprète au sein de compagnies pendant quinze ans, elle obtient une dispense du DE danse contemporaine, qu'elle enseigne pour différentes écoles et structures artistiques. C'est par le tango argentin qu'elle découvre la danse de couple improvisée et l'univers du bal, issus d'un riche fonds culturel et musical de tradition populaire. Elle élargit cet horizon aux autres danses à deux, et va se former notamment auprès de Christian Dubar à l'IFDS de Toulouse. Elle oriente son parcours vers la transmission de ces danses destinées à la piste, et crée un cours de danses latines et swing solo. Parallèlement, un intérêt marqué pour les disciplines corporelles qui entourent la danse, la conduit à ouvrir des cours de stretching pour y proposer une approche saine et avertie de l'assouplissement.

Reprise de l'activité le 20 septembre

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Séance découverte en juin (Débutants).
Inscriptions possibles à la suite : -10€ sur le tarif annuel. Cours d'essai à partir du 20/09.

Accès aux cours sur inscription uniquement :
voir notre site www.vueltheadanse.com

TARIFS

		Tarif réduit*
Année	330€	280€
Forfait 2 cours/ semaine	560€	500€

*Étudiants et bénéficiaires des minimas sociaux
Cours d'essai 5€ (déduits à l'inscription)
+ Adhésion Espace Sorano obligatoire



PRÉSENTATION

Danser solo et en groupe sur les rythmes Swing, Soul, Mambo, Charleston, Cha-cha-cha, Salsa...

Les danses de bal d'origine swing et latino-américaines offrent un répertoire de pas et de jeux rythmiques qui se pratiquent aussi individuellement et en groupe !

Le cours puise dans tous ces styles, joyeux et sensuels, pour créer des chorégraphies qui pourront se danser en soirée, sur les rythmes métissés du jazz et des musiques latines, de leurs origines à nos jours.

On apprend, on développe ses compétences et on tape dans les mains : venez enrichir votre vieux madison pour danser rétro chic sur du hip hop jazz !

Cours débutant : pour ceux qui n'ont jamais pris de cours de danse

Cours 2^e année : pour les autres.

CALENDRIER

Vendredi	
2 ^e année	19h15-20h15
Débutants	20h30-21h30

Cours hebdomadaires (hors vacances scolaires)

DANSE ORIENTALE



PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Aline Bittan

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements et inscription : Aline Bittan

Portable : 06 16 60 70 70

Mail : orientaline.danse@gmail.com

www.orientaline.fr

www.facebook.com/orientaline

Reprise de l'activité le 13 septembre

TARIFS

Enfant	à partir de 279€
Adulte	à partir de 374€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Enfants	2 à 6 ans	Mardi Jeudi	17h-18h
	7 à 12 ans	Mardi	18h-19h
	12 à 16 ans Pop orientale «girly»	Jeudi	18h-19h
Adultes	Niveau 1	Mercredi	19h-20h
	Niveau 1 & 2		20h-21h
	Niveaux 2 & 3	Mardi Jeudi	19h-20h
	Niveau 3	Jeudi	20h-21h30
	Niveau 4	Mardi	20h-21h30
	Atelier chorégraphique 3 séances/an	Mercredi	21h-23h

DIMANCHE - stages à thème de 2 heures

16h	stage de perfectionnement
18h	stage avec accessoires (voile, canne...)

PRÉSENTATION

Convivialité, sensualité, chaleur humaine, bien-être... Pour tout cela, venez rejoindre les élèves d'OrientAline !

Sensuelle par excellence, la danse orientale est une discipline qui révèle et célèbre la féminité.

Depuis 15 ans, Aline, infatigable et généreuse, enseigne à ses élèves le rythme, l'ondulation, la vibration qui impriment grâce et volupté aux mouvements du corps.

Sur les mélodies envoûtantes de l'Orient, les classiques de la musique égyptienne ou les déclinaisons plus modernes de la musique orientale, les femmes s'expriment, se libèrent, explorant les infinies possibilités de cette danse. Et au diable les complexes ! On relève la tête et on sourit ! Avec Aline, l'ambiance du cours est assurée : on apprend, certes, mais sans oublier de rire et de se sentir bien... Les enfants apprécieront aussi : Aline a sa méthode pour enseigner aux plus jeunes. À partir de 2 ans, elle initie les bouts de chou aux ondulations et aux vibrations de façon ludique... et ça marche !

Dès le début de l'année Aline travaille technique et chorégraphie avec ses élèves, en vue du spectacle qu'elles produiront fin juin.

INITIATION À LA DANSE

DANSE DES POUSSINS



PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Christine Pawlowski, professeur diplômé

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Dès juin 2019. Renseignements et inscription :
Association générale des familles, 70 rue de
Fontenay, 94300 Vincennes.

Téléphone : 01 43 98 67 63

Mail : familleservices@orange.fr

www.familleservices-vincennes.fr

PRÉSENTATION

Une vraie découverte de l'espace et du corps adaptée à de très jeunes enfants (3 ans 1/2 à 5 ans 1/2). 14 enfants maximum par séance de 45 mn.

Le ludique et la discipline se côtoient, encadrés par un professeur diplômé.

Reprise de l'activité le 2 septembre

TARIF

280€/an

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Lundi	16h25-17h10
Mardi	
Mercredi	11h-11h45
Samedi	9h15-10h

LUDODANSE



PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

LUDODANSE est une méthode pédagogique créée par ISAURA CORLAY et primée par son originalité et ses innovations. Danseuse et chorégraphe diplômée, Isaura Corlay met son expérience, son savoir et sa créativité au service de ses élèves. Avec énergie et générosité, elle crée des expériences artistiques et humaines où chacun(e) s'épanouit complément au rythme de ses envies et de ses capacités corporelles.

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Dès juin 2019.

Renseignements et inscriptions :

Isaura Corlay

Tél : 06 83 51 18 91

Mail : info@ludodanse.com

www.ludodanse.com

TARIFS

Consultez les tarifs sur le site internet :

www.ludodanse.com

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

	Mercredi	
Kidmodern et Zumba kids®	4-6 ans	14h15-15h
	5-7 ans	15h-16h45
	8-11 ans	15h45-16h30
Éveil	3-4 ans	16h30-17h15

Cours hebdomadaires (hors vacances scolaires)

PRÉSENTATION

L'alliance du plaisir et de la danse !

Ludodanse ce sont :

- Des cours qui remplissent de joie petits et grands.
- Des spectacles de qualité qui développent la confiance en soi.
- Une approche intégrale et sensible du corps qui fidélise nos élèves.

COURS POUR ENFANTS

Éveil : le corps n'est pas un objet que l'on doit « dresser ». L'originalité de notre méthode est d'utiliser le jeu et les qualités imaginatives et créatives des enfants pour leur faire découvrir en douceur et par le plaisir les bases fondamentales de la danse.

Kidmodern : le Kidmodern travaille et développe l'amplitude, la grâce et la fluidité des gestes pour que le corps exprime son large éventail d'émotions. Techniquement, le Kidmodern trouve ses racines dans le modern jazz, la danse contemporaine et postmoderne.

Zumba kids® : rythme, coordination, vitalité avec la touche latina de Ludodanse ! Les enfants s'amuse en apprenant des pas sur des musiques variées issues du programme Zumba Kids®.



SUN DAY'S LUDODANSE

Des dimanches ensoleillés toute l'année en famille ou en solo ! Venez découvrir de nouvelles activités en composant votre calendrier à la carte, selon vos disponibilités et vos envies, grâce aux forfaits de 5, 10 ou 15 « SUN DAY'S ». Vous allez aimer le dimanche !

Activités proposées pour les enfants à partir de 3 ans et en famille !

Capoeira, Ludodanse, Zumba® Party, Étirements et relaxation.

TARIFS

Forfait de 5 séances à partir de 65€
-10% pour les adhérents de l'Espace Sorano
et de Ludodanse.

Plus d'infos sur www.ludodanse.com

Dimanche

SUNDAY's Ludodanse	16h-18h
--------------------	---------

Dates au choix avec les forfaits de 5, 10 ou 15 séances sur l'année. (Détails des dates et activités sur le site internet de l'association : www.ludodanse.com)

MODERN' ET STREET JAZZ



© David Robert



Association
Untie

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Julie Rivat

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019.

Renseignements et inscription : Julie Rivat

Portable : 06 66 32 94 84

Mail : associationuntie@gmail.com

<https://associationuntie.wixsite.com.untie>

Instagram : Untie

Reprise de l'activité le 11 septembre



© David Robert

TARIFS

Éveil 4-6 ans	260€/an
Enfants/Ados	330€/an
Enfants/Ados - Forfait 2 cours (modern + streetjazz)	500€/an

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Mercredi	Enfants	Éveil (4-6 ans)	14h-14h45
		Modern' (8-10 ans)	14h45-15h45
		Streetjazz (8-10 ans)	15h45-16h45
Ados	Modern' (10-15 ans)	17h-18h	
	Streetjazz (10-15 ans)	18h-19h	

Du 11 septembre 2019 au 24 juin 2020

PRÉSENTATION

Les cours proposés par l'association Untie s'adressent à des élèves désireux de faire différer scène. Ils sont accessibles à des personnes malentendantes puisque la professeur saura donner un cours de qualité en langue des signes dans chaque discipline.

Les cours débutent par une barre d'échauffement suivie de l'apprentissage de chorégraphies aux influences multiples.

Tout au long de l'année, les élèves travailleront l'aspect technique de la danse (placement du corps, précision du mouvement, musicalité...) et auront l'occasion de se produire en spectacle lors de divers événements.

Développer sa créativité, approfondir son expressivité physique, acquérir la confiance en soi, afin de profiter au mieux de ce que nous offre la danse : la scène.

ROCK N' ROLL

ADULTES

Association
VUELTA!

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Élizabeth : danseuse-interprète au sein de compagnies pendant quinze ans, elle obtient une dispense du DE danse contemporaine, qu'elle enseigne pour différentes écoles et structures artistiques. C'est par le tango argentin qu'elle découvre la danse de couple improvisée et l'univers du bal, issus d'un riche fonds culturel et musical de tradition populaire. Elle élargit cet horizon aux autres danses à deux, et va se former notamment auprès de Christian Dubar à l'IFDS de Toulouse. Elle oriente son parcours vers la transmission de ces danses destinées à la piste, et crée un cours de danses latines et swing solo. Parallèlement, un intérêt marqué pour les disciplines corporelles qui entourent la danse, la conduit à ouvrir des cours de stretching pour y proposer une approche saine et avertie de l'assouplissement.

Reprise de l'activité le 16 septembre

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Séance découverte en juin (Débutants).
Inscriptions possibles à la suite : -10 € sur le tarif annuel. Cours d'essai à partir du 16/09.
Accès aux cours sur inscription uniquement : voir notre site www.vueltdanse.com

TARIFS

		Tarif réduit*
Année	330€	280€
Forfait 2 cours/semaine	560€	500€

*Étudiants et bénéficiaires des minimas sociaux.
Cours d'essai 5 € (déduits à l'inscription)
+ Adhésion Espace Sorano obligatoire



PRÉSENTATION

Héritier des danses swing, le rock est LA danse en couple indémodable !

C'est une danse festive, dont l'intensité et la précision reposent sur une connexion souple et harmonieuse entre les partenaires.

Son rythme de base à 6 temps permet une multitude de passes à différentes vitesses. On peut le danser sur un répertoire varié de rock ou de jazz, et progressivement chaque danseur y apportera sa personnalité et son style, plus ou moins swingué. Les cours proposent un contenu progressif : mise en route solo, et révision de la matière vue précédemment. Préparez-vous à danser dans toutes les fêtes...

Cours débutant : pour ceux qui n'ont jamais pris de cours .

Cours 2^e année : pour ceux qui connaissent le rythme 3-3-2, et quelques passes.

CALENDRIER

Lundi	Débutants	20h45-21h45
Mercredi	2 ^e année	21h10-22h10

Cours hebdomadaires (hors vacances scolaires)

TANGO ARGENTIN

À PARTIR
DE 10 ANS

TOUT
PUBLIC

Association
Le Regard Se Pose

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Jérémy Braitbart (présent toutes les semaines)
Florencia Garcia (présente 1 semaine sur 2).
Florencia est Argentine, Jérémy est français, ils sont tous deux formés à Buenos Aires en Argentine auprès des plus grands maestros. Ils ont 15 ans d'expérience dans l'enseignement du Tango Argentin.

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription en ligne dès Mai 2019 sur notre site www.tangoetvous.com
Essai possible toute l'année. Séances découvertes en juin et septembre 2019.
Renseignements et inscription :
Jérémy Braitbart ou Florencia Garcia
Téléphone : 06 61 72 79 98 ou 06 63 23 35 70
Mail : tangoetvous@gmail.com
www.tangoetvous.com

Début des cours le 9 septembre 2019

TARIFS

420€ / an / personne
Tarif 15-25 ans « Pass'Jeunes » :
350€ / an

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Lundi		
Débutants	Cours de 20h15-21h15	+ Pratique autonome dans le foyer 21h15-22h30 (sur calendrier)
Intermédiaires	Cours de 21h15-22h30	+ Pratique autonome dans le foyer 20h45-21h15 (sur calendrier)

Cours hebdomadaires (hors vacances scolaires).



© Pascal Gentril

PRÉSENTATION

Deux niveaux vous sont proposés :

Le cours débutant s'adresse aux personnes qui souhaitent commencer le Tango Argentin. Inutile d'avoir des bases de danse ou de rythme. Nous travaillerons sur l'apprentissage des bases, l'improvisation, la connexion, la marche et la musicalité. Les cours intégreront les notions du bal (Milonga) afin que vous puissiez rapidement aller danser sur les pistes de Paris ou d'ailleurs !
Nombre de places limité.

Le cours intermédiaire s'adresse aux personnes qui ont au moins un an de Tango et qui ont acquis les bases. Nous travaillerons sur des notions corporelles plus précises, l'apprentissage de nouvelles figures ainsi que sur l'improvisation à partir des figures de base.
Nombre de places limité.

PAGE 24

BOUGER

Abdo-fessiers-fitness	25
Aïkido et Aïki-Taïso	26
Aïkido Rigenkai	27
Assouplissement	28
Gymnastique Parent-bébé et maternelle petite section	29
Pilates	30

ABDO-FESSIERS FITNESS



TOUT
PUBLIC

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Robert Sallafranque

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements et inscription à l'accueil de l'Espace Sorano.

Téléphone : 01 43 74 73 74

Mail : inscription@espacesorano.com

Fiche d'inscription téléchargeable sur le site www.espacesorano.com

TARIFS

	-16 ans	+16 ans
Vincennois	256€	329€
Non vincennois	308€	396€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Abdos-fessiers-fitness	samedi	14h30-16h
------------------------	--------	-----------

PRÉSENTATION

Le cours se déroule en 4 étapes :

- Échauffement de tout le corps
- Renfort abdominal et fessiers
- Danse fitness
- Étirements et relaxation

AÏKIDO ET AÏKI-TAÏSO

ENFANTS
ADOS

ADULTES
SENIORS

Association
Kokoro



PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Odile Davienne

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019.

Renseignements et inscription :

Odile Davienne

Téléphone : 06 52 54 42 44

Mail : diloudav@gmail.com

TARIFS

Pour un cours	295€
Pour deux cours	460€

L'assurance est comprise dans le prix

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

Un cours d'essai est offert toute l'année

CALENDRIER

Jeudi	
17h-18h	Aïkido enfants
18h-19h	Taïso adultes
19h-20h	Aïkido adultes et ados

PRÉSENTATION

L'**Aïkido** est un art martial de paix et de transformation. La pratique est variée : techniques à mains nues, étude du boken et du jo (sabre et bâton en bois) et approche du taïso. Les cours, tous niveaux, permettent à chacun de progresser à son rythme.

Le Taïso est une gymnastique japonaise à base d'assouplissements, d'étirements, d'exercices respiratoires et posturaux. Cette pratique, accessible à tous, est respectueuse du niveau de chacun et peut se pratiquer indépendamment de l'Aïkido.

C'est l'occasion de prendre du temps pour vous ressourcer en découvrant la marche du cadeau, le poisson d'or, le kihon et bien d'autres exercices.

Pour les enfants, nous proposons un **Aïkido** ludique. Les enfants apprennent à exprimer et à apprivoiser leur énergie, à structurer leur corps et à se positionner au sein du groupe. Sous forme de jeux et d'exercices techniques, ils apprennent à transformer les attaques de leurs partenaires, à manier le boken (sabre en bois) et à chuter.

Aucun niveau particulier n'est requis.

Depuis 10 ans, l'association Kokoro propose l'Aïkido d'après l'enseignement de Maître Kobayashi Hirokazu.

AIKIDO RINGENKAÏ



Association
La Ki School 1

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Nguyen Thanh Thiên étudie les arts martiaux depuis 1970 : le Judo, l'Aïkido, le Kinomichi, le Taïchi Chüan Yang et Chen, le Hyoho Niten Ichi Ryu kenjutsu (sabre japonais). Il est le représentant pour la France de son école de sabre. En mars 2016, il crée le Ringenkaï Aïkido. Il a donné des stages aux USA, en Espagne, en Grèce, aux Pays-Bas. Il est assisté pendant les cours par ses anciens élèves.

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès mai 2019. Renseignements et inscription : Philippe Nguyen Thanh Thiên. Les débutants sont les bienvenus.

Téléphone : 09 54 58 25 39

Portable : 06 61 25 71 64

Mail : nguyenthanhthien@hotmail.fr

Inscriptions : <https://wp.me/P6FvEB-25>

Reprise de l'activité le 13 septembre

CALENDRIER

4 à 6 ans	Samedi	10h-11h
7 à 12 ans		11h-12h
+12 ans		12h-13h
Adultes et ados	Vendredi	20h15-22h45

TARIFS

	-18 ans	+18 ans
Ancien élève	300€	à partir de 360€
Nouvel élève	330€	

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire



PRÉSENTATION

Nguyen senseï enseigne aux enfants, aux adolescents et aux adultes depuis 1984. Il fait confiance dans la tradition orientale pour faire émerger l'humain de l'homme, une tradition toujours vivante et renouvelée à chaque cours.

Nguyen senseï a créé un style d'Aïkido unique qui allie le yin et le yang, souplesse et esprit de décision, travail postural et art du déplacement. Profondément attaché à sa culture d'origine, Nguyen senseï présente son art comme un accès à la civilisation extrême-orientale où le geste s'appuie sur le souffle, où l'acier de la lame se meut comme le poil de lièvre du pinceau, où la main témoigne de la maîtrise comme de l'émotion. Son approche est nourrie de l'enseignement des maîtres Noro Masamichi senseï, Imaï Masayuki soke et Iwami Toshio soke, ses maîtres en Aïkido, Kinomichi et Hyoho Niten Ichi Ryu kenjutsu. Il a été invité au Japon pour étudier l'art du sabre de Musashi auprès du grand maître qui lui a enseigné : « Maîtrise le cœur et ensuite seulement le sabre ». Il a fait de nombreux séjours d'étude au Japon.

« L'Aïkido gravite autour de principes que l'élève étudie pour les appliquer à propos. »

ASSOUPPLISSEMENT

TOUT
PUBLIC

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Robert Sallafranque

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements et inscription à l'accueil de l'Espace Sorano.

Téléphone : 01 43 74 73 74

Mail : inscription@espacesorano.com

Fiche d'inscription téléchargeable sur le site www.espacesorano.com

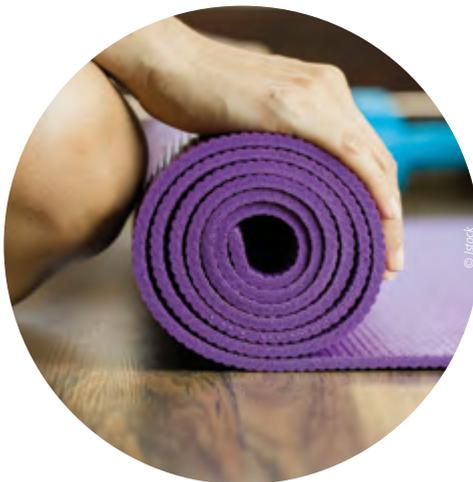
TARIFS

	-16 ans	+16 ans
Vincennois	256€	329€
Non vincennois	308€	396€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Mercredi	18h45-20h15
Jeudi	19h15-20h45



PRÉSENTATION

Il s'agit d'étirements effectués debout ou allongé. Le cours comprend aussi un renfort abdominal et fessier, le but recherché étant de tonifier le corps tout en développant sa souplesse. Les cours se font en musique.

GYMNASTIQUE PARENT-BÉBÉ ET MATERNELLE PETITE SECTION

ENFANTS DE
12 MOIS À 3 ANS
ACCOMPAGNÉS
DE LEUR PARENT

ENFANTS
MATERNELLE
PETITE SECTION
LE VENDREDI



Association
GYM V
POUR TOUS



PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Véronique Verpillon (lundi et jeudi)
et Caroline Bérard (vendredi)
Diplômées d'État BPJEPS, Brevet d'État
et Certification formation Gym Câlina.

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements
et inscription : Dominique Cloarec
Permanence à la Maison des associations
les mercredis de 10h à 12h. Renseignements
également sur place aux horaires des cours.
Tous les documents sont téléchargeables
sur le site de l'association.

Portable : 06 62 80 72 00

Mail : dominiquecloarec@noos.fr

www.gymvpourtous.fr

Reprise de l'activité le 9 septembre

TARIFS

	Gym parent/ bébé	Gym enfant
Vincennois	298€	268€
Non vincennois	308€	278€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire
Ces tarifs comprennent l'adhésion à l'association
GYM V POUR TOUS (Vincennois : 62 € / non-
vincennois : 72€)

PRÉSENTATION

Cette activité a lieu dans un espace aménagé de façon spécifique par l'animateur pour permettre aux enfants de satisfaire leur désir d'action et de mouvement, de crapahuter avec jubilation, de faire des expériences nouvelles, de chanter, danser, faire des manipulations, jouer avec d'autres personnes. Le cours facilite l'épanouissement des possibilités physiques de l'enfant à travers le développement de la motricité fondamentale.

CALENDRIER

Jour	Horaires	Niveau
Lundi	9h30-10h30 et 10h30-11h30	Parents-bébé
Jeudi	9h30-10h30 et 10h30-11h30	
Vendredi	15h30-16h30	Parents-bébé
	et 16h45-17h30	Maternelle petite section



ADULTES

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Christine Piéchota, instructeur certifiée par la Balanced Body University et par la Fédération des Praticiens de la Méthode Pilates (FPMP). Membre de la Fédération Sports Pour Tous. Intervenante indépendante.

Angélique de Putter, Instructeur certifiée par Body Arts and Science International (Basi pilates) et par la Fédération des Praticiens de la Méthode Pilates (FPMP). Membre de la Fédération Sports pour Tous.

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019.

Renseignements et inscription :

Christine Piéchota

Portable : 06 85 97 83 12

Mail : christine.piechota@wanadoo.fr

Angélique de Putter

Portable : 06 16 57 36 39

Mail : acp2p@wanadoo.fr

Reprise de l'activité le 9 septembre

TARIFS

Le cours, avec une adhésion à l'année	16€
Le cours au trimestre	18€
Le cours	20€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

PILATES

PRÉSENTATION

C'est une méthode de bien-être du corps qui emprunte au yoga, à la danse et à la gymnastique. Cette technique peut être pratiquée par tous, à tous les âges, par les sédentaires comme par les sportifs.

C'est un répertoire d'exercices d'étirement, de renforcement musculaire et de mobilisation des articulations qui s'effectue soit sur tapis, soit à l'aide de nombreux accessoires.

Le corps est appréhendé comme un tout. Le Pilates en corrige les asymétries et les faiblesses chroniques pour restaurer un équilibre corporel. On apprend à activer les muscles faibles et à relâcher les muscles trop tendus dans le but d'équilibrer la musculature.

La posture, l'alignement approprié du corps et la respiration continuellement sollicitée dans l'exécution de chaque mouvement constituent la base de la technique Pilates. Il en résulte une amélioration de la force, de la souplesse, de la coordination et du maintien.

CALENDRIER

Christine Piéchota		
Avancés	Lundi	14h-15h
Débutants		15h10-16h10
Entretien	Mardi	12h30-13h30
Intermédiaires		13h40-14h40

NOUVEAU

Angélique de Putter		
Tous niveaux	Vendredi	12h15-13h15

PAGE 31

SE RELAXER

Qi Gong et auto-massage	32
Relaxation - Conscience corporelle	33
Stretching Postural®	34
Taichichuan	35
Yoga et Méditation	36
Yoga pour tous	37
Yoga en famille et Méditation	38

QI GONG ET AUTO-MASSAGE

ADOS
ADULTES
SENIORS

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Marie Suy, intervenante indépendante
Marie-Catherine Delfolie

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019.

Renseignements et inscription :

Marie Suy

Téléphone : 06 62 60 57 75

Mail : mariesuy.qigong@gmail.com

www.qigong-harmonie.com

Marie-Catherine Delfolie

Téléphone : 06 09 56 58 60

Mail : marie-catherine.delfolie@orange.fr

TARIF

10 cours hebdomadaires	165€
Cours hebdomadaires illimités	650€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Marie-Catherine Delfolie

Lundi	12h30-13h45 19h-20h15
-------	--------------------------

Marie Suy

Mardi	12h30-13h45
Jeudi	12h30-13h45 18h30-19h45

Stage 2 samedis par mois
de 15h30 à 18h30



PRÉSENTATION

Être dans l'état de Qi Gong, c'est toucher l'étincelle de vie qui est en nous. Le Qi Gong est un anti stress naturel. Cette gymnastique de santé traditionnelle chinoise, vieille de plus de 2500 ans, vise à l'épanouissement individuel de l'être, à l'entretien de la santé, à la stabilité émotionnelle et à l'harmonie entre le corps, l'esprit et la respiration.

La pratique du Qi Gong agit sur la vitalité et la récupération en cas de grande fatigue, de surmenage ou de maladie. Elle soulage les douleurs articulaires, assouplit les articulations et renforce les muscles. Elle gère les problèmes de digestion, d'insomnie, de stress et d'angoisses. Elle augmente également la résistance à l'effort physique, intellectuelle et aux pathologies.

RELAXATION CONSCIENCE CORPORELLE

À PARTIR
DE 16 ANS

ADULTES

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Claire Magnenat, relaxologue diplômée

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements et inscription à l'accueil de l'Espace Sorano.

Téléphone: 01 43 74 73 74

Mail: inscription@espacesorano.com

Fiche d'inscription téléchargeable sur le site www.espacesorano.com

TARIFS

	+16 ans
Vincennois	329€
Non vincennois	396€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Lundi	18h30-20h
	20h-21h30
Mardi	19h30-21h
Jeudi	9h30-11h



PRÉSENTATION

Approche globale utilisant en synergie relaxation, respiration et mouvement, afin de trouver aisance, souplesse et énergie.

Ce cours vous permettra de libérer les articulations, d'harmoniser le souffle, de réduire les tensions corporelles et de soulager les douleurs cervicales et lombaires. Travail sur tapis et avec les « physio-balls ».

STRETCHING POSTURAL®

SE RELAXER

ADULTES

Association
La clef du dos

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Renata Kozyraki

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Renseignements et inscription :
Olivier Cases

Portable : 06 74 28 82 14
ou 06 89 38 40 65

Mail : clef.du.dos@gmail.com

Reprise de l'activité le mer. 11 septembre

TARIFS

1 cours/semaine	370€
2 cours/semaine ou plus	540€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire
Possibilité de rattraper son cours

CALENDRIER

Lundi	9h30-10h30
	10h30-11h30
	12h30-13h30
Mardi	18h15-19h15
	19h15-20h15
Mercredi	19h15-20h15
Jeudi	9h30-10h30
	10h30-11h30
	12h30-13h30
Vendredi	18h15-19h15
	19h15-20h15



PRÉSENTATION

Le Stretching Postural® a été inventé par J.P. Moreau, kinésithérapeute du sport. C'est une technique corporelle globale, statique. Sa méthodologie est précise : elle suscite des contractions musculaires profondes (muscles posturaux) et des étirements volontaires lents et progressifs. Elle s'appuie sur une respiration spécifique.

Ses bienfaits : tonicité musculaire, souplesse, équilibre physique et psychique.

Publics concernés : tous les sédentaires (amélioration de la condition physique, remise en forme, optimisation du bien-être et dynamisme), les sportifs (échauffement, récupération). Le Stretching postural® est une technique bien adaptée aux personnes souffrant du dos.

TAICHICHUAN

ADOS
ADULTES
SENIORS



PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Marianne Plouvier : DEJEPS, 6^e dan Arts Martiaux Chinois Internes, enseigne le taichichuan depuis plus de 24 ans, juge de compétitions nationales et européennes, auteur de « Le Taichichuan » PUF « Que sais-je », 2012, de « Nouvelle lecture du Taiji Sabre, Style Ancien de l'École Yang », 2015, et auteur collaboratrice de « Nouvelle Lecture du Taijiquan », Antoine Ly, 2013.

Pheng-Thao CHAU : enseigne le Taichichuan depuis plus de 20 ans, et bénéficie de l'enseignement direct du grand-maître WANG XIAN.

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements et inscription à l'accueil de l'Espace Sorano.

Téléphone : 01 43 74 73 74

Mail : inscription@espacesorano.com

Fiche d'inscription téléchargeable sur le site www.espacesorano.com

CALENDRIER

YANG	Avancés Tous niveaux (Marianne Plouvier)	Lundi	18h30- 20h30
	Tous niveaux (Pheng-Thao Chau)	Mardi	19h-20h30
CHEN	Débutants Avancés (Pheng-Thao Chau)	Jeudi	20h-21h30

PRÉSENTATION

Le Taichichuan (ou taijiquan, boxe du faite suprême), est un art martial d'origine chinoise, basé sur le travail de l'énergie interne, et offrant trois facettes : la préservation de la santé, les techniques martiales et la philosophie taoïste.

École YANG : les arts martiaux du style ancien de l'École Yang (Yangjialaojia), transmis en Europe depuis 40 ans par Maître Antoine Ly, représentant de la 7^{ème} génération de l'École Yang, comportent des enchaînements à main nue en 83 séquences et avec armes (bâton court, sabre, épée, bâton long et éventail) et tuishou (travail à deux). Le Taijiquan de l'École Yang se pratique avec douceur, lenteur et amplitude.

Style CHEN : le Taichichuan style CHEN trouve ses origines en Chine, à Chenjiagou. Maître WANG XIAN, de la 19^e génération des Grand-Maîtres du style CHEN et référence mondiale, perpétue la transmission de cet art martial à travers le monde. Le travail dans la lenteur, souplesse, relâchement, et la dynamique des mouvements exécutés avec amplitude, favorisent une bonne circulation énergétique. Les techniques en spirale et les sorties d'énergie « Fa Jing » sont propres à ce style. Sont enseignées les formes anciennes puis nouvelles : LaoJia YiLu, XinJia YiLu.

TARIFS

		1h30	2h
Vincennois	-16 ans	259€	318€
	+16 ans	332€	380€
Non vincennois	-16 ans	310€	381€
	+16 ans	399€	457€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

YOGA



**ADULTES
SENIORS**

Association
Yoga au présent

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Olivier Hamelin enseigne le Yoga depuis 25 ans. Il est élève/assistant de Bernard Bouanchaud (pionnier de la diffusion du Yoga en France), dans la lignée du professeur indien TKV Desikachar. Il est certifié formateur de professeur de Yoga par TKV Desikachar depuis 2007.

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements et inscription : Olivier Hamelin

Portable : 06 63 14 84 48

Mail : yogaaupresent@gmail.com

<http://yoga-au-present.org>

TARIFS

Yoga	289€
Méditation	150€

+ Adhésion Yoga au Présent 12 €

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Yoga		
Avancés	Mardi	9h30-10h30
Intermédiaires		10h30-11h30
Avancés	Mercredi	18h-19h
Intermédiaires		19h-20h
Intermédiaires		20h-21h
Débutants		21h à 22h
Intermédiaires	Jeudi	18h15-19h15
Yoga dynamique		19h15-20h15
Débutants		20h15-21h15
Débutants	Vendredi	11h15-12h15
Intermédiaires		12h15-13h15
Intermédiaires	Samedi	9h-10h

PRÉSENTATION

Dans le cadre de cours collectifs (10 à 16 personnes), l'enseignement proposé vise à une prise de conscience et à une amélioration de ses possibilités physiques et respiratoires, en développant la détente, la résistance et la concentration grâce à un effort juste, progressif, adapté aux possibilités de chacun, sans esprit de compétition. L'inscription donne la possibilité d'assister à plusieurs cours (voir le responsable).

NOUVEAU

MÉDITATION

PRÉSENTATION

L'association Yoga au présent propose un cours de Méditation ouvert à tous, quelle que soit son expérience. Le but est de découvrir les différents aspects de la Méditation afin d'aider chaque pratiquant à l'installer dans son quotidien, avec simplicité et efficacité. L'enseignement est issu du sage indien Sri Ramana Maharshi qui a mis à jour une voie très ouverte, non dogmatique, que chacun peut s'approprier selon son tempérament et sa culture. Cette pratique pourra s'enrichir lors de stages proposés par l'association.

Méditation	
Samedi	1 samedi par mois
15h-16h30	28/09 - 12/10 - 16/11 - 14/12 - 11/01 01/02 - 07/03 - 25/04 - 16/05 - 13/06



YOGA ENFANTS, ADOS ET ADULTES

SE RELAXER

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Virginie Olive est diplômée de l'École Française de Yoga (EFY), et membre de la Fédération nationale des enseignants de yoga (FNEY). Formée dans la lignée de Nil Hahoutoff, et dans l'esprit de K.Graf Dürckheim en yoga. Elle a également été formée pour la transmission du yoga auprès des enfants et des adolescents. Pratiquante de la méditation Vipassana et du zen Rinzaï.

Claire Musitelli est psychomotricienne diplômé d'État, relaxologue et formée à la danse thérapeutique.

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription ouverte toute l'année dans la limite des places disponibles. Formulaire d'inscription et règlement intérieur à compléter et retourner à l'enseignante (disponibles sur le site de Sorano ou le site du Souffle du vent). Contacter la ou les animatrices en fonction de l'activité souhaitée :

Virginie Olive: 07 81 30 63 67

Mail: vi_olive@yahoo.fr

ou virginie@le-souffle-du-vent.fr

Claire Musitelli: 06 60 29 03 43

Mail: clairemusitelli@wanadoo.fr

www.le-souffle-du-vent.fr

Suivi des actualités, infos, stages sur :

<https://www.facebook.com/LeSouffleDuVentYoga/>

TARIFS

Enfants	À l'année	350€
Ados		
Adultes	À l'année	13€ / séance
	Au trimestre	15€ / séance
	Carte 10 séances (valable 6 mois)	17€ / séance
	Cours à l'unité	20€ / séance

Adhésion à l'Association le Souffle du vent + à l'Espace Sorano obligatoires. Cours d'essai toute l'année sur inscription. Voir conditions particulières sur le site du Souffle du vent.

PRÉSENTATION

Respirer, se délier, se relier à l'Essentiel

En tant que sagesse indiennes, le yoga et la méditation nous invitent à cultiver une qualité de présence à soi-même, à l'autre et au monde qui nous entoure, plus ouverte, plus détendue, plus vivante. Leur pratique régulière est source d'évolution personnelle.

Dans une ambiance conviviale et bienveillante, chacun chemine à son rythme en fonction de ses possibilités du moment. Fidèles à ces philosophies, les professeurs du *Souffle du vent* proposent un travail postural et respiratoire structurant et harmonieux. Pour tous les âges, l'accent sera mis sur l'attention au corps, à l'esprit et à la respiration, trois sortes de présence à soi, nécessaires à la fois pour bien pratiquer et exister pleinement.

Plus de détails sur le site de l'espace Sorano et du Souffle du vent.

CALENDRIER

Adolescents (1h)	Mardi	17h15-18h15	Avec V. Olive
		18h15-19h15	
Enfants 7-11 ans Yoga et expressions corporelles (1h15)	Mercredi	14h15-15h30	Avec Claire Musitelli
Adultes Hatha Yoga / Tous niveaux (1h15)	Mardi	20h30-21h45	Avec Virginie Olive

Des stages (enfants, ados, adultes) sont également proposés dans l'année. Pour être tenus informés, inscrivez-vous auprès de Virginie pour recevoir la lettre d'informations, ou consulter le site du Souffle du Vent et la page Facebook.

Reprise des activités le 9 septembre



YOGA EN FAMILLE

CALENDRIER

Ateliers mensuels ou bi-mensuels. Calendrier des dates sur le site de l'Espace Sorano ou celui du Souffle du vent

Dimanche	
Parents - enfants	15h45- 16h45
Parents - ados	et/ou 17h-18h

TARIFS

1 atelier: 25€ /duo
4 ateliers: 90€ /duo

Pour s'inscrire, veuillez remplir le formulaire d'inscription en ligne sur le site du Souffle du vent.



MÉDITATION DE PLEINE CONSCIENCE

CALENDRIER

Atelier mensuels ou bi-mensuels, calendrier des dates disponibles sur les sites du Souffle du vent ou de Sorano

Dimanche
18h30-19h30

TARIFS

15€ la séance

Pour s'inscrire, veuillez remplir le formulaire d'inscription en ligne sur le site du Souffle du vent.

PRÉSENTATION

Initiation à la méditation de pleine conscience (Mindfulness)

La méditation de pleine conscience propose par l'assise en silence, ou également par la méditation en marchant, de sentir ce qui se passe en nous (pensées, sentiments, émotions...) afin de pouvoir les observer, puis progressivement de se libérer de ce qui est agissant en nous de façon inconsciente. Elle aide à vivre de façon plus présente à soi-même, aux autres, et de vivre plus heureux.

Venir en tenue souple et confortable, si possible avec son banc ou coussin de méditation. Prévoir un châle. Éviter les produits parfumés.

PEINDRE ET DESSINER

Aquarelle.....	40
Aquarelle entre amateurs confirmés	41
Arts créatifs.....	42
Arts plastiques adultes.....	43
Arts plastiques enfants et adolescents.....	44
Histoire de l'art enfants et adolescents.....	45
Atelier libre de dessins d'après modèle vivant.....	46
Bande dessinée.....	47
Créations plastiques.....	48
Dessin pur.....	49
Dessin/Peinture et Atelier création par Atecrea.....	50
Laque contemporaine.....	51
Peinture à l'huile.....	52
Peinture d'icônes.....	53
Sorties dessin au musée.....	54

AQUARELLE



PEINDRE
ET DESSINER

ADULTES

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Alain Meyer

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements et inscription à l'accueil de l'Espace Sorano.

Téléphone: 01 43 74 73 74

Mail: inscription@espacesorano.com

Fiche d'inscription téléchargeable sur le site www.espacesorano.com

TARIFS

	Vincennois +16 ans	Non vincennois +16 ans
Cours de 2h	380€	457€
Cours de 2h30	476€	571€
Cours de 3h	551€	661€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Tous niveaux	Lundi	13h-15h30
		15h30-18h
	Mardi	15h-18h
		18h-20h
		20h-22h

PRÉSENTATION

L'approche de l'aquarelle est trop souvent pratiquée à partir d'une sorte d'acquis instinctif et non pas sur une connaissance véritablement assimilée et dominée. Les élèves se retrouvent toujours en difficulté devant les mêmes problèmes au moment de peindre. Car ne l'oublions pas, l'aquarelle est la technique la plus difficile. Dans un premier temps il faut acquérir cette technique pour ensuite en être libéré.

Je tiens à vous rappeler que la pratique de l'aquarelle demande beaucoup de patience et posséder une aptitude à ne pas se décourager rapidement, surtout les premiers mois, même si vous en aviez déjà fait par le passé. L'aquarelle fait partie des techniques les plus difficiles à appréhender, car aléatoire dans l'humide, et le repentir impossible.

L'atelier propose un processus pédagogique, sur des exemples choisis par le professeur, qui vous amènera à décomposer et analyser chaque étape. Vous serez conduit pas à pas, avec des explications concrètes et approfondies sur la technique. En fin d'année vous aurez réalisé des aquarelles dans leur intégralité et acquis un bagage technique que vous pourrez réutiliser par vous-même plus tard.

AQUARELLE ENTRE AMATEURS CONFIRMÉS



Association
Vincennes Aquarelle

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Pas de professeur

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements
et inscription : Isabelle Leblond et Dominique
Maliarevitch

Mail : vincennes.aquarelle@free.fr
<http://vincennes.aquarelle.free.fr>

Reprise de l'activité le 5 septembre

TARIF

25€

Cotisation à Vincennes Aquarelle

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Jeudi

16h-20h



PEINDRE
ET DESSINER

PRÉSENTATION

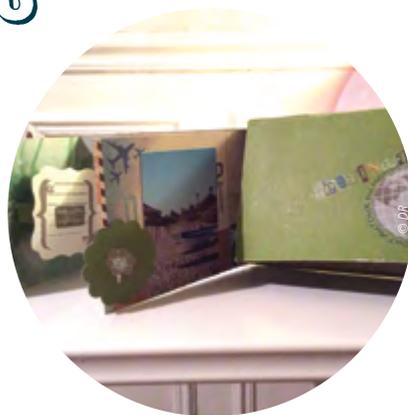
L'association « Vincennes Aquarelle » propose à ses membres de se réunir lors d'un atelier hebdomadaire. Elle s'adresse à des amateurs maîtrisant les bases essentielles de la technique de l'aquarelle. Des thèmes de travail à l'aquarelle sont proposés mais non imposés (travail sur le motif ou d'après photos).

Aucun cours n'est dispensé. Les membres de l'Association, aquarellistes confirmés, échangent leurs techniques, avis, conseils lors de ces ateliers. En fonction d'opportunités, des sorties ou des stages sont organisés.

L'association expose via son site internet les réalisations de ses membres. Elle organise des expositions à Vincennes (Espace Sorano, Place de l'Église ou Hôtel de Ville) ainsi qu'à la Mairie de St Mandé. Elle prend part à la Journée des Associations, à la Journée du Jardinier ainsi qu'au Téléthon. Les membres s'impliquent dans ces manifestations. Il est possible de participer à un atelier d'essai.

ARTS CRÉATIFS

PEINDRE
ET DESSINER



TOUT
PUBLIC

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Muriel Gille

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements et inscription à l'accueil de l'Espace Sorano.

Téléphone: 01 43 74 73 74

Mail: inscription@espacesorano.com

Fiche d'inscription téléchargeable sur le site www.espacesorano.com

Portes ouvertes le 10 septembre

Reprise de l'activité le 17 septembre

TARIFS

	-16 ans	+16 ans
Vincennois	308€	372€
Non vincennois	369€	447€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Mardi	20h-22h
-------	---------

PRÉSENTATION

Envie de décorer vous-même votre intérieur ? Dans une ambiance chaleureuse et selon les envies de chacun, découvrez ici mille et une techniques décoratives sur différentes matières : bois, toile, plâtre, tissu, mosaïque...

Venez vous initier à l'ikebana, au scrapbooking, au marouflage, au pochoir, au shibori, à la calligraphie, pour réaliser les objets dont vous rêvez chez vous.



ARTS PLASTIQUES ADULTES

ADULTES

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Véronique Solivellas. Formée à l'École Supérieure des Beaux-Arts de Reims, Véronique Solivellas a pratiqué le design textile pendant près de 10 ans. Actuellement revenue à la peinture, elle enseigne les arts plastiques depuis l'an 2000 à l'Espace Sorano et présente régulièrement son travail d'artiste dans des expositions personnelles ou collectives.

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements et inscription à l'accueil de l'Espace Sorano.

Téléphone : 01 43 74 73 74

Mail : inscription@espacesorano.com

Fiche d'inscription téléchargeable sur le site www.espacesorano.com

Portes ouvertes la semaine du 9 septembre.

Reprise de l'activité la semaine du 16 septembre

TARIFS

	+16 ans
Vincennois	450€
Non vincennois	540€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Lundi	19h-21h30
Jeudi	



PEINDRE
ET DESSINER

PRÉSENTATION

Cet atelier propose d'acquérir l'usage du vocabulaire plastique (clair-obscur, matières, contrastes colorés), à partir des différentes techniques du dessin (fusain, sanguine, lavis, etc.) et de la couleur (acrylique, pastel, gouache, encres de couleur, etc.). Au travers d'approches variées cet atelier est axé sur le développement de la créativité.

ARTS PLASTIQUES

ENFANTS & ADOS

ENFANTS
ADOS

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Muriel Gille

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements et inscription à l'accueil de l'Espace Sorano.

Téléphone : 01 43 74 73 74

Mail : inscription@espacesorano.com

Fiche d'inscription téléchargeable sur le site www.espacesorano.com

Portes ouvertes la semaine du 9 septembre.

Reprise de l'activité la semaine du 16 septembre

TARIFS

	- et +16 ans
Vincennois	289€
Non vincennois	346€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Primaire	10-11 ans	Lundi	17h-18h30
	8-10 ans	Mardi	16h45-18h15
	9-11 ans	Mercredi	10h30-12h
	8-10 ans		15h-16h30
	6-8 ans	Jeudi	17h-18h30
Collège	10-12 ans	Mardi	18h15-19h45
	11-13 ans	Mercredi	13h30-15h
	10-12 ans		16h30-18h
	13-15 ans (Prépa école boulle)		18h-19h30
	12-14 ans	Jeudi	18h30-20h
Lycéen (prépa Bac)	15-16 ans	Mercredi	19h30-21h
	16-18 ans	Jeudi	20h-21h30



PRÉSENTATION

Initiation aux différentes techniques du dessin : fusain, aquarelle, pastel sec et gras et sanguine. Ces différentes techniques seront enseignées au travers de sujets d'arts plastiques classiques tels que calligramme, symétrie, BD, pictogramme, nature morte, collage. Initiation aux arts appliqués, découverte d'une matière : mosaïque, peinture sur tissu, calligraphie, plâtre. Le matériel nécessaire à l'activité sera fourni. En cas d'absence, pas de rattrapage.

Découvrez aussi :

Histoire de l'art Enfants et Ados p. 45

Arts Créatifs (pour les ados) p. 42

HISTOIRE DE L'ART ENFANTS & ADOS

ENFANTS
ADOS

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Muriel Gille

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019.

7 septembre : enseignement et inscription
à l'Espace Sorano de 9h30 à 20h.

Téléphone : 01 43 74 73 74

Mail : inscription@espacesorano.com

Fiche d'inscription téléchargeable sur le site
www.espacesorano.com

TARIFS

	- et +16 ans
Vincennois	190€
Non vincennois	223€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire



PEINDRE
ET DESSINER

PRÉSENTATION

Une petite dizaine d'ateliers pour rencontrer des œuvres, des artistes, des mouvements de peinture, d'architecture, de sculpture. Venez écouter de vraies histoires. Traitons-les de manière ludique afin de réaliser pas à pas un book, véritable trésor d'activités culturelles.

CALENDRIER

Samedi	13h30-16h30 ou 16h45-19h45		
14 sept.	Sophie Taeuber-Arp	Data Textile	Peinture sur soie d'un coussin
12 oct.	« Le Talisman » Paul Sérusier	Nabis	Peinture à l'œuf sur carton-toile
16 nov.	« Le Kiosque des noctambules » Jean-Michel Othoniel	Art contemporain	Peinture sur verre
14 déc.	« Calligrammes » Guillaume Apollinaire	Surréalisme	Entre écriture et dessin
11 jan.	« Tête de caractère » Franz Xaver Messerschmidt	Ecole allemande	Dessin de caricature
1er fév.	« Couronne votive » orfèvres Wisigoths	Art du bijou	Un bijou éphémère sur pâte fimo
7 mars	« Unité d'habitation » Le Corbusier	Architecture	Mosaïque sur medium
25 avril	« Nantes, projet d'artistes » Pierrick Sorin	Art Vidéo	Calligraphie ubuesque sur Lokta
16 mai	« Les Transparents » Carmontelle	Installation du XVIII ^e siècle	Bac 2020

ATELIER LIBRE DE DESSINS D'APRÈS MODÈLE VIVANT



Association
Atelier libre
de dessins

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Aucun enseignement dispensé

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements
et inscription : Françoise Guillot

Téléphone : 01 43 65 78 03

Reprise de l'activité le 14 septembre

TARIF

10€/séance + cotisation à l'association
Atelier libre de dessins (15€)

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Samedi	14h30-17h30
--------	-------------

Hors vacances scolaires

PRÉSENTATION

Le travail de dessin est libre, d'après modèles vivants. Les débutants sont bienvenus. Cependant, il n'y a pas de professeur, et pas d'enseignement. Chaque participant utilise les techniques de son choix. Le matériel n'est pas fourni.

Une séance d'essai est possible à tout moment de l'année (10€). L'atelier n'est pas ouvert aux enfants et aux adolescents.

BANDE DESSINÉE

ADOS
À PARTIR
DE 11 ANS

ADULTES



PEINDRE
ET DESSINER

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Pierre-Laurent Daures et Teddy Bellino

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements et inscription : Pierre-Laurent Daures

Portable : 06 72 78 78 43

Mail : pilau@pilau.fr

<https://atelierbdavincennes.wordpress.com>

Reprise de l'activité le 25 septembre

TARIF

330€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

À partir de 11 ans	Mercredi	17h30-19h
	Jedi	18h-19h30
	Vendredi	17h30 à 19h
Adultes	Mercredi	19h-20h30

PRÉSENTATION

L'atelier se propose de faire découvrir la diversité narrative et graphique de la bande dessinée, de vous donner les clés pour comprendre et s'approprier son langage spécifique et de vous accompagner dans la création d'une bande dessinée.

Ensemble, nous découvrirons le storyboard et le scénario détaillé (construire un scénario, découper une séquence en cases, composer l'espace de la planche...), les techniques de création d'une bande dessinée (du scénario à l'encrage et à l'édition, en passant par le crayonné, le lettrage...), l'équilibre entre texte et image, les signes de la bande dessinée (onomatopées, pictogrammes, etc.).

Au cours des séances, nous découvrirons ensemble de nouvelles bandes dessinées, nous étudierons les différentes techniques et vous réaliserez votre projet personnel de bande dessinée.

Durant l'année, nous pourrons aussi organiser des visites d'exposition. Il n'est pas nécessaire d'être un bon dessinateur pour participer à cet atelier : il suffit d'aimer dessiner (un peu) et d'aimer lire des bandes dessinées (beaucoup).

TOUT PUBLIC

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Muriel Gille
Véronique Solivellas

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements et inscription à l'accueil de l'Espace Sorano.

Téléphone : 01 43 74 73 74

Mail : inscription@espacesorano.com

Fiche d'inscription téléchargeable sur le site www.espacesorano.com

TARIFS

	+16 ans
Vincennois	541€
Non vincennois	648€

(comprenant le matériel de base nécessaire)
+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Jeudi		14h-17h	
Sam. 7 sept	Renseignement et inscription de 9h30 à 20h		MG
12 sept	Accueil des élèves et découverte de l'atelier		MG
19 sept	Acquérir les mélanges de couleurs au travers de la reproduction d'une peinture acrylique		VS
26 sept			
3 oct			
10 oct	Batik	Le tjanting à la cire chaude	MG
17 oct		Fonds et craquelure	
7 nov		Dégraissage et fixage	
14 nov	Portraits maillés de visages papous. Techniques mixtes		VS
21 nov			
28 nov			
5 déc			
12 déc	Origami	Marbrure à la cuve - pliage de base	MG
19 déc		Rose de Noël	
9 jan		Graphisme travail à la plume	
16 jan		Shibori sur soie	

CRÉATIONS PLASTIQUES

PRÉSENTATION

Calligraphie, dessin, modèles vivants, mosaïque, pastel, peinture à l'huile, acrylique, sorties patrimoine. Cet atelier, animé par deux plasticiennes intervenant alternativement, propose une approche des arts plastiques à travers différents projets se déroulant sur une ou plusieurs séances. Les différents exercices proposés abordent à la fois le travail des matières, des couleurs et de la composition, au travers de techniques traditionnelles ou plus originales, sous une forme que nous avons souhaitée ludique et accessible au plus grand nombre.

23 jan	Plantes et jardins médiévaux Gouache et aquarelle	VS	
30 jan			
6 fév			
27 fév	Mosaïque	MG	
5 mars			Projet sur médium
12 mars			Les 1 ^{es} coupes
19 mars			Assemblage
26 mars			Les joints colorés
2 avril	Les toits de Paris Glacis à l'acrylique	VS	
23 avril			
30 avril			
7 mai	Pochoirs sur soie	MG	
14 mai			
28 mai	Bruine	Pulvérisation sur soie	MG
4 juin	Créer un visage à partir d'éléments de plusieurs visages	VS	
11 juin			
18 juin			
25 juin	Ikebana	Jungle Paradise	MG
2 juillet	Repas de fin d'année + création plastique		VS

DESSIN PUR

TOUT
PUBLIC

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Véronique Solivellas. Formée à l'École Supérieure des Beaux-Arts de Reims, Véronique Solivellas a pratiqué le design textile pendant près de 10 ans. Actuellement revenue à la peinture, elle enseigne les arts plastiques depuis l'an 2000 à l'Espace Sorano et présente régulièrement son travail d'artiste dans des expositions personnelles ou collectives.

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements et inscription à l'accueil de l'Espace Sorano.

Téléphone : 01 43 74 73 74

Mail : inscription@espacesorano.com

Fiche d'inscription téléchargeable sur le site www.espacesorano.com

Portes ouvertes la semaine du 09 septembre.

Reprise des ateliers la semaine du 16 septembre

TARIFS

	Vincennois +16 ans	Non vincennois +16 ans
Cours de 2h	372€	447€
Cours de 3h	541€	648€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Mardi	19h-21h
Mercredi	
Lundi	14h30-17h30

PRÉSENTATION

Cet atelier propose aux amoureux du « dessin pur », ou aux personnes désirant en acquérir les bases, des cours essentiellement tournés vers le dessin et ses techniques diverses telles que plume, crayon, lavis, mine de plomb, etc. Les thèmes classiques : nature morte, modèle vivant, portrait, ainsi que d'autres approches seront abordés.



DESSIN/PEINTURE PAR ATECREA ET ATELIER CRÉATION

NOUVEAU

ENFANTS
ADOS
ADULTES

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Flora : Dessin/Peinture
Romain : Atelier création



PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Les inscriptions ouvertes toute l'année en fonction des places disponibles.

Contact : Flora Viguier

Téléphone : 07 68 75 55 30

Mail : contact@atecrea.fr

www.atecrea.fr

Instagram : @atecrea.vincennes

Facebook : Les Ateliers Créatifs

TARIFS

	Trimestre	Année
Enfants 1h	185€	370€
Ados 1h30	255€	540€
Adultes 2h	340€	690€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

ENFANTS (primaire)	Dessin/peinture	Lundi	17h-18h
		Mardi	16h45-17h45
ADOS (collège-lycée)	Atelier création	Mercredi	13h30-14h30 14h30-15h30
		Dessin/peinture	Mardi
ADULTES	Atelier création	Mercredi	15h30-17h
		Dessin/peinture	Lundi

PRÉSENTATION

Dessin peinture

En dessin/peinture on utilise les crayons, les fusains, les mines de plombs, l'encre, la peinture acrylique, les feutres marqueurs... les pastels, l'aquarelle. Le matériel est fourni, les débutants sont bienvenus et sont épaulés pour réussir et se faire plaisir, dans une ambiance conviviale et chaleureuse. Dans cet atelier on apprend à dessiner, à composer et à peindre grâce à des sujets et des techniques adaptés.

Atelier création

Cet atelier propose de travailler le dessin/peinture en alternance avec le modelage. En s'inspirant d'artistes, de thèmes ou en s'appuyant sur une technique, cet atelier propose d'approfondir son approche artistique avec les projets sur papier et des projets en modelage.

Nos tarifs incluent les matériaux de base, les cuisson et l'adhésion à notre association.

Stages enfants et ados pendant les vacances scolaires, dates et inscriptions : www.atecrea.fr

LAQUE CONTEMPORAINE

TOUS
NIVEAUX

ADULTES

Association
L'instinct créatif

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Dominique Mairand

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements
et inscription : Dominique Mairand

Portable : 06 10 47 41 19

Mail : artsdom1@yahoo.fr

Reprise de l'activité le 30 septembre

TARIF

610€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Lundi

14h-16h30



PEINDRE
ET DESSINER

PRÉSENTATION

Dès les premiers mois et quelle que soit votre connaissance du dessin, la laque vous permettra de réaliser des créations originales aux finitions précieuses allant du figuratif à l'abstrait. La richesse de ses techniques permet de découvrir : dorure, incrustations de matières, vernis noir Japon, glacis, reliefs, coquille d'œuf, saupoudrage d'or...

Chacun trouvera dans cet atelier aux échanges conviviaux une forme d'expression liée à son caractère. L'évolution des connaissances techniques permettra à certains de réaliser de petits objets décoratifs : cadres, bijoux, coffrets...

PEINTURE À L'HUILE

TOUT
PUBLIC

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Véronique Solivellas. Formée à l'École Supérieure des Beaux-Arts de Reims, Véronique Solivellas a pratiqué le design textile pendant près de 10 ans. Actuellement revenue à la peinture, elle enseigne les arts plastiques depuis l'an 2000 à l'Espace Sorano et présente régulièrement son travail d'artiste dans des expositions personnelles ou collectives.

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements et inscription à l'accueil de l'Espace Sorano.

Téléphone : 01 43 74 73 74

Mail : inscription@espacesorano.com

Fiche d'inscription téléchargeable sur le site www.espacesorano.com

Portes ouvertes la semaine du 09 septembre.

Reprise des ateliers la semaine du 16 septembre

TARIFS

	Vincennois +16 ans	Non vincennois +16 ans
Cours de 3h	541€	648€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

PRÉSENTATION

Cet atelier s'adresse à des débutants ainsi qu'à des personnes ayant acquis une expérience dans le domaine de la peinture. Il propose une approche des techniques de l'huile et de l'acrylique, ainsi qu'un soutien pour la réalisation de vos projets personnels.

CALENDRIER

Mardi	14h30-17h30
Mercredi	



PEINTURE D'ICÔNES



ADULTES

Amicale des peintres
en icônes de Vincennes

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Josiane Tcheurekdjean, professeur

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements
et inscription : Mireille Marson

Téléphone : 01 43 65 97 57

Mail : ateliericonesvincennes@gmail.com

Reprise de l'activité le 25 septembre

TARIF

125€ / trimestre

+ la participation à la location de la salle
(environ 50€)

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Mercredi

18h-21h

Hors vacances scolaires.

PRÉSENTATION

L'association propose la réalisation d'icônes en suivant scrupuleusement les méthodes anciennes. Il n'est pas nécessaire de posséder des aptitudes particulières pour le dessin ou la peinture.

SORTIES DESSIN AU MUSÉE

ADULTES

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Véronique Solivellas. Formée à l'École Supérieure des Beaux-Arts de Reims, Véronique Solivellas a pratiqué le design textile pendant près de 10 ans. Actuellement revenue à la peinture, elle enseigne les arts plastiques depuis l'an 2000 à l'Espace Sorano et présente régulièrement son travail d'artiste dans des expositions personnelles ou collectives.

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements et inscription à l'accueil de l'Espace Sorano.

Téléphone : 01 43 74 73 74

Mail : inscription@espacesorano.com

Fiche d'inscription téléchargeable sur le site www.espacesorano.com

Portes ouvertes le 12 septembre

TARIFS

	+16 ans
Vincennois	323€
Non vincennois	388€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER (programme indicatif)

Jeudi	10h à 13h
3 octobre	Petit Palais
10 octobre	Musée Zadkine
17 octobre	Musée de Paléontologie (Jardin des Plantes) - 7€
8 novembre	Musée Bourdelle
12 décembre	Musée d'Orsay - 14€
19 décembre	Musée Carnavalet
9 janvier	Serres d'Auteuil

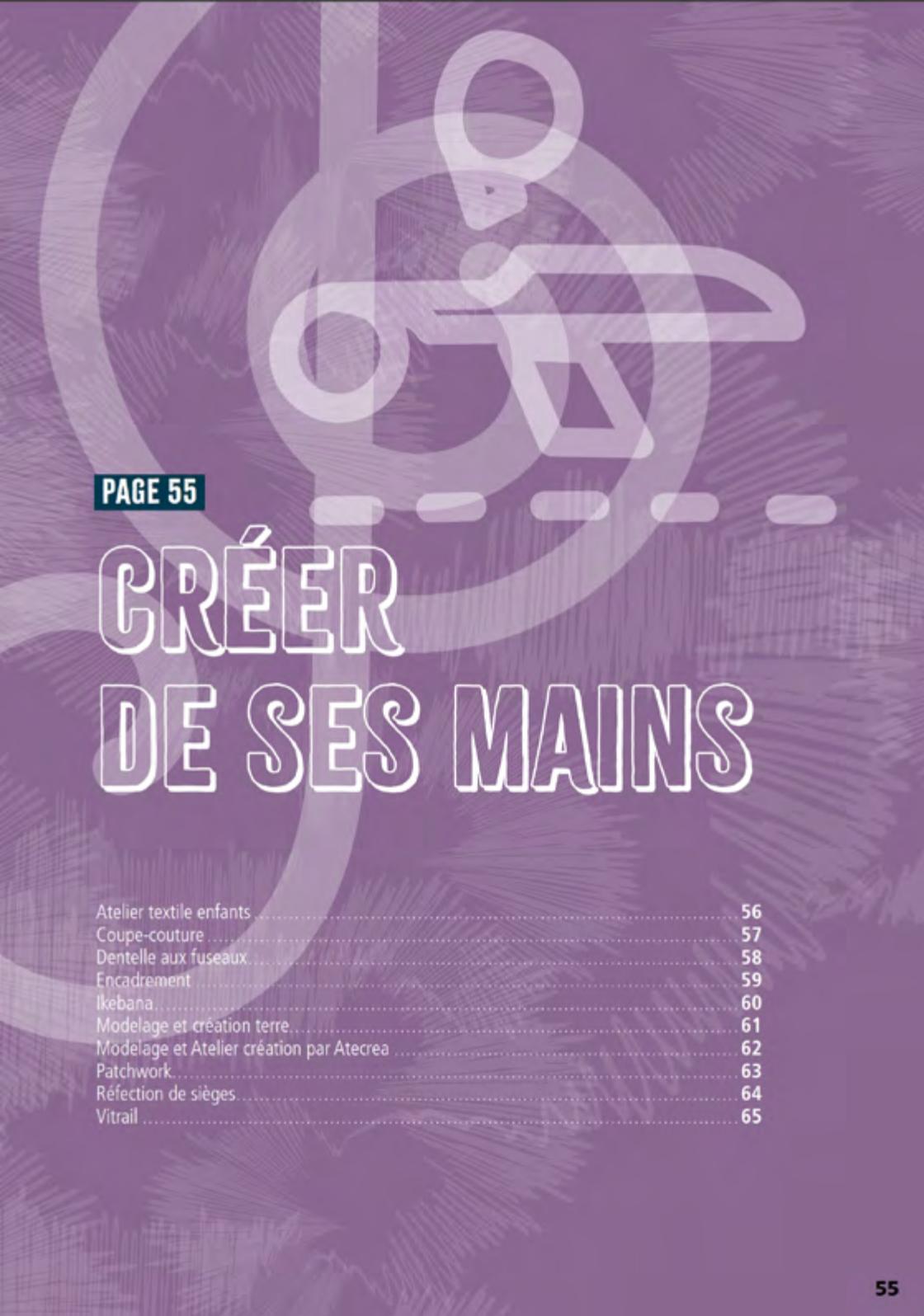


PRÉSENTATION

Apprenez le dessin au travers des œuvres de grands maîtres !

Cet atelier propose 17 sorties dessin dans les musées de Paris ainsi que des sorties nature pour des séances de dessin « sur le motif ». Ces sorties auront lieu à Paris ou à proximité de Vincennes. Encadré par Véronique Solivellas, il s'adresse à des débutants ou à des personnes plus confirmées souhaitant profiter de l'émulation du travail en groupe. Les entrées de ces musées sont gratuites sauf exceptions (dans ce cas, l'entrée est à la charge de l'adhérent).

16 janvier	Musée de Paléontologie (Jardin des Plantes) - 7€
5 mars	Petit Palais
12 mars	Musée Cognacq-Jay
19 mars	Musée Rodin - 12€
26 mars	Musée Curie
14 mai	Musée Cernucci
21 mai	Musée Bourdelle
28 mai	Serres du Parc Floral
25 juin	Les Passages de Paris
2 juillet	Dessin au Jardin des Plantes



PAGE 55

CRÉER DE SES MAINS

Atelier textile enfants	56
Coupe-couture	57
Dentelle aux fuseaux	58
Encadrement	59
Ikebana	60
Modelage et création terre	61
Modelage et Atelier création par Atecrea	62
Patchwork	63
Réfection de sièges	64
Vitrail	65

ATELIER TEXTILE

CRÉER DE
SES MAINS

ENFANTS
ADOS

8-13 ANS



PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Estelle Delphin-Lobel
Intervenante indépendante

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements
et inscription : Estelle Delphin Lobel / Nod's

Téléphone : 06 47 52 37 11

Mail : nods.creation@gmail.com
www.nodsinfrence.com

Reprise de l'activité le 10 septembre

TARIFS

Enfants	Vincennois	Non vincennois
Annuels	310€	350€
Trimestriels	125€	140€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire
Les tarifs incluent le matériel de base
Une participation pour l'achat de fournitures
particulières pourra éventuellement être
demandée, mais ne dépassera pas 10€ pour
l'année.

CALENDRIER

Mercredi

14h-15h30

Pendant certaines vacances scolaires, stages
d'art textile et broderie

PRÉSENTATION ENFANTS ET ADOS

Découverte et apprentissage de savoirs textiles (tissage, appliqué, broderie, crochet...) grâce à la réalisation de créations simples mais toujours belles et amusantes ou utiles, dans un univers texturé et coloré. Ces techniques permettront d'imaginer et créer des accessoires (broche ou pochette par exemple), des objets décoratifs (panneau mural tissé, petits tableaux, etc.). Les enfants ne feront pas à proprement parler de la couture, mais ils seront parfois amenés à manier l'aiguille dans l'exercice ou la finition du projet. L'objectif de cet atelier est multiple : acquérir quelques techniques et pouvoir ensuite les utiliser seul pour imaginer ses propres créations, éveiller la curiosité à l'égard des différentes matières textiles, fils et fibres, développer la créativité et réaliser de belles choses pour soi ou les autres.

COUPE COUTURE



TOUT
PUBLIC

TOUS
NIVEAUX

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Annick Favron ou Andrée Brichet

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements et inscription à l'accueil de l'Espace Sorano.

Téléphone: 01 43 74 73 74

Mail: inscription@espacesorano.com

Fiche d'inscription téléchargeable sur le site www.espacesorano.com

CALENDRIER

Lundi	14h-16h30
	18h45-21h15
Mardi	18h30-20h30
Mercredi	18h45-21h15
Jeudi	9h15-11h45
	13h45-16h15
	18h45-21h15
Vendredi	18h45-21h15
Samedi	10h-12h30
1 samedi sur 2	14h-18h

PRÉSENTATION

Laissez-vous guider et découvrez le plaisir de porter et de montrer le vêtement que vous aurez réalisé. Vous ferez ainsi de substantielles économies en garnissant votre garde-robe ou celle de vos enfants. Vous apprendrez aussi à retoucher vos vêtements.

CRÉER DE
SES MAINS

TARIFS

Cours de 2h30	-16 ans	+16 ans
Vincennois	369€	446€
Non vincennois	443€	536€

Cours de 2h ou cours 1 samedi sur 2 (4h)	-16 ans	+16 ans
Vincennois	296€	358€
Non vincennois	355€	428€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

DENTELLE AUX FUSEAUX

À PARTIR
DE 16 ANS

Association
Croise, tourne

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Pas de professeur

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements
et inscription : croisetourne@gmail.com

TARIF

22€ de cotisation à l'association
« Croise, tourne »

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Samedi

14h-17h



PRÉSENTATION

La dentelle aux fuseaux n'est pas compliquée, il n'y a que deux gestes à acquérir : croiser et tourner. Si vous voulez découvrir, essayer et apprendre pour pratiquer cet art riche et ancien, qui fait partie de notre patrimoine, cet atelier est pour vous. Du matériel est prêté sur place aux débutant(e)s.



ENCADREMENT



À PARTIR
DE 16 ANS

TOUS
NIVEAUX

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Marie-Françoise Sagols

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements et inscription à l'accueil de l'Espace Sorano.

Téléphone: 01 43 74 73 74

Mail: inscription@espacesorano.com

Fiche d'inscription téléchargeable sur le site www.espacesorano.com

TARIFS

	Vincennois	Non vincennois
Cours de 3h	520€	624€
Ateliers (1 semaine sur 2)	323€	388€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Mardi	hebdomadaire	9h30-12h30
Vendredi	1 semaine sur 2	9h30-12h30

PRÉSENTATION

La technicité de ces cours vous permettra d'acquies une solide formation, grâce à l'enseignement rigoureux d'un encadreur diplômé, disposant d'une longue expérience largement reconnue et appréciée.

De multiples techniques vous seront enseignées, qui vous permettront d'habiller vos murs de vos réalisations, mais aussi de faire de sympathiques cadeaux à vos proches.

Cet enseignement se déroule par ailleurs dans une atmosphère où se mêlent bonne humeur et professionnalisme.

Chaque adhérent réalise entre 15 et 20 encadrements au cours de l'année.

IKEBANA ART FLORAL JAPONAIS

TOUS
NIVEAUX

ADULTES

Association
La Voix Des Fleurs

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Nicole Dineur, grand maître diplômé de l'école Sogetsu de Tokyo. Do Quyen Phan, maître diplômé de l'école Sogetsu de Tokyo

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Renseignements et inscription dès juin 2019

Portable : 06 85 76 27 98

Mail : association.la.voix.des.fleurs@gmail.com

www.lavoixdesfleurs.fr



TARIFS

	10 cours	15 cours
Initiation	275€	375€
Perfectionnement	310€	427,50€

*Stages : se renseigner auprès de la Voix des fleurs
L'adhésion à l'association La voix des fleurs, de 20€, permet de bénéficier de tarifs préférentiels pour les événements organisés par la Société Nationale d'Horticulture de France.
+ Adhésion Espace Sorano obligatoire*

CALENDRIER

3 formules		
15 cours /an 1 sem.sur 2 hors vac. scol.	Mercredi	10h-12h
		13h45-15h45
5 stages	Mercredi	10h-18h30
10 cours	Samedi	9h30-12h30

PRÉSENTATION

L'Ikebana, ou art floral japonais, est né d'une offrande de fleurs à Bouddha. C'est un art de plus de 1000 ans d'histoire.

Il désigne une composition faite de branches et de fleurs, le tout se disposant naturellement avec harmonie. En Orient, l'homme et la nature forment un tout indissociable.

Les ateliers d'Ikebana vous permettent, outre de découvrir la nature autour de soi, de vivre un moment de partage et de sérénité. L'apprentissage de la technique permet, par la suite, de développer votre créativité. Les cours suivent le programme de l'école Sogetsu de Tokyo.

Lors des cours, un contenant vous est mis à disposition, que vous laissez ensuite sur place. Les fleurs vous sont fournies et vous les conservez pour refaire les compositions chez vous.

MODELAGE & CRÉATION TERRE

TOUS
NIVEAUX

ADULTES

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Anne-Marie Casenaz
Intervenante indépendante

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements
et inscription : Anne-Marie Casenaz

Portable : 06 68 09 97 88

Mail : anne-marie.casenaz@laposte.net

Fiche d'inscription téléchargeable sur le site
de l'Espace Sorano.

Reprise de l'activité le 23 septembre

TARIFS

Vincennois	3x 295€
Non vincennois	3x 335€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire
Le tarif comprend les matières premières,
le matériel et les cuissons

CALENDRIER

Lundi	19h-22h
Mardi	16h-19h
	19h-22h



PRÉSENTATION

L'atelier se propose de vous initier ou de vous perfectionner aux différentes techniques de modelage : pincé, colombin, plaque, construction en volume... Vous pourrez réaliser des créations aussi diverses et variées que des sculptures, des objets de l'art de la table, des pièces utilitaires ou décoratives.

Avant ou après cuisson, les créations pourront être décorées, engobées, émaillées ou patinées selon vos envies.

L'atelier est ouvert à tous, aux débutants comme aux chevronnés en toute convivialité.

MODELAGE ET ATELIER CRÉATION PAR ATECREA

NOUVEAU

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Romain : Atelier création

Julia : Modelage enfants

Flora : Modelage adultes

ENFANTS
ADOS
ADULTES



CRÉER DE
SES MAINS

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Les inscriptions ouvertes toute l'année en fonction des places disponibles.

Contact : Flora Viguier 07 68 75 55 30

contact@atecrea.fr

www.atecrea.fr

Instagram : @atecrea.vincennes

Facebook : Les Ateliers Créatifs

Début des cours : **23 septembre 2019**

Fin des cours 27 juin 2020

TARIFS

		Trimestre	Année
Enfants	1h	185€	370€
Ados	1h30	255€	540€
Adultes	2h	340€	690€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire
Nos tarifs incluent les matériaux de base, les cuissons et l'adhésion à notre association.
Pour le modelage adulte : tarif de 5 cours à utiliser sur un trimestre 190€.

Stages enfants et ados pendant les vacances scolaires, dates et inscriptions : www.atecrea.fr

CALENDRIER

Enfants et ados	Atelier création	Primaire	Mercredi	13h30-14h30
		10 ans et +		14h30-15h30
	Modelage	Maternelle	Samedi	10h-11h
Primaire		11h15-12h15		
Adultes	Modelage		Samedi	14h-16h
				16h-18h

PRÉSENTATION

Modelage

L'atelier vous accompagne dans la réalisation d'objets ou de sculptures en céramique.

Nous utilisons des terres variées de faïence, de grès, et les engobes ou émaux. L'atelier est pourvu de grands fours et d'un tour (pour les adultes), et nous accueillons les élèves débutants et avancés dans une ambiance conviviale et chaleureuse.

Atelier création

Cet atelier propose de travailler le dessin/peinture en alternance avec le modelage. En s'inspirant d'artistes, de thèmes ou en s'appuyant sur une technique, cet atelier propose d'approfondir son approche artistique avec les projets sur papier et des projets en modelage.

Voir les autres activités de l'association Atecrea page 50.

PATCHWORK



TOUT
PUBLIC

Association
Vincennes Patchwork

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Information non communiquée

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements
et inscription : Danièle Astruc

Adresse : 6 rue Lissy - 77150 Lesigny

Téléphone : 01 60 02 21 33

Mail : vincennespatchwork@gmail.com

TARIF

10€ / séance

+ 55€ cotisation à l'association

« Vincennes Patchwork »

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Jeudi

13h30-16h30



CRÉER DE
SES MAINS

PRÉSENTATION

Avez-vous déjà fait du patchwork ? Souhaitez-vous aborder cette technique ? Voulez-vous vous perfectionner dans une ambiance conviviale ?

Venez rejoindre le club Vincennes Patchwork. Vous découvrirez une fois par mois, dans des ateliers à plusieurs niveaux, toutes les facettes de la créativité de cet art textile.

RÉFECTION DE SIÈGES

TOUS
NIVEAUX

ADULTES

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Raphaël-Didier de l'Hommel, diplômé de l'École Boule, auteur de « Savoir refaire ses sièges soi-même » aux éditions Ouest France

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements et inscription à l'accueil de l'Espace Sorano.

Téléphone : 01 43 74 73 74

Mail : inscription@espacesorano.com

Fiche d'inscription téléchargeable sur le site www.espacesorano.com



CRÉER DE
SES MAINS

TARIFS

	Vincennois	Non vincennois
Hebdomadaire	854€	1026€
1 semaine sur 2	428€	513€
Stage week-end (9 week-ends)	659€	791€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

PRÉSENTATION

Ici, vous apprendrez à restaurer vous-mêmes vos sièges, selon la méthode traditionnelle : pose de sangles, fixation des ressorts, mise en place du crin, des toiles de soutien, et, pour finir, du tissu de votre choix agrémenté ou non de clous dorés, de galons... Chaque élève travaille avec ses propres outils, soit sur un siège ancien à restaurer (tabouret, chaise ou fauteuil de tous styles), soit sur une structure en bois brut. Il peut, s'il le souhaite, acheter sur place les matériaux de base.

CALENDRIER

	hebdomadaire	ateliers 1 semaine sur 2			
	Judi	Judi	Vendredi	Samedi	Samedi + dimanche
	9h30-12h30	13h30-16h30	19h-22h	9h-12h	13h30-18h
Septembre		12 - 26	13 - 27	14 - 28	
Octobre		10	11	12	5 et 6
Novembre		7 - 21	8 - 22	9 - 23	16 et 17
Décembre		5 - 19	6 - 20	7 - 21	14 et 15
Janvier	Toutes les semaines du 12 septembre au 2 juillet (hors vacances scolaires)	9 - 23 - 30	10 - 24 - 31	11 - 25	11 et 12
Février		27	28	1er - 29	29 février et 1er mars
Mars		12 - 26	13 - 27	14 - 28	14 et 15
Avril		23	24	25	25 et 26
Mai		14 - 28	15 - 29	16 - 30	16 et 17
Juin		11	12	13	20 et 21

VITRAIL



Association
Le Vitrail d'Argent

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Estelle Ildefonse

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements
et inscription : Estelle Ildefonse

Téléphone : 06 75 48 68 07

Mail : levitraildargent@gmail.com

www.levitraildargent.com

Reprise de l'activité le 25 septembre.

TARIF

Le trimestre
235€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Mercredi	18h-20h
Jeudi	19h-21h



CRÉER DE
SES MAINS

PRÉSENTATION

Créer des vitraux et miroirs en vous initiant aux techniques du vitrail au plomb et au cuivre (méthode Tiffany).

Vous dessinerez la maquette de votre vitrail, couperez le verre selon les calibres et monterez les pièces de verre dans du plomb ou du cuivre.

Afin d'acquérir les techniques progressivement, le programme s'articule autour d'un projet par trimestre, ce qui permet à chaque participant de repartir avec au moins 3 vitraux à la fin de l'année.

PAGE 66

VIVRE EN MUSIQUE

Atelier chant.....	67
Chœur chanter	68
Cours d'initiation et d'éducation musicale	69
Écoute musicale.....	70
Ensemble Choral de Vincennes.....	71
Éveil et initiation musicale sensorielle.....	72
Guitare d'accompagnement.....	73



Association
L'Être en chanteur

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Véronique Perrault : chanteuse et choriste, Véronique Perrault multiplie très tôt les expériences sur de nombreuses scènes au théâtre, dans l'évènementiel, les émissions de télé, pour les productions scéniques et enregistrements d'albums aux côtés de Louis Bertignac, Jean Leloup, Julien Clerc, Florent Pagny, Patricia Kaas, Richard Gohner, Céline Dion, Michel Fugain, Farid Chopel, Isaac Hayes, Blondin... Son adaptabilité musicale lui permet de prêter sa voix à de nombreux génériques TV et musiques de film, jingle radio, publicités... Artiste toujours en recherche, sensible à la voix comme outil privilégié de connaissance de soi, en plus d'un parcours classique plus traditionnel au Conservatoire elle s'initie à l'art thérapie et à l'improvisation vocale dans les « Circle songs » avec Bobby Mc Ferrin à New York. Elle intervient comme professeur de chant et coach vocal pour le Cours Florent Musique et Théâtre, pour le Grand Zebrock et son dispositif de formation pour les artistes émergents. Ainsi que des masterclass pour la Manufacture Chanson. Auteur compositeur actuellement Album et spectacle « Miss Parrot ».

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements et inscription : Véronique Perrault

Portable : 06 08 99 04 22

Mail : letrenchanteur@laposte.net

www.letrenchanteur.com

CALENDRIER

Le labo - Vendredi 19h30-22h30 1 ^{er} trimestre		
	Groupe 1	Groupe 2
Chant Interprétation	13 sept.	20 sept.
Chant Interprétation	27 sept.	04 oct.
Technique vocale / Impro / Cercle chant	11 octobre	
Chants Collectifs polyphoniques	18 octobre	
Chant Interprétation	8 nov.	15 nov.
Chant Interprétation	22 nov.	29 nov.
Technique vocale / Impro / Cercle chant	6 décembre	
Chant collectifs polyphoniques	13 décembre	

ATELIER CHANT

PRÉSENTATION

Le labo : atelier sur l'année d'exploration et de travail vocal. Corps et souffle. Posture et corporalité du chanteur. Technique vocale, Improvisation, cercles de chant et chants spontanés. Interprétation, présence, élaboration d'un répertoire. Accompagnement coaching vocal et pianiste professionnel. Pour les chanteurs les plus avancés le répertoire travaillé sera produit 2 ou 3 fois sur scène au cours de l'année dont une restitution scénique théâtralisée. 2 groupes de 8 personnes en alternance tous les 15 jours. Travail du Chant et Interprétation + ateliers d'approfondissement en commun en technique vocale Improvisation et cercles de chant – Rythme – Chants collectifs polyphoniques.

Les stages : travail vocal de 4h Chant Interprétation accompagnement pianiste et Cercle de Chant Improvisation, technique vocale 1 samedi par mois.

TARIFS

Le labo	492€ / an
Stages	60€ l'après-midi ou 498€/an (10 stages)

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

Stages - 14h30-18h30 (1 samedi par mois) 1 ^{er} trimestre	
Chant Interprétation	21 septembre
Chant interprétation	19 octobre
Technique vocale Cercle chant et Impro	23 novembre
Chant Interprétation	14 décembre

CHŒUR CHANTER



© Eric Gilbert



© Valérie Thénard Béal



ENFANTS
6-12 ANS

ADOS
12-18 ANS

ADULTES

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Isabelle Boulais (chef de chœur)
Bohumir Vachal (pianiste)

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscriptions dès Juin 2019 et durant la
Journée des Associations de Vincennes.
Première répétition gratuite. Évaluation
sur audition individuelle.
Isabelle Boulais : 06 10 01 67 66
choeurchanter@gmail.com
www.choeurchanter.fr

TARIFS

120€ pour tous

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

6 à 12 ans	Mercredi	18h30-19h15
12 à 17 ans		19h15-20h15
Adultes		20h30-22h30

PRÉSENTATION

Chorale fondée en 1991, qui a pour but d'ame-
ner un ensemble d'amateurs, lecteurs ou non de
musique, à donner le meilleur de lui-même.

Chœur Chanter est composé de 5 chœurs :

- Chœur d'enfants (6-12 ans)
- Chœur d'adolescents (12- 18 ans)
- Grand Chœur (70 personnes)
- Chœur de femmes (une quinzaine de femmes
du Grand Chœur)
- Chœur d'hommes (une dizaine d'hommes du
Grand Chœur)

Répertoire classique profane et religieux pour les
adultes, et varié (variété, pop, classique, rap...) pour les enfants et ados.

Un projet d'échange avec une chorale espagnole
est en projet pour 2019-2020.

COURS D'INITIATION ET D'ÉDUCATION MUSICALE



Association
Musiké

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Jacques Fatus et intervenants extérieurs

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès avril 2019.

Renseignements pédagogique : Jacques Fatus

Portable : 06 84 78 37 63

Inscriptions, administration : Pascale Allias

Portable : 06 42 19 21 10

Mail : asso.musike@gmail.com

www.assomusike.wordpress.com

Reprise de l'activité fin septembre

TARIF

420€ + cotisation 32€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

Début des cours : fin septembre

CALENDRIER

Mercredi	
3 ans - 1 ^{er} degré	17h-17h45
4 ans - 2 ^e degré	16h-17h
5 ans - 3 ^e degré A	14h45-15h45
6 ans - 3 ^e degré B	13h45-14h45

PRÉSENTATION

En se basant sur la pédagogie Willems, l'association Musiké dispense des cours d'éducation musicale.

Au programme

Audition, rythme, chant et mouvement puis pratique vocale et instrumentale.

Chaque année, l'association organise un bal costumé pour les enfants. L'occasion d'explorer un répertoire de chants et de musiques traditionnels. Pour l'actualisation des horaires de cours et les événements annuels, merci de bien vouloir vous reporter au site de l'association.

Samedi matin
3 ans - 1 ^e degré : 11h30-12h15
4 ans - 2 ^e degré : 10h30-11h30
5 ans - 3 ^e degré A : 12h15-13h10
6 ans - 3 ^e degré B : 9h30-10h30

ÉCOUTE MUSICALE



Association
Akroates Musik

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Emmanuel Calef

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements
et inscription : Emmanuel Calef

Portable : 06 81 89 37 80

Mail : akroatesmusik@gmail.com

TARIF

295€/année (payable en une ou plusieurs
fois à la convenance de l'auditeur).
Tarifs actualisés à la rentrée 2019.
1^{er} cours d'essai gratuit.

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

De septembre 2019 à juin 2020,
tous les 15 jours

Mardi

14h-16h

20h-22h

PRÉSENTATION

Vous appréciez la musique classique... Vous aimeriez reconnaître à l'audition un style, un genre, une forme, une époque musicale ? Vous aimeriez mieux connaître les œuvres et les compositeurs les plus représentatifs de chaque période musicale ? Alors ces séances sont pour vous !

Que ce soit se mettre d'accord sur le vocabulaire de base de la musique, reconnaître les instruments de l'orchestre, les formes musicales... ou s'intéresser à l'histoire de la musique sous toutes ses formes pour mieux comprendre pourquoi et comment les compositeurs parviennent à nous émouvoir autant. Nous abordons la musique classique sous tous les angles pour nous permettre de dire plus que « j'aime » ou « je n'aime pas ».

Ces cours sont destinés à tous, sans aucune pratique ou connaissance musicale préalable.

ENSEMBLE CHORAL DE VINCENNES



PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Nicole Ganne et Fabrice Ruhlmann

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements et inscription : Nicole Ganne

Téléphone: 01 49 30 88 34

Portable: 06 86 53 17 82

Mail: courrier@ecv94.org

www.ecv94.org

Reprise de l'activité le 19 septembre

TARIF

Cotisation à l'association 150€
et frais de location de salles.

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Judi	20h30-22h30
Un lundi par mois en pupitre	20h30-22h30
Un dimanche par mois à Paris	



VIVRE EN
MUSIQUE

PRÉSENTATION

L'ensemble Choral de Vincennes regroupe 35 à 40 chanteurs amateurs travaillant un répertoire de musique classique du XV^e au XX^e siècle, a cappella ou avec instruments. Le chœur donne plusieurs concerts par an à Vincennes, à Paris et en province. L'Ensemble recrute tous pupitres.

PARENT
BÉBÉ
0-3 ANS

ENFANTS
3-7 ANS

ÉVEIL ET INITIATION MUSICALE SENSORIELLE



PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Élisabeth Esclattier, formée aux pédagogies actives de l'Enseignement de l'Initiation Musicale : pédagogie Kodály (en France, en Angleterre et en Hongrie) et pédagogie Jaëll-Montessori.

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscriptions en ligne dès avril 2019. Essai possible toute l'année. Ateliers « découverte » en mai, juin, juillet et septembre 2019.

Toutes les dates sur www.123framboises.fr

Élisabeth Esclattier

Portable : 06 67 96 36 35

Mail : elisabeth@123framboises.fr

www.123framboises.fr



PRÉSENTATION

Envie d'une approche musicale « différente » pour votre enfant ? Basée sur le chant et le mouvement, notre pédagogie aide votre enfant à développer des compétences de musicien dans un environnement bienveillant, ludique et joyeux !

Atelier des enfants de 0 à 3 ans accompagnés par un adulte.

Dans les bras de son parent, l'enfant découvre les berceuses et chansons à se balancer, puis vient le moment où, les connaissant par cœur, il se met à les chanter pour son plus grand plaisir. En explorant des instruments de musique adaptés, l'enfant développe son sens du rythme et son oreille musicale.

Atelier des enfants de 3 à 7 ans (par classe d'âge).

Notre objectif est de développer des compétences de musicien par la pratique active des enfants :

- S'initier à la musique par le chant et le mouvement
- Développer l'oreille et la mémoire musicale
- Utiliser le jeu et l'imagination naturelle des enfants
- Aborder les chansons du répertoire traditionnel
- Apprendre progressivement les symboles musicaux
- Initier les enfants à l'utilisation d'instruments de musique
- Découvrir le lien entre le geste et la musique pour favoriser le passage naturel à la pratique d'un instrument.

Les découvertes des neurosciences ont démontré les innombrables bienfaits de l'apprentissage de la musique sur le développement global des enfants dès le plus jeune âge. N'attendez pas pour commencer !

Les ateliers hebdomadaires démarreront à compter du **16 septembre 2019** (des ateliers découvertes sont proposés à compter du 9 sept.)

TARIF

Forfaits trimestriels à partir de 150€
Détails des tarifs sur www.123framboises.fr

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Adultes-bébés	Mercredi	9h30-10h15 10h30-11h15
	Vendredi	9h30-10h15 10h30-11h15
	Samedi	9h05-9h50 11h30-12h15
3 ans > Petite Section	Mardi	16h35-17h20 17h25-18h10
	Jedi	16h30-17h15
4 ans > Moy- enne Section	Jedi	17h20-18h05
	Vendredi	16h30-17h15 17h20-18h05
5 ans > Gr. Sec.	Lundi	16h25-17h15
6 ans > CP	Lundi	17h20-18h15

GUITARE D'ACCOMPAGNEMENT



Association
Peak

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Quentin Gouraud et Arthur Links

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Rencontres, répartitions des cours et inscriptions définitives du 09 au 13 septembre 2019.

Renseignements et inscription :

Quentin Gouraud : 06 73 97 15 60

Arthur Links : 07 50 49 81 06

Mail : peakassocontact@gmail.com

Reprise de l'activité le 16 septembre

TARIFS

1h	680€/an
1/2 h	495€/an

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire
Paiement possible en 3 fois

CALENDRIER

Lundi	16h-21h
Mardi	
Mercredi	
Jeudi	

Cours de 1 heure ou une ½ heure en fonction
du niveau ou de l'âge

PRÉSENTATION

L'association Peak dispense des cours de guitare pour toutes celles et ceux qui souhaitent découvrir l'instrument, apprendre des chansons, se perfectionner, jouer en groupe ou tout seul, faire des concerts, etc... Tous les élèves sont les bienvenus quel que soit leur niveau (débutant à expérimenté), et leur âge, à partir de 6 ans.

Deux professeurs, également musiciens, dispensent les cours. L'enseignement est la transmission d'une expérience réelle et actuelle, avec ce qu'elle comporte de découvertes et d'évolution.

Les cours sont organisés par groupes de 3 personnes, où les élèves sont regroupés par niveau et par tranche d'âges au moment de la rentrée.

La pédagogie est basée sur une approche de la guitare par les accords et des « riffs » ou « note à note », afin de pouvoir jouer très vite un ensemble de chansons. En plus des propositions des professeurs, l'élève est mis à contribution dans le choix des morceaux qu'il souhaite aborder dans l'année. Il n'y a pas de solfège, les cours sont notés sur des fiches remises aux élèves avec le système de notation de la tablature. Des vidéos peuvent être utilisées comme support complémentaire. Il n'y a pas d'examen, l'idée est d'aborder la musique par le plaisir et de ne pas le gâcher par une mise en « compétition ». La présence de seulement 3 élèves par cours permet d'avoir un suivi personnalisé, de mettre en lumière les capacités de chacun et surmonter des difficultés différentes.

PAGE 74

ÉCRIRE OU SE METTRE EN SCÈNE

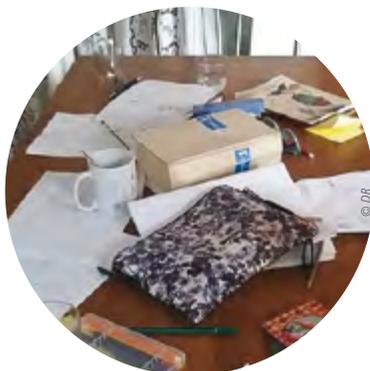
Écriture créative enfants et ados	75
Ateliers d'écriture	76
Atelier d'improvisation théâtrale	78
Ateliers théâtre - adultes	79
Ateliers théâtre - enfants adolescents	81

ÉCRITURE CRÉATIVE ENFANTS ET ADOS

À PARTIR
DE 8 ANS

ENFANTS
ADOS

Association
Nuage Citron



PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Frédérique Keddari-Devisme

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements
et inscription : Frédérique Keddari-Devisme

Portable : 06 73 18 35 07

Mail : nuage.citron@gmail.com

<http://nuagecitron.fr>

<https://www.facebook.com/nuage.citron>

Reprise de l'activité le mercredi 2 octobre

TARIFS

8-10 ans	330€
11-15 ans	380€

+ 15€ d'adhésion à Nuage Citron

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

8-10 ans	Mercredi	14h-15h
11-15 ans		15h-16h30

PRÉSENTATION

À vos plumes, prêt, partez !

À partir d'inducteurs riches et variés (image, poésies, théâtre, musique, littérature jeunesse, etc.) nous construisons des histoires et permettons le développement et la prise en compte de l'imaginaire de chacun. Pour tous les enfants et les ados qui aiment lire (ou non) jouer avec les mots et qui ont envie de plonger dans la création littéraire. L'écriture comme complice de jeu et d'épanouissement.

ATELIERS D'ÉCRITURE

ADULTES



PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Jean-Christophe Camus anime des ateliers d'écriture depuis 15 ans. Il écrit à tout vent : poésie, journalisme, fictions, récits de vie et essais.

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements et inscription : Jean-Christophe Camus.

Au Fil de la Plume, Maison des associations, 41-43 rue Raymond du Temple, 94300 Vincennes.

Téléphone : 06 78 65 66 43

Mail : contact@aufildelaplume.fr
www.aufildelaplume.fr

TARIF SÉANCES « DÉCOUVERTES »

10 €

(Déductible si inscription ultérieure)

CALENDRIER SÉANCES « DÉCOUVERTES »

Lundi	9, 16, 23 et 30 septembre	19h30 à 21h30
Mardi	3, 10, 17 et 24 septembre	
Vendredi	6, 13, 20 et 27 septembre	

TARIF ATELIERS RÉGULIERS

225€/trimestre - 20 séances / an
+ 40€ cotisation à l'association
Au Fil de la Plume

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire



PRÉSENTATION

Séances « découverte »

Se familiariser avec l'atelier, jouer avec les mots...

Si vous n'avez jamais participé à un atelier d'écriture ou si vous désirez mieux nous connaître, inscrivez-vous à une séance découverte : c'est l'étape indispensable pour expérimenter l'atelier de manière concrète et pour poser vos questions à l'animateur. Il s'agit d'une séance qui se présente comme un lieu de création et de récréation : jouer avec les mots, écrire à partir d'une contrainte, se laisser surprendre, lire ses textes à haute voix... bref, réveiller son désir d'écrire.

Ateliers réguliers de 1^{re} année

Sans pré-requis, sinon avoir participé préalablement à une séance « découverte » ou s'entretenir avec l'animateur.

Oser libérer et enrichir votre écriture

L'atelier est destiné à toute personne qui désire développer une écriture créative, vivre l'acte d'écrire avec toujours plus de plaisir et de confiance. À chaque séance, l'animateur formule une consigne d'écriture dans le champ de la mémoire, de la réalité ou de l'imaginaire, une consigne illustrée par la lecture d'un texte littéraire.

Apprendre à lâcher le geste d'écrire. S'affranchir de la peur de « mal faire ». Affûter son écoute des textes des autres. Au fil des consignes, l'écrivain(e) accumule des matériaux, apprend à (mieux) connaître ses pentes d'écriture naturelles, et se découvre de nouvelles veines d'écriture. Vous avez le choix entre un atelier le jeudi soir ou le samedi matin.

Deux ateliers réguliers de 2^e année

Explorer de nouvelles veines d'écriture

L'atelier de deuxième année approfondit le travail de la première année : on y confirme une pratique d'écriture régulière, on explore de nouvelles veines d'écriture et on se confronte à de nouvelles techniques littéraires. Vous avez le choix entre un atelier le jeudi soir ou le samedi matin.

Atelier régulier de 3^e année (et plus)

Affirmer sa voix, définir un chantier

Cet atelier s'adresse à tout(e) écrivain(e) qui a déjà participé à un atelier régulier durant au moins deux années.

Au menu : nouveaux défis d'écriture et nouvelles aventures, notamment, au contact d'auteurs contemporains. L'animateur encourage les participants à écrire entre les séances et à retravailler leur premier jet afin de définir progressivement un chantier d'écriture.

Écrire et transmettre son histoire de vie

Écrire son histoire de vie comporte bien des enjeux, tant sur le fond que sur la forme : quels fils tirer ? Jusqu'où ? Qui parle et sous quelle forme ? Pour dire quoi et pourquoi ? En s'adressant à qui ? À quelles fins, avouées ou non ? Faut-il tout dire, tout écrire ? Écrire son histoire de vie pour garder trace, pour transmettre, pour lutter contre l'oubli, pour témoigner. L'atelier d'écriture proposera une méthode et des outils, ainsi que des pistes d'écriture, notamment à partir de photographies.



CALENDRIER

NOUVEAU

	1 ^e année		2 ^e année	3 ^e année et plus			Écrire et transmettre son histoire de vie
	Jeu	Sam	Jeu	Ven	Sam		
	19h30-22h30	10h-13h	19h30-22h30	19h30-22h30	10h-13h	15h-18h	
Sept.	26	28	5, 12, 19	-	7, 14, 21	7, 14, 21	-
Oct.	3, 17	5, 19	10	4, 11, 18, 25	12	12	8, 15
Nov.	7, 21	16, 30	14, 28	8, 22	9, 23	9, 23	5, 12, 19, 26
Déc.	5, 19	14	12	6, 13	7, 21	7, 21	3, 10
Jan.	16, 30	11, 25	9, 23	10, 24	18	18	14, 28
Fév.	13	8	6, 27	7, 28	1, 29	1, 29	4, 25
Mars	5, 19	7, 21	12, 26	13, 27	14, 28	14, 28	3, 31
Avril	2, 23	4	9, 30	4, 24	25	25	21, 28
Mai	7, 28	2, 16	14	15, 29	9, 30	9, 30	5, 19
Juin	11, 25	6, 20	4, 28	5, 26	13, 27	13, 27	9, 23
+ Dim. 15h-18h	2 fév. et 29 mars	8 et 15 déc., 26 avril et 10 mai	3 et 17 mai	-	26 jan. et 5 avril	12 jan. et 7 juin	-

ATELIER D'IMPROVISATION THÉÂTRALE

ADULTES

Théâtre Instant présent

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Gérard Gallego, Chloé Vannet
et Nicolas Bonneau

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements
et inscription : Gérard Gallego

Téléphone : 06 62 73 29 23

Mail : theatre.instantpresent@gmail.com

www.theatreinstantpresent.org

www.gerardgallego.org



© DR

Reprise de l'activité le 17 septembre

TARIFS

	+16 ans
Vincennois	516€
Non vincennois	528€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Mardi	20h30-22h30
-------	-------------

→ Plus d'informations sur le site de
l'association et sur :
theatre.instantpresent@gmail.com

PRÉSENTATION

Vous désirez découvrir un lieu d'expérimentation et de liberté en toute bienveillance afin de prendre l'espace et la parole avec assurance. Chloé Vannet et Gérard Gallego (qui coordonne le cours), metteurs en scène et formateurs de théâtre, vous invitent à partager leur goût pour l'improvisation théâtrale. Le jeu y est abordé de manière ludique à travers des exercices rigoureux et ciblés. Ce travail technique amène les comédiens à explorer intuitivement l'état d'improvisation en prenant contact avec leur potentiel expressif et créatif. Pour expérimenter cette liberté de jeu, des représentations en public sont prévues à la fin de l'année dans une des salles de spectacle de l'Espace Sorano.

ATELIERS THÉÂTRE ADULTES



Théâtre de l'imprévu

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Atelier théâtre : Sébastien Frey et Noémie Bianco
Atelier d'écriture théâtrale : Isabelle Charaudeau

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019.

Renseignements et inscriptions :

06 99 63 97 06

Mail : theatredelimprevu@hotmail.fr

www.leteatredelimprevu.fr

Reprise de l'activité le 9 septembre

TARIFS

Adultes	Ancien	Nouveau
Atelier théâtre	570€	590€
Atelier écriture théâtrale	385€	405€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

THÉÂTRE

Dans un esprit d'écoute, de bienveillance et d'ouverture à l'autre, nous travaillerons le rapport au public, la présence, le relâchement corporel afin de trouver la liberté de jouer, d'oser prendre des risques pour mettre en valeur les dons naturels de chacun et jouer de ses défauts pour en faire des richesses. Une rencontre avec le public ponctuera l'année avant la présentation théâtrale de juin.

CALENDRIER

Tous niveaux	
Lundi	20h30-23h30
Vendredi	20h-23h



CALENDRIER

Samedi	10h à 13h
	28 septembre 2019
	12 octobre 2019
	09 novembre 2019
	14 décembre 2019
	11 janvier 2020
	29 février 2020
	14 mars 2020
	25 avril 2020

ATELIER D'ÉCRITURE THÉÂTRALE

Vous avez envie de découvrir l'écriture théâtrale ? Vous avez envie d'écrire pour le théâtre, mais vous n'osez pas ? Faites le pas et venez écrire dans une ambiance bienveillante. À chaque rencontre, une fois par mois :

- vous écrirez à partir de jeux d'écriture et de contraintes imposées (déclencheur d'écriture),
- vous lirez vos textes à voix haute (passage nécessaire du texte théâtral).

Atelier animé par Isabelle Charaudeau, metteuse en scène et auteur, a publié *Cette nuit j'ai rêvé que je creusais un tunnel*, *L'Évasion*, dans la Scène aux ados (éditions Lansman). Elle écrit depuis une dizaine d'année les textes des spectacles de fin d'année de ses ateliers : *Un jour il y eu 1789*, *Une histoire comme une autre*, *Embarquement immédiat*, *Les quatre orphelines et le secret de la salle magique*, *Le pensionnat*... Elle a aussi adapté pour la scène *Les 12 travaux d'Hercule*, *Jason et la toison d'Or*, *Le voyage d'Ulysse*.



ATELIERS THÉÂTRE ENFANTS ET ADOLESCENTS

ENFANTS
À PARTIR
DE 4 ANS

ADOS

Théâtre de l'imprévu

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Enfants : Guillemette Barioz, Laetitia Leloutre,
Charlotte Noiry et Céline Toutain
Ados : Myrtille Bordier

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019.

Renseignements et Inscriptions :

06 99 63 97 06

Mail : theatredelimprevu@hotmail.fr

www.letheatredelimprevu.fr

Reprise de l'activité le 09 septembre.

TARIFS

Enfants	Ancien	Nouveau
1h	350€	370€
1h30	400€	420€
Ados	Ancien	Nouveau
2h	440€	460€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire



ATELIERS ENFANTS

Au fil d'exercices ludiques et variés, les enfants vivront l'écoute, la concentration, le regard, l'espace, la voix, le travail corporel, la construction de personnages. Une approche du texte leur sera aussi proposée.

CALENDRIER

6-10 ans	Lundi	16h45-18h15
8-10 ans	Mercredi	14h-15h30
		15h45-17h15
11-13 ans	Mercredi	15h45-17h15 17h30-19h
4-6 ans		Samedi
6-9 ans	11h-12h30	
10-13 ans	11h30-13h	
8-10 ans	13h-14h30	
9-12 ans		

ATELIERS ADOLESCENTS

La première partie de l'année, les participants expérimenteront les techniques de base de l'improvisation pour entrer dans le jeu à partir du corps et de l'action. Au cours de la seconde partie de l'année, ces techniques d'improvisation seront utilisées pour créer ensemble un spectacle présenté en fin d'année. Une rencontre avec le public ponctuera l'année avant la présentation théâtrale de juin.

CALENDRIER

14-17 ans	Mercredi	18h-20h
-----------	----------	---------

PAGE 82

MAÎTRISER LES LANGUES ÉTRANGÈRES

Anglais	83
Anglais enfants	84
Ateliers créatifs en russe	85
Espagnol	86
Italien	87

ANGLAIS



PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Michaël Midoun

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements et inscription à l'accueil de l'Espace Sorano.

Téléphone: 01 43 74 73 74

Mail: inscription@espacesorano.com

Fiche d'inscription téléchargeable sur le site www.espacesorano.com

TARIFS

	-16 ans	+16 ans
Vincennois	259€	333€
Non vincennois	311€	400€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Faux-débutants	Lundi	15h30-17h
Débutants	Mardi	19h-20h30
Intermédiaires	Mercredi	19h-20h30
Conversation	Vendredi	11h-12h30
		14h-15h30

PRÉSENTATION

Michaël Midoun a passé 22 ans en Amérique du Nord. Fort d'une expérience de réalisateur de télévision, il propose un enseignement qui contraste avec l'académisme classique de l'anglais.

Un atelier type se compose d'une leçon suivie d'exercices et d'une lecture à haute voix. Le cours s'appuie autant sur la structure de la langue, extraits de pièces de théâtre, de « role playing », que sur le décryptage de la presse étrangère, l'analyse audiovisuelle (films, sitcoms, entretiens) et l'étude de paroles de chansons.

Michaël Midoun attache autant d'importance à l'expression individuelle qu'au travail collectif. Grâce à une approche de la langue axée sur « l'élève acteur », vous sortirez très vite du rôle de « l'élève auditeur ». Vous gagnerez rapidement en confiance et apprendrez à préparer un argumentaire dans votre propre style.

ANGLAIS ENFANTS

ENFANTS
4-8 ANS

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Suzanne Smith. Depuis 20 ans, Suzanne Smith, irlandaise, enseigne en France la langue anglaise aux tout-petits. Intervenante indépendante.

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements et inscription : Suzanne Smith

Téléphone : 01 43 74 10 67

Mail : swazsmith94@gmail.com

Reprise de l'activité le 21 septembre

TARIFS

Vincennois	312€
Non vincennois	330€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Mercredi	Samedi
10h-11h	9h30-10h30
11h-12h	10h30-11h30
-	11h30-12h30
14h-15h	14h-15h
15h-16h	15h-16h
16h30-17h30	16h30-17h30
17h30-18h30	17h30-18h30

Groupes constitués en fonction des âges et des niveaux.



PRÉSENTATION

Apprendre en s'amusant à partir de chansons populaires anglaises, de comptines, de jeux assis (loto, cartes) ou debout (jeux de rôle, jeux éducatifs en chantant et en bougeant). Les enfants sont constamment invités à s'exprimer en toute confiance.

L'ambiance est toujours à la bonne humeur et au rire, mais toujours en anglais.

ATELIERS CRÉATIFS EN RUSSE

ENFANTS
0-3 ANS

ENFANTS
3-11 ANS

ADULTES

Association
En mode bilingue



PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Non communiqué

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscriptions à partir de 2019.

En mode bilingue

Téléphone : 06 84 55 05 90

russe.vincennes@gmail.com

www.enmodebilingue.com

<https://www.facebook.com/groups/122549824960615/?ref=bookmarks>

60615/?ref=bookmarks

TARIF

En fonction de nombre d'heures hebdomadaires, à partir de 12€ de l'heure

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Mercredi	9h-15h30
Samedi	9h30-13h30

Emploi de temps détaillé sur notre site

PRÉSENTATION

Le russe pour les enfants bilingues et non-russophones

Pour les enfants bilingues : les ateliers créatifs, théâtre, architecture, musique, danse et plus encore. Jouer, découvrir, imaginer, créer en russe dans une ambiance joyeuse et conviviale !

Pour les élèves non-russophones : des mini-groupes pour les enfants et les adultes de différents niveaux avec des professeurs diplômés.

ТВОРЧЕСКИЕ МАСТЕРСКИЕ в Венсене для детей от 3 до 11 лет. 6 возрастных групп. Рисунки, театр, музыка, архитектурное бюро и т.д. Мы создаем творческо-игровую обстановку, в которой детям хотелось бы говорить по-русски. На занятиях мы творим, изучая окружающий нас мир. В старших группах мы начинаем изучать грамматику русского языка. Подробная информация с расписанием на нашем сайте.

ESPAGNOL

ADULTES

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Eduardo Silva

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements et inscription à l'accueil de l'Espace Sorano.

Téléphone: 01 43 74 73 74

Mail: inscription@espacesorano.com

Fiche d'inscription téléchargeable sur le site www.espacesorano.com

TARIFS

	-16 ans	+16 ans
Vincennois	259€	333€
Non vincennois	311€	400€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Avancés	Mardi	17h-18h30
Intermédiaires		18h30-20h
Débutants	Jeudi	18h30-20h



© DR

LANGUES

PRÉSENTATION

Tous ceux qui veulent apprendre, entretenir ou perfectionner cette langue, parlée par 500 millions de personnes à travers le monde, sont les bienvenus. Les domaines de la culture, de la vie commerciale, du tourisme seront abordés pendant les cours. La conversation, l'usage de vidéos, l'apprentissage classique avec des exercices, voilà quelques-uns des éléments d'une pédagogie ludique et efficace.

ITALIEN



TOUT
PUBLIC

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Susanna Agati Porré
Roberto Zumbo de Sanctis

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements et inscription à l'accueil de l'Espace Sorano.

Téléphone : 01 43 74 73 74

Mail : inscription@espacesorano.com

Fiche d'inscription téléchargeable sur le site www.espacesorano.com

TARIFS

	-16 ans	+16 ans
Vincennois	259€	333€
Non vincennois	311€	400€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Lundi	14h-15h30	Confirmés	Susanna Agati Porré
	19h-20h30	Faux débutants - Intermédiaires - Débutants	Roberto Zumbo de Sanctis
Jeudi	9h-10h30	Intermédiaires	Susanna Agati Porré
	10h30-12h	Conversation	Susanna Agati Porré

PRÉSENTATION

Vous apprendrez vite à vous exprimer dans les situations les plus diverses et à comprendre des interlocuteurs aux accents différents.

En même temps, vous découvrirez le mode de vie des Italiens, ainsi que les nombreux aspects artistiques, gastronomiques et culturels du pays. L'éventail de niveaux proposés permet à chacun de trouver sa place dans un groupe convivial.

PAGE 88

DÉVELOPPER SES SAVOIRS

Histoire de l'Art	89
Informatique	90
Œnologie	91

HISTOIRE DE L'ART

ADULTES

TOUS NIVEAUX

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Florence Quainon. Diplômée de l'École du Louvre, intervenante indépendante

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements et inscription : Florence Quainon

Téléphone : 06 81 13 50 53

Mail : quainon.florence@neuf.fr
conferencesquainon.jimdo.com

Premier cours : **lundi 23 septembre**

Programme détaillé sur le site internet de l'Espace Sorano

TARIFS

16 cours + 6 visites	252€
16 cours	190€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

Cours ou visite à l'unité	13€
---------------------------	-----

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire à partir de 10.

CALENDRIER

Lundi	14h30-16h
	20h30-22h



PRÉSENTATION

Cours avec projections de diapositives, le lundi une fois tous les 15 jours et une visite de musée ou de monument parisien une fois par mois. Ils sont conçus pour tout public.

Ces cours vont permettre d'acquérir des notions de bases claires dans l'évolution des grands courants artistiques. Ils vous apprennent à analyser la composition d'un tableau, l'harmonie des couleurs. Vous pouvez ainsi mieux apprécier une œuvre d'art : peinture, sculpture ou architecture. Les visites illustrent les cours et permettent d'accéder à des lieux habituellement fermés au public (ministères, ambassades, etc.).

Réunion d'information : lundi 9 septembre à 14h30 et 20h30.

DÉVELOPPER SES SAVOIRS

INFORMATIQUE



TOUT PUBLIC

À PARTIR DE 8 ANS

Association Club Micronet

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

30 animateurs bénévoles

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements et inscription : Club Micronet

Téléphone : 01 41 93 92 73

Mail : clubmicronet@gmail.com

www.clubmicronet.net

TARIFS

Nouveaux adhérents	110€
Anciens adhérents	100€
Membres de l'APF France Handicap et personnes en situation de handicap	80€
Demandeurs d'emploi, étudiants	60€

Tarif réduit à partir du 1^{er} février 2020

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Lundi	10h-12h et 14h-18h
Mardi	10h-12h et 14h-18h
Mercredi	10h-12h et 14h-18h
Jeudi	10h-12h et 14h-18h
Vendredi	10h-12h et 14h-18h
Samedi	10h30-12h et 15h-18h
	Enfants : atelier impression 3D 15h30-17h

Détail des ateliers sur le site de l'association Micronet
Nombre de places limité pour certaines activités

PRÉSENTATION

Du débutant à l'expert, au fait des dernières technologies, nous vous proposons un lieu d'échanges, des animations régulières adaptées à votre niveau, des ateliers ponctuels sur des thèmes précis, de l'aide personnalisée et un accès aux ordinateurs et à internet en libre-service.

Animations annuelles

Elles abordent internet le courrier électronique, la bureautique, Word, Excel, PowerPoint, cloud Google et Microsoft, Gimp, Photoshop, vidéo, la sécurisation des ordinateurs, les smartphones, les tablettes, les systèmes d'exploitation : Windows, Mac, Linux, Android.

- Initiation à la programmation et à l'impression 3D, le samedi après-midi pour les enfants de 8-12 ans.
- Initiation pour les personnes handicapées, le mercredi matin en collaboration avec l'association des paralysés de France (APF).
- Initiation pour non-voyants et malvoyants à l'ordinateur, tablettes et smartphones.

Ateliers thématiques

- Exemples de thèmes abordés : tablettes smartphones, réseaux sociaux, Windows 10, conseils pour acheter un PC et le sécuriser, rechercher sur internet, partager et sauvegarder des fichiers via le web, numérisation de vinyles/films Super8 et 8mm/cassettes VHS/diapositives et négatifs, Google photos, Audacity, Movie Maker...
- Docteur PC, docteur tablettes et smartphones, (adhérents uniquement).
- Les ateliers sont ouverts à tous (adhérents ou pas) sur inscription. Une participation de 10€ est demandée aux non adhérents.

OENOLOGIE

ADULTES



Association des
œnophiles de
Vincennes (AOV)

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Odile Pontillo, Sylvie Casanovas,
Guillaume Evellin

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription du 1^{er} au 30 juin 2019.

Renseignements et inscription :

Christophe Tixier

Portable: 06 03 29 84 75

Mail: vincennes.oenologie@gmail.com

Reprise de l'activité le 30 septembre

TARIF

135€ €

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

7 réunions par groupe auront lieu
dans l'année du lundi au vendredi
de 20h15 à 22h30



PRÉSENTATION

Apprendre et découvrir l'histoire, l'élevage et les caractéristiques des vins dans une ambiance conviviale, à travers la dégustation, la comparaison et leur association aux plaisirs de la table.

DÉVELOPPER
SES SAVOIRS

The background is a solid purple color with a faint, stylized illustration of a rocket ship pointing upwards and to the right. There are also several large, overlapping circular patterns, some of which are partially cut off by the edges of the page. The overall aesthetic is modern and scientific.

PAGE 92

DÉCOUVRIR LES SCIENCES EN S'AMUSANT

Atelier avec briques LEGO® 93
Ateliers scientifiques 94

ATELIER AVEC BRIQUES LEGO®

ENFANTS
6-12 ANS

SilverBot

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Antoine Géhin et Joy Marinos

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements
et inscription : Antoine Géhin

Téléphone : 07 68 88 84 86

Mail : antoine@silverbot.fr

www.silverbot.fr

www.facebook.com/silverbot.fr/

TARIF

280€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Jeudi

16h30 - 17h30



PRÉSENTATION

Ateliers de découverte scientifique par les LEGO® où les enfants expérimentent, appliquent et assimilent des notions clés d'ingénierie tout en s'amusant et développant leur créativité. Châssis, engrenages, forces deviennent tout de suite beaucoup plus concrets lorsqu'ils permettent de faire rouler, « marcher » ou voler les créations à travers la salle.

Chaque semaine un nouveau projet à explorer est présenté, dans un environnement ludique et bienveillant. L'animateur met à disposition une trentaine de kilos de matériel : briques, moteurs, batteries, engrenages, décoration que les enfants s'approprient pour personnaliser leurs œuvres.

En plus des ateliers hebdomadaires, des stages sont proposés sur les petites vacances.

ATELIERS SCIENTIFIQUES



Association
Mon école
des sciences



PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Différents formateurs diplômés en sciences (master 2 ou doctorat)

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements et inscription : Nicole Bonaventure

Portable : 06 15 09 93 99

Mail : contact@monecoledessciences.fr
www.monecoledessciences.fr

TARIF

160€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

CE2 - CM1	Samedi	9h30-10h30
CM1 - CM2		11h-12h

PRÉSENTATION

Mon École des Sciences se propose de faire découvrir la science, les mathématiques et la logique aux enfants, au travers d'ateliers scientifiques. Différentes activités leur sont proposées :

- observation d'un phénomène, à partir de laquelle les enfants se posent des questions, formulent des hypothèses, réalisent des expériences, tirent des conclusions ;
- manipulation et réalisation de maquettes et d'objets techniques ;
- jeux impliquant des notions de mathématiques et de logique.

Les ateliers sont renouvelés chaque année et abordent les différentes disciplines scientifiques : physique (ex : les aimants ; construction d'un jeu électrique) ; chimie (ex : chromatographie, le pH) ; astronomie (ex : construction de modèles) ; mathématiques (ex : pliages géométriques ; codes secrets pour crypter des messages) ; biologie (ex : vision). Il ne s'agit pas seulement d'acquérir des connaissances mais aussi d'intégrer une approche des sciences et une méthode de raisonnement.

Mon École des Sciences participe à la **Fête de la Science nationale le samedi 12 octobre**, à travers une animation ouverte à tous.

PAGE 95

JOUER ET COLLECTIONNER



Bridge	96
Échecs - cours et pratique	97
Philatélie	98
Rami	99

BRIDGE



Association
Le  vincennois Bridge club

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Jean-Luc Mestas, président, enseignant et arbitre. Christian Lagadou, enseignant et arbitre. Club affilié à la Fédération Française de Bridge (FFB)

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription à partir de septembre 2019

Renseignements et inscription :

Jean-Luc Mestas : 06 78 82 77 56

Christian Lagadou : 06 67 93 13 76

Marie-Aude Forgue-Lemoullac,
secrétaire : 06 47 51 11 34

Mail : bridge.trefle@free.fr

Site de la FFB : www.ffbridge.asso.fr

Comité de la Vallée de la Marne :

www.bridgevalleedelamarne.fr

Reprise des tournois le lundi 02 sept.

TARIFS

	-16 ans	+ 16 ans
Vincennois	24€	34€
Non vincennois	32€	42€

Adhésion au club : 10€

Licence FFB : 48€ (offerte la première année)

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

PRÉSENTATION

École de bridge animée par des enseignants diplômés par la FFB*. Cours pour débutants et de perfectionnement. Le planning est arrêté en septembre de chaque année : prendre contact sur place, par courriel ou lors de la journée des associations de Vincennes. Pratique du jeu de bridge en tournois ou en parties libres.

CALENDRIER

Tournois homologués FFB*	Lundi Mardi Jeudi	14h à 18h
Tournois courts homologués FFB*	Jeudi	20h-22h
Parties libres	Vendredi	À partir de 14h

Les cours sont proposés le matin de 10h à 12h et le soir (pour ceux qui travaillent...).

Le calendrier est défini au mois de septembre.

*FFB : Fédération Française de Bridge

ÉCHECS

COURS ET PRATIQUE



Association
Les échecs
de Vincennes

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Sophie Lantin, Stéphane Pinçon,
Oscar Tardi, Joseph Dorembus, Madjid Badii,
Harry Pelops, Philippe Vaillant, Marc Le Verger

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements
et inscription :

Joseph Dorembus : 06 75 21 59 36

jdorembus@orange.fr

Philippe Vaillant : 06 85 52 86 65

phil.vaillant@gmail.com

<http://club-echecs-vincennes.fr>

Reprise des cours le 11 septembre

TARIFS

Enfants	220€
Adultes loisirs	110€
Adultes compétition	140€

Licence FFE, adhésion Sorano et cours inclus

Remise de 15% pour les familles nombreuses,
les étudiants, les chômeurs, les familles.

PRÉSENTATION

Le jeu d'échecs permet de mobiliser les compétences logiques de stratégie, rigueur, concentration, mémoire et capacité d'abstraction qui sont toutes des facteurs de réussite scolaire et sociale.

Le club des échecs de Vincennes accueille les joueurs de tout niveau, à partir de 6 ans.

Les cours sont dispensés, du débutant au confirmé, à l'Espace Sorano.

Pour le plaisir de jouer, le club organise des tournois internes et externes, dans la meilleure convivialité.

CALENDRIER

Enfants	Mercredi	14h-18h45
Enfants et adultes	Vendredi	18h15-19h45
Enfants	Samedi	14h-19h
Adultes		

Jeu libre les mercredis, samedis et dimanches de 14h à 20h.

Pour le détail des niveaux voir notre site :

<http://club-echecs-vincennes.fr>

PHILATÉLIE

TOUT
PUBLIC

Association
Union philatélique
de l'est parisien

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Information non communiquée

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription dès juin 2019. Renseignements
et inscription : Gérard Supot

Téléphone : 01 43 74 75 54

TARIFS

	Adultes	Jeunes
Droit d'entrée	15€	offert
Cotisation annuelle	41€	20€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Adultes	3 ^e samedi de chaque mois	10h-12h
Jeunes	Samedi après-midi	Calendrier sur demande



PRÉSENTATION

Affiliée à la Fédération Française des Associations Philatéliques, l'Union Philatélique de l'Est Parisien réunit les collectionneurs de timbres de Vincennes et de ses environs.

Elle prodigue à ses membres des conseils, leur apprend à améliorer leur collection, les prépare à exposer s'ils le souhaitent. Elle leur propose un service d'abonnement aux nouvelles émissions de timbres de tous les pays et une bibliothèque d'ouvrages philatéliques.

Une section « Jeunesse » oriente plus particulièrement les moins de 21 ans.

RAMI



TOUT
PUBLIC

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Pas de professeur

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Renseignements et inscription :

Nicole : 06 59 21 97 98

Hélène : 06 21 56 31 51

TARIF

Gratuit

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Vendredi

14h à 18h

PRÉSENTATION

Envie de vous divertir, l'Équipe « 3 J »* vous propose de Jouer (J1) au rami dans la Joie (J2) la bonne humeur et ainsi conserver sa Jeunesse (J3) d'esprit. Venez nous rejoindre chaque semaine !

*J3 : Jouer, Joie, Jeunesse.

PAGE 100

PHOTOGRAPHER ET FILMER

A large, stylized, light-colored outline of a camera is positioned on the right side of the page, partially overlapping the main title. The background features faint, large-scale circular patterns.

Atelier vidéo : filmer, réaliser et monter 101
Photographie 102

ATELIER VIDÉO FILMER, RÉALISER ET MONTER

ADOS
À PARTIR
DE 15 ANS

ADULTES

Association
Regard Caméra

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Xavier Sauvage

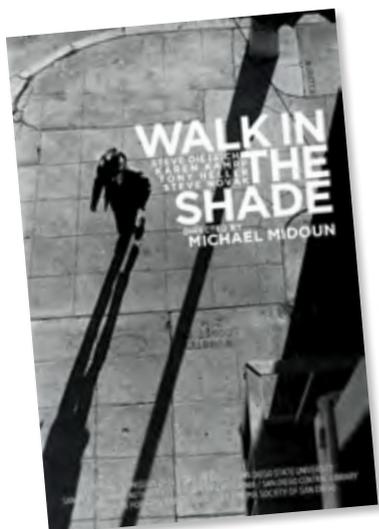
PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Renseignements: Xavier Sauvage

Portable: 07 71 13 63 90

Mail: regard-camera@neuf.fr

Inscription à partir du 10 octobre 2019



PRÉSENTATION

La saison débutera avec une projection des vidéos réalisées par les participant.e.s à l'atelier le jeudi 10 octobre 2019 à 20h30 au Théâtre Sorano.

Au programme: un ciné-concert du film « Walk In The Shade » (*Un privé à San Diego*), réalisé par Michaël Midoun, dont le montage est signé Xavier Sauvage.

Ce sera l'occasion d'une rencontre avec les personnes intéressé.e.s pour rejoindre l'atelier vidéo de Regard-Caméra, qui se déroulera un jeudi sur deux de 13h30 à 16h30.

Le calendrier final sera établi en fonction des participant.e.s et de l'animateur, qui reste ouvert à d'autres options en fonction des demandes.

PHOTOGRAPHIE



VINCENNES-IMAGES.ORG

Association Vincennes images
affiliée à la Fédération Photographique de France

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Membres du club bénévoles et intervenants
professionnels invités

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Renseignements et inscription: Bernard Loyal
Seules les réinscriptions se font en juin,
les inscriptions se font lors de la journée
des associations sur notre stand.

Mail: contact@vincennes-images.org
www.vincennes-images.org

Reprise de l'activité le 9 septembre

TARIF

Information non communiquée

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Séance plénière	Lundi	19h30-21H30
Analyse et critique des photos d'adhérents	Jeudi	19h30-21h



PRÉSENTATION

Promotion et développement de l'activité photographique. Initiation, perfectionnement, lecture d'images, critiques et conseils.

Formation à la prise de vue en studio, sorties prise de vue en extérieur, expositions et accès aux compétitions de la Fédération Photographique Française. Mutualisation des moyens matériels, prêt de matériel, service d'impression grand format, site Internet avec un espace de stockage de photos pour chaque membre.

Présentations techniques (prise de vue, logiciel), apprentissage du regard, invités extérieurs, présentations de photographes, discussions et échanges.

ET AUSSI...

L'Espace Sorano accueille également des activités ponctuelles (stage, ateliers, auditions...). Découvrez-les dans cette rubrique !

WEEK-ENDS BODYSONG



Professeur(s) / animateur(s) : Mélanie Rallo (chanteuse) et Mathieu Laplanche (percussionniste). Infos et inscription en ligne sur musiquevocale.com à partir de Juin 2019.

Une question ?

contact@musiquevocale.com
06 16 56 46 39 (Mathieu)

Une immersion dans la Body Music

PRÉSENTATION

Week-ends musicaux Bodysong, pour pratiquer la musique en groupe sans autre instrument que sa voix, son corps, et leurs incroyables possibilités sonores ! Chant, bodypercussion, human beatbox, morceaux, improvisations... Venez vous exprimer au sein d'un groupe tout en développant votre musicalité.

Le programme est à la fois différent et complémentaire d'un week-end à l'autre. Il vous est donc possible de participer à une ou plusieurs sessions.

Tarifs

1 week-end	2 week-ends	3 week-ends
10 heures	20 heures	30 heures
120€	230€ ou 2 x 117€	340€ ou 3 x 115€€

Calendrier

Samedi et dimanche 14h-19h		
Body Music en mouvement	Mathieu Laplanche (percussionniste)	23 et 24 novembre 2019
Indépendance voix/rythme		29 février et 1 ^{er} mars 2020
Circle songs polyphoniques Voyage en Méditerranée	Mélanie Rallo (chanteuse)	25 et 26 avril 2020

STAGES SHIATSU ET YI QUAN QI GONG

Association Shiatsu & Energie

Contact : Michèle CATALDI : 06 98 52 44 18
michele@shiatsuenergie.com
www.shiatsuenergie.com

SHIATSU ou art du bien-être par une praticienne certifiée depuis 19 ans de la Fédération française de Shiatsu traditionnel, diplômée spécialiste en SHIATSU.

Calendrier

	Dim.	9 stages
Stages d'auto-massage SHIATSU	12h-14h	13/10 - 17/11 - 15/12 12/01 - 02/02 - 08/03
Ateliers de YI-QUAN Qi gong	14h-16h	26/04 - 17/05 - 14/06

STAGES MÉTHODE FELDENKRAIS

Association Notre corps cet inconnu (NCCI)

Contact : Odile Faucherand – 07 82 72 21 73

odilencici@gmail.com

www.feldenkrais-France.org

Calendrier

Samedi	14 stages
15h-17h	05/10 – 19/10 – 16/11 – 30/11 07/12 14/12 – 18/01 – 01/02 – 15/02 – 14/03 28/03 – 04/04 – 06/06 – 27/06

La méthode FELDENKRAIS est un jeu permanent de découverte de son corps et de son fonctionnement. Par de petits mouvements, vous déliez vos tensions, vous retrouvez une souplesse, une fluidité et une dynamique au quotidien.

ATELIER JAZZ



Association EDIM (Enseignement, Diffusion, Information, Musique)

Renseignements : EDIM

Téléphone : 01 46 63 01 25

Mail : contact@edim.org

www.edim.org

Tarifs : 630€

Calendrier : cours 1h30 hebdomadaire le jeudi soir 20h-22h30 à Studio Bleu Paris + 6 rendez-vous à l'Espace Sorano.

Voir calendrier détaillé sur www.espacesorano.com

PRÉSENTATION

Centré sur la constitution d'un répertoire, le travail des fondamentaux, la maîtrise de l'improvisation et du swing, l'écoute culturelle active. Les grands maîtres du jazz seront invoqués (Duke, Monk, Mingus...), ainsi que des exercices génériques très performants pour la progression de tout musicien amateur motivé. EDIM, Centre de Musiques Actuelles du Grand Paris, propose à l'Espace Sorano 6 rendez-vous de concert jam-session et auditions en lien avec ses ateliers de jazz réguliers localisés sur ses antennes Paris Est.

LOUER DES SALLES À L'ESPACE SORANO

Vous connaissez sans doute l'Espace Sorano pour l'une des nombreuses activités. Mais, le saviez-vous ?

L'Espace Sorano loue également des espaces pour vos événements privés ou professionnels : Salles de réunion, de réception ou encore salles de répétition ou de spectacle...

Pour toute demande de devis, contactez **Marie-Claude Larroque** 01 43 74 73 74 – info@espacesorano.com



CONDITIONS GÉNÉRALES

Adhésion Espace Sorano

L'ESPACE SORANO est une association à but non lucratif régie par la loi de 1901. La carte d'adhérent, établie et remise à l'adhérent après paiement de l'adhésion Sorano, est obligatoire pour toute activité régulière pratiquée à l'Espace Sorano. Elle est individuelle et est valable de septembre à juillet. Elle permet de **bénéficier de tarifs privilégiés** à tous les spectacles programmés au théâtre de l'Espace Sorano ainsi qu'aux spectacles programmés par le Service culturel de la Ville de Vincennes (hors Toiles des enfants, à tarif unique).

Elle permet également d'être membre actif de l'association, de participer à l'Assemblée Générale annuelle, de s'inscrire aux différentes activités et de recevoir les actualités de l'Espace Sorano.

	- 16 ans	+ 16 ans
Vincennois	24€	34€
Non vincennois	32€	42€

L'adhésion est non remboursable en cas d'abandon d'activité en cours d'année.

Inscriptions aux activités

Les cours sont dispensés soit par les **animateurs techniciens salariés de l'Espace Sorano**, soit par des **entités (associations ou intervenants indépendants) hébergées** par l'Espace Sorano.

POUR LES COURS DISPENSÉS PAR LES ENTITÉS HÉBERGÉES

L'inscription à l'activité se fait directement auprès des associations concernées et intervenants. Chaque entité hébergée décide librement des modalités d'inscription et conditions de règlement pour son activité. Pour information : l'adhésion à l'Espace Sorano est collectée par les entités hébergées au moment de l'inscription à l'activité.

POUR LES COURS DISPENSÉS PAR LES ANIMATEURS DE L'ESPACE SORANO

Le tarif des inscriptions aux différents ateliers est fixé par le Conseil d'Administration. Après signature de la fiche d'inscription par l'animateur de l'activité souhaitée, le paiement de l'inscription se fait à l'Accueil du lundi au samedi, de 9h30 à 22 heures et dimanche de 12h30 à 19h30. Pour les adhérents de la saison 2018-2019, il est possible de se réinscrire à la même activité dès le **1^{er} juin 2019**. Les inscriptions seront ouvertes **à tous à partir du 15 juin 2019**.

Une semaine « portes ouvertes » est organisée à la rentrée **du lundi 9 au samedi 14 septembre 2019**, au cours de laquelle les animateurs des ateliers Sorano reçoivent les personnes intéressées **aux horaires habituels de leurs ateliers**. Pour les ateliers non complets, un cours d'essai est également possible en cas de découverte d'une nouvelle activité.

L'Espace Sorano est également présent à la **Journée des Associations** organisée par la Mairie de Vincennes **le samedi 7 septembre 2019**.

Lors de l'inscription, il est demandé un justificatif de domicile pour les résidents de Vincennes et un certificat médical pour toutes les activités physiques. Il n'y a pas d'activités pendant les vacances scolaires. Si le nombre d'inscrits dans un groupe est inférieur à 9 personnes, l'ESPACE SORANO se réserve un droit d'annulation ou de modification d'horaire. Dans ce cas, la participation sera remboursée au prorata temporis.

En cas d'abandon d'une activité par un adhérent pour une raison médicale, les sommes versées ne sont pas remboursées mais peuvent être reportées sur une autre activité de la saison 2019-2020 après acceptation de la Direction. La demande de report doit être faite par lettre recommandée avec A-R à l'attention de la Direction en produisant les justificatifs médicaux afférents. L'Avoir établi sera nominatif et non cessible.

Conditions de règlement et réductions

Dès la troisième activité, une réduction de 10% est appliquée sur le total des activités (hors adhésion). Cette réduction est valable par personne ou par foyer fiscal et uniquement pour les activités dispensées par l'Espace Sorano. Elle ne concerne pas les activités dispensées par les associations hébergées. Le règlement des inscriptions aux activités s'effectue pour toute l'année au moment de l'inscription, par chèque*, espèce ou par carte bancaire. L'adhésion annuelle à Sorano, quant à elle, fait l'objet d'un règlement distinct.

*Dates de remise en banque des chèques : 05/07/19, 06/09/19, 09/10/19, 08/11/19, 06/12/19, 08/01/20, 07/02/20, 06/03/20, 08/04/20, 12/05/20 (l'adhésion est encaissée en même temps que le 1^{er} chèque d'inscription).

Important Protection des données : les informations recueillies lors de l'inscription et/ ou de l'adhésion sont enregistrées dans un fichier informatisé par L'ESPACE SORANO. Elles sont destinées au Secrétariat (pour la gestion de votre inscription) et au service Communication (pour l'envoi d'informations). Conformément à la loi du 6 janvier 1978 modifiée, vous pouvez exercer votre droit d'accès aux données vous concernant et les faire rectifier en contactant l'ESPACE SORANO par mail à info@espacesorano.com L'Espace Sorano décline toute responsabilité en cas de perte ou de vol de tout objet de valeur dans ses locaux.

CALENDRIER ET HORAIRES DE LA SAISON 2019-2020

AOÛT-19	SEPT-19	OCT-19	NOV-19	DÉC-19	JANV-20	FÉV-20	MARS-20	AVR-20	MAI-20	JUIN-20	JUIL-20
1	1 Fermé	1	1 Toussaint	1	1 1 ^{er} de l'an	1	1	1	1 F. du Travail	1 L. Pénecôte	1
2	2 Rent. scol.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
7	7 J. des Asso.	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
8	8	8	8	8	8	8	8	8	8 Victoire 1945	8	8
9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9
10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
11	11	11	11 Armistice	11	11	11	11	11	11	11	11
12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12
13	13	13	13	13	13	13	13	13 L. Pâques	13	13	13
14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14 Fête Nat.
15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16
17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17
18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18
19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19
20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
21	21	21	21	21	21	21	21	21	21 Ascension	21	21
22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22
23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23
24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24
25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25
26	Ouv. 11-18h 26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26
27	Ouv. 11-18h 27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27
28	Ouv. 11-18h 28	28	28	28	28	28	28	28	28	28	28
29	Ouv. 11-18h 29	29	29	29	29	29	29	29	29	29	29
30	Ouv. 11-18h 30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
31	Fermé	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31

 Période normale
 Horaires grand public:
Du lun. au vendredi:
 ouverture 9h - fin accès
 entrant 21h30 - départ
 public 23h30 (sauf
 mercredi: 23h).
Samedi: ouverture
 9h - fin accès entrant
 21h30 (ou 19h30 si
 aucun spectacle) -
 départ public 23h30
 (ou 20h si aucun
 spectacle). **Dimanche:**
 ouverture 12h - fin
 accès entrant 19h30 -
 départ public 20h.

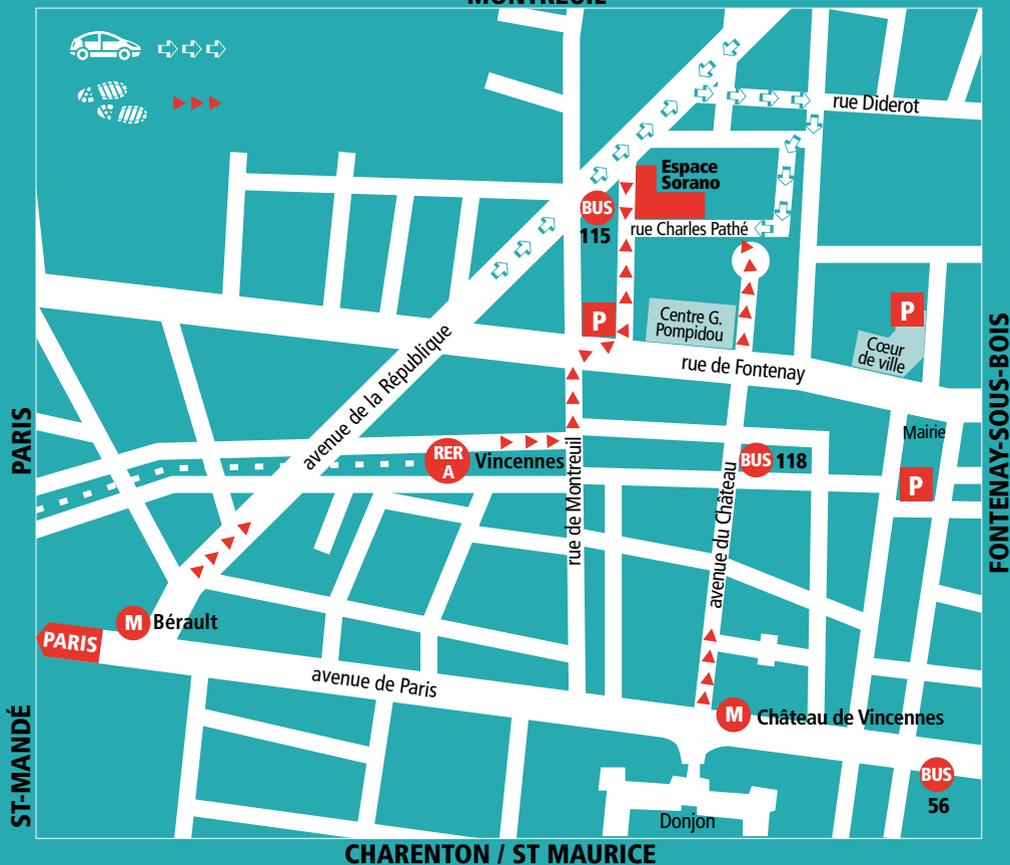
 Période de vacances
 scolaires. **Du lun. au samedi:** ouverture 9h
 - fin accès entrant à
 19h30 - sortie public à
 20h (sauf pour
 adhérents-activités).
Dimanche: ouverture
 12h - fin accès entrant
 à 19h30 - sortie public
 à 20h.

 Ouv. vacances
 scolaires avec plage
 d'ouverture précisée.

 Bâtiment fermé (congés,
 jours fériés, fermeture
 vacances scolaires).

Venir à l'Espace Sorano

MONTREUIL



ACCÈS

Espace Sorano

16 rue Charles Pathé - 94300 Vincennes

Tél.: 01 43 74 73 74

Mail: info@espacesorano.com

www.espacesorano.com

Métro ligne 1 : Bérault, Château de Vincennes

RER A : Vincennes

Bus : 46, 112, 114, 115, 118, 124, 210, 215, 318, 325.

Vélib : 43 rue de Montreuil - Vincennes

18 avenue Aubert (face RER A) - Vincennes

Parkings : parking Pompidou, 168 rue de Fontenay

parking Cœur de ville, avenue de Vorges



Bâtiment accessible et nombreuses activités adaptées.

ET VOUS, QU'ALLEZ-VOUS CHOISIR ?



Tél : 01 43 74 73 74 • 16 rue Charles Pathé • 94300 Vincennes
info@espacesorano.com • www.espacesorano.com