

ESPACE SORANO

GUIDE



2020-2021

Édito.....	3
Sommaire	4
Saison culturelle 2020-2021	6
L'équipe et contact	8

EN FAMILLE



Gymnastique parent-bébé et maternelle petite section	26
Yoga en famille et Méditation	35
Éveil musical sensoriel « Parent-Bébé »	70



TOUT PETITS

Danse des poussins (initiation à la danse)	14
Gymnastique parent-bébé	26
Modelage par Atecrea	58
Éveil musical sensoriel « Parent-Bébé »	70
Ateliers créatifs en russe	82

ENFANTS



DANSER

Claquettes	10
Danse classique et gym danse	13
Danse des poussins (initiation à la danse)	14
Danse orientale	16
Ludodanse	17

BOUGER

Aïkido	23
Aïkido Rigenkaï	24

SE RELAXER

Yoga pour tous	34
----------------------	----

PEINDRE ET DESSINER

Arts Plastiques enfants et adolescents	41
Bande Dessinée	43
Dessin/Peinture par Atecrea	46

CRÉER DE SES MAINS

Atelier textile enfants	52
Modelage par Atecrea	58
Atelier création par Atecrea	59
Récup'Créative	61

VIVRE EN MUSIQUE

Chœur chanter	65
Cours d'initiation et d'éducation Musicale	66
Guitare d'accompagnement	69
Initiation musicale sensorielle - Rythmes et chansons	71

ÉCRIRE OU SE METTRE EN SCÈNE

Écriture créative enfants	73
Atelier Théâtre enfant et ados	77

MAÎTRISER LES LANGUES ÉTRANGÈRES

Anglais enfants	81
Ateliers créatifs en russe	82

DÉVELOPPER SES SAVOIRS

Informatique	87
--------------------	----

DÉCOUVRIR LES SCIENCES EN S'AMUSANT

Ateliers créatifs et techniques avec des briques LEGO®	90
Ateliers scientifiques	91

JOUER ET COLLECTIONNER

Échecs	94
--------------	----

ADOS



DANSER

Claquettes	10
Danse africaine / Danse afro-brésilienne	12
Danse classique et gym danse	13
Danse orientale	16
Ludodanse	17

BOUGER

Abdos-Fessiers-Fitness	22
Aïkido	23
Aïkido Rigenkaï	24
Assouplissement	25

SE RELAXER

Yoga pour tous	34
----------------------	----

PEINDRE ET DESSINER

Arts Créatifs	39
Arts Plastiques enfants et adolescents	41
Bande Dessinée	43
Dessin/Peinture par Atecrea	46

CRÉER DE SES MAINS

Atelier textile enfants	52
Coupe-Couture	53
Modelage par Atecrea	58
Atelier création par Atecrea	59

VIVRE EN MUSIQUE

Chœur chanter	65
Guitare d'accompagnement	69

ÉCRIRE OU SE METTRE EN SCÈNE

Écriture créative enfants et ados.....	73
Atelier Théâtre enfants et ados	77

MAÎTRISER LES LANGUES ÉTRANGÈRES

Anglais	80
Espagnol.....	83
Italien	84

JOUER ET COLLECTIONNER

Échecs	94
--------------	----

**ADULTES****DANSER**

Claquettes	10
Danse africaine / Danse afro-brésilienne	12
Danse classique et gym danse	13
Danse contemporaine.....	15
Danse orientale.....	16
Rock'n Roll.....	18
Danses latines et swing solo.....	19
Tango argentin.....	20

BOUGER

Abdos-Fessiers-Fitness.....	22
Aïkido.....	23
Aïkido Rigenkaï.....	24
Assouplissement	25
Pilates.....	27

SE RELAXER

Qi Gong.....	29
Relaxation - Conscience corporelle.....	30
Stretching Postural®	31
Taichichuan.....	32
Yoga adultes et Méditation.....	33
Yoga pour tous.....	34
Yoga en famille et Méditation.....	35

PEINDRE ET DESSINER

Aquarelle	37
Aquarelle entre amateurs confirmés.....	38
Arts Créatifs.....	39
Arts Plastiques (adultes)	40
Atelier libre de dessins (d'après modèle vivant)	42
Bande Dessinée.....	43
Créations Plastiques	44
Dessin Pur.....	45
Dessin/Peinture par Atecrea	46
Laque contemporaine	47
Peinture à l'huile	48
Peinture d'icônes.....	49

Sortie dessin au musée.....	50
-----------------------------	----

CRÉER DE SES MAINS

Coupe-Couture	53
Dentelle aux fuseaux.....	54
Encadrement.....	55
Ikebana.....	56
Modelage et Création Terre	57
Modelage par Atecrea	58
Atelier Création par Atecrea	59
Patchwork.....	60
Réfection de sièges	62

VIVRE EN MUSIQUE

Atelier chant	64
Chœur chanter.....	65
Écoute musicale	67
Ensemble Choral de Vincennes	68
Guitare d'accompagnement.....	69

ÉCRIRE OU SE METTRE EN SCÈNE

Atelier d'écriture	74
Atelier Théâtre adultes.....	76
Atelier d'improvisation théâtrale.....	78

MAÎTRISER LES LANGUES ÉTRANGÈRES

Anglais	80
Ateliers créatifs en russe.....	82
Espagnol.....	83
Italien	84

DÉVELOPPER SES SAVOIRS

Histoire de l'art (adultes)	86
Informatique	87
Œnologie	88

JOUER ET COLLECTIONNER

Bridge.....	93
Échecs	94
Philatélie.....	95
Rami	96

PHOTOGRAPHIER ET FILMER

Atelier vidéo - Filmer, réaliser et monter.....	98
Photographie	99

ET AUSSI Bodysong - Shiatsu	100
--	-----

ET AUSSI Feldenkrais - Atelier jazz.....	101
---	-----

Location de salles.....	102
-------------------------	-----

Historique	103
------------------	-----

Adhésion à l'Espace Sorano	104
----------------------------------	-----

Conditions générales d'inscription	105
--	-----

Calendrier	106
------------------	-----

Accès	107
-------------	-----

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, Marta CHYLEK,
Denis CHRISTOPHEL, 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>



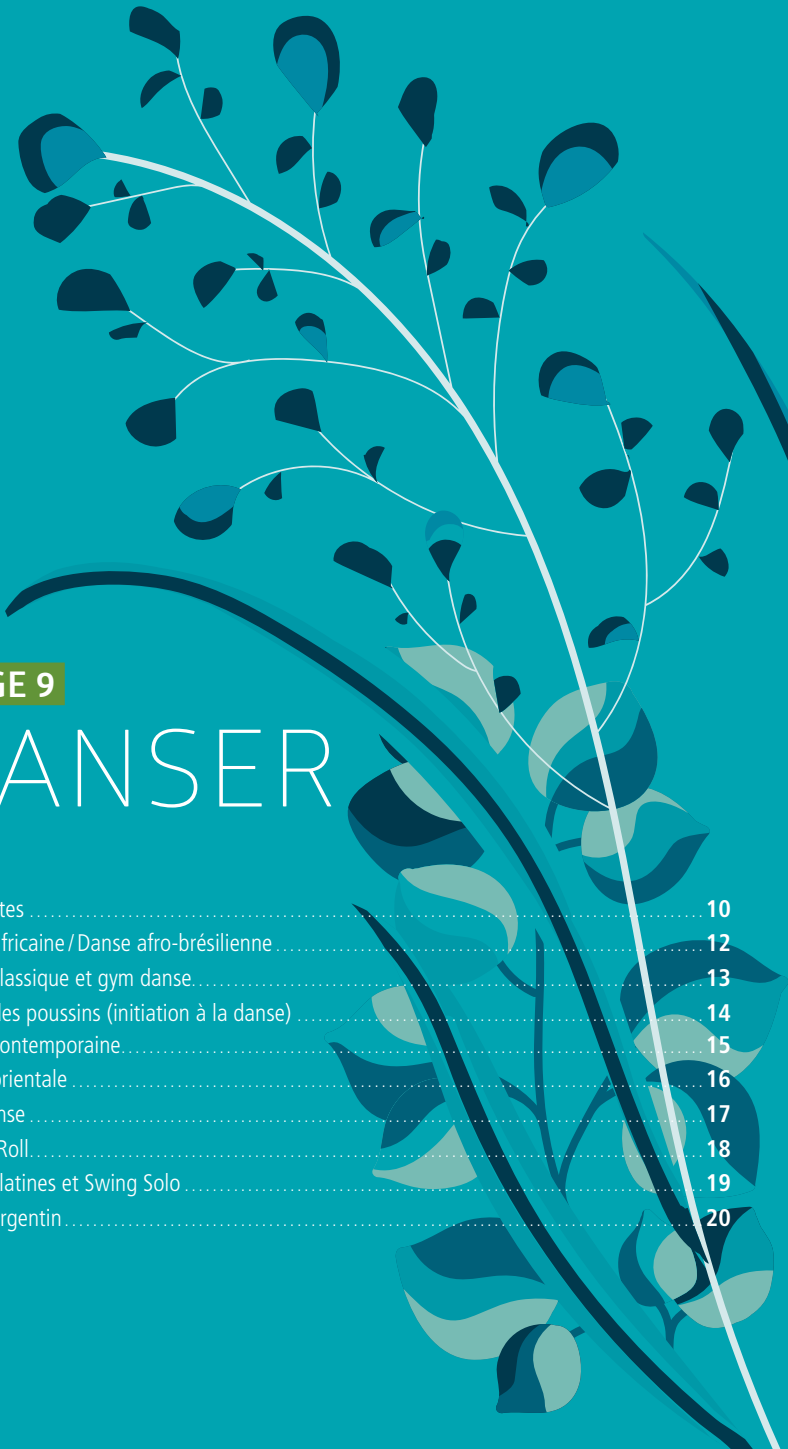
Chaînes Espace Sorano et SORANO JAZZ

PÔLE ANIMATION

Animateurs techniciens salariés de l'Espace Sorano* :

Raphaël-Didier DE L'HOMMEL (réfection de sièges-tapisserie),
Andrée BRICHET (Coupe couture), Muriel GILLE et Véronique
SOLIVELLAS (beaux-arts et arts plastiques), Pheng Thao CHAU
et Marianne PLOUVIER (Taïchichuan), 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 entités hébergées
(associations ou intervenants indépendants).*

A stylized illustration of a plant with a thick, dark, curved stem and several thin, white, branching stems. The leaves are dark blue and teardrop-shaped, while the seed pods are light blue and oval-shaped. The background is a solid teal color.

PAGE 9

DANSER

Claquettes	10
Danse africaine / Danse afro-brésilienne	12
Danse classique et gym danse	13
Danse des poussins (initiation à la danse)	14
Danse contemporaine	15
Danse orientale	16
Ludodanse	17
Rock n'Roll	18
Danses latines et Swing Solo	19
Tango argentin	20

CLAQUETTES

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Veronica Vieira

INSCRIPTION

Contact : Veronica Vieira

Téléphone : 06 87 73 13 80

Mail : infoclaquettes@lesfersplay.com

Facebook : Les-Fers-Play-Cours-de-claquettes

Web : www.lesfersplay.com

Nouveaux adhérents

1 cours d'essai offert en septembre sur réservation par mail

Adhérents déjà Fers Play

Les changements de niveaux sont à valider avec le professeur

Il est possible de nous rejoindre en cours d'année

Adhérents ayant déjà pratiqué : toute l'année

Adhérents n'ayant jamais pratiqué : sur validation du professeur

Reprise de nos cours lundi 14 septembre

ADOS,
ADULTES,
SENIORS,
PERSONNES
EN SITUATION
DE HANDICAP

ENFANTS
À PARTIR
DE 6 ANS

Association
Les Fers Play



Vous avez toujours rêvé de faire des claquettes ? 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 6 ans à + de 85 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	120 € / saison

Règlement possible en 4 chèques déposés le 20 du mois.

Pas d'encaissement en décembre.

Tarif étudiant : -10% sur présentation de la carte étudiant.

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire



CALENDRIER

Lundi	Niveau 1 Initiation	Enfants - Primaires <i>sur liste d'attente</i>	17h-18h
	Niveau 1 Initiation	Intergénérationnel	18h-19h
	Niveau 2 Débutant	Ados / Adultes	19h-20h
	Niveau 1 Initiation	Ados / Adultes	20h-21h
	Niveau 3 Intermédiaire	Ados / Adultes	21h-22h30

Mardi	Niveau 1 Initiation	Adultes	12h30-14h
	Cours adapté	HandiClaq	16h30-17h30
	Niveau 2 Débutant	Séniors	17h30-19h
	Niveau 1 Initiation	Ados / Adultes	19h-20h
	Niveau 2 Débutant	Ados / Adultes	20h-21h
	Niveau 4 Avancé	Ados / Adultes	21h-22h30

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, conséquences d'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 pratiquer 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

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Robert Sallafranque
Fode Cissé et Raymond Avila, percussionnistes

INSCRIPTION

Dès juin 2020 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 7 septembre

Reprise la semaine du 14 septembre

ADOS
ADULTES

TOUS
NIVEAUX



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...

TARIFS

TARIF
SPÉCIAL
-26 ANS

Danse africaine	-26 ans	+26 ans
Vincennois	299€	356€
Non vincennois	358€	427€

CALENDRIER

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

Danse afro-brésilienne	-16 ans	+16 ans
Vincennois	251€	323€
Non vincennois	301€	388€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

DANSE CLASSIQUE ET GYM DANSE

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Christine Pawlowski, professeur diplômé

INSCRIPTION

Dès mi-mai 2020

Contact : Christine Pawlowski

Téléphone : 01 48 57 60 73

Mail : chriss.dance@free.fr

Reprise de l'activité le 1^{er} septembre

À PARTIR
DE 6 ANS

ADULTES
ADOS

Association
Iritcha



Les cours sont dispensés par un professeur diplômé 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.

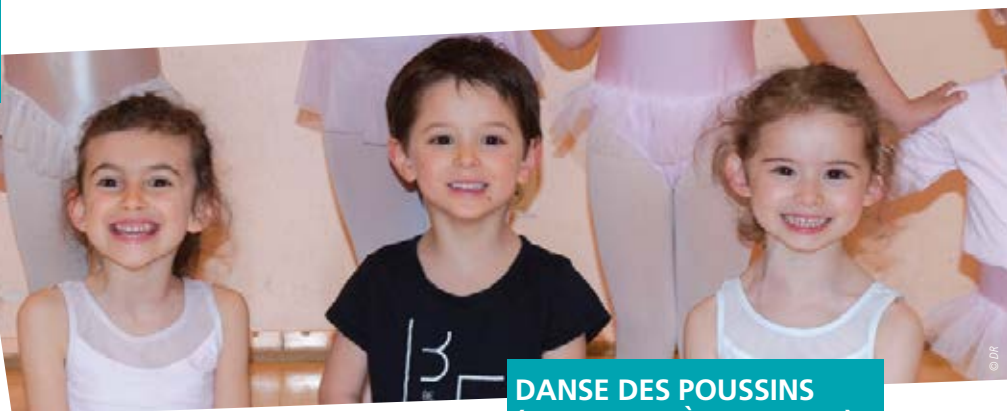
CALENDRIER

À partir de 6 ans (initiation)	Mardi	17h10-18h05
6-7 ans (débutants)	Lundi	17h10-18h05
8-10 ans (débutants avancés)	Vendredi	17h-18h
À partir de 11 ans (élémentaires)	Lundi	18h05-19h05
À partir de 12 ans (moyens)	Mardi	18h10-19h10
	Vendredi	18h-19h
À partir de 14 ans (moyens-supérieurs)	Vendredi	19h05-20h05
À partir de 15 ans (supérieurs)	Mardi	19h10-20h10
	Vendredi	20h05-21h30
Adultes (tous niveaux) Gym danse	Lundi	19h05-20h05
	Mardi	20h10-21h10
	Samedi	10h15-11h15

TARIF

Cotisation association de danse Iritcha à partir de 333 €

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



DANSE DES POUSSINS (INITIATION À LA DANSE)

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Christine Pawlowski, professeur diplômé

INSCRIPTION

Dès juin 2020

Contact : Association générale des familles
70 rue de Fontenay, 94300 Vincennes

Téléphone : 01 43 98 67 63

Mail : familleservices@orange.fr

Web : www.familleservices-vincennes.fr

Reprise de l'activité le 1^{er} septembre

3 ANS ½
À 5 ANS ½

Association
générale des
familles



Une vraie découverte de l'espace et du corps adaptée à de très jeunes enfants (3 ans 1/2 à 5 ans 1/2), filles et garçons. 14 enfants maximum par séance de 45 mn. Le ludique et la discipline se côtoient, encadrés par un professeur diplômé.



TARIF

285€/an

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

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

Hors vacances scolaires



DANSE CONTEMPORAINE

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Gaël Giraud

INSCRIPTION

Dès juin 2020

Contact : Gaël Giraud

Téléphone : 06 74 81 82 16

Mail : ilestems.danse@gmail.com

Facebook : ilestems.danse/

Reprise de l'activité le 19 septembre

TOUS
NIVEAUX

ADULTES

Association
Il est temps



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.



TARIFS

Atelier chorégraphique	400 €/an
Cours technique	250 €/an
Les deux cours	550 €/an

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Atelier chorégraphique	Samedi	13h15-15h15
Cours technique		15h45-17h15*

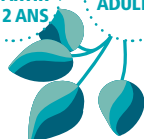
*3 cours par mois

**PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)**

Aline Bittan

INSCRIPTION

Dès juin 2020 en ligne sur le site internet

Contact : Aline Bittan**Portable :** 06 16 60 70 70**Mail :** orientaline.danse@gmail.com**Facebook :** www.facebook.com/orientaline**Web :** www.orientaline.frPortes ouvertes la semaine du 7 septembre
(réservation par mail)**Reprise de l'activité le 8 septembre****ENFANTS
À PARTIR
DE 2 ANS****ADOS
ADULTES**Association
Orientale**DANSE ORIENTALE**

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.

CALENDRIER

Enfants	2 à 5 ans	Mardi	17h-18h
		Jeudi	
	6 à 9 ans	Mercredi	18h-19h
	10 à 12 ans	Mardi	
	13 à 16 ans	Jeudi	
Adultes	Niveau 3	Mardi	19h-20h30
	Niveau 4		20h-21h30
	Niveaux 1	Mercredi	19h-20h
			20h-21h
	Niveau 2	Jeudi	19h-20h
			20h-21h30

Stages à thème et atelier de 2h	Atelier chorégraphique	Dimanche	Entre 12h et 19h, horaire à confirmer
	Stage de perfectionnement		
	Stage avec accessoires (voile, canne...)		

TARIFS

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

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire



UDODANSE

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.

INSCRIPTION

Dès juin 2020 en ligne sur le site internet

Contact : Isaura Corlay

Tél : 06 83 51 18 91

Mail : info@ludodanse.com

Web : www.ludodanse.com

Youtube : Ludodanse

Reprise de l'activité le 15 septembre

ADOS
ENFANTS

Association
Ludodanse



L'alliance du plaisir et de la danse !

- 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®.

CALENDRIER

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

TARIFS

Consultez les tarifs sur le site web :
www.ludodanse.com

Cours hebdomadaires (hors vacances scolaires)

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire



ROCK N' ROLL

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, oriente son parcours vers la transmission de ces danses destinées à la piste, et crée un cours « Danses latines et swing solo ».

Parallèlement, un intérêt marqué pour les disciplines corporelles qui entourent la danse, et le bienfait qu'elles peuvent apporter à tous les publics, la conduit à proposer des cours de stretching : elle y transmet une approche saine et avertie des étirements, qui vise la possibilité d'une pratique autonome.

INSCRIPTION

Dès juin 2020. Cours d'essai à partir du 14/09

Inscription indispensable par mail

Mail : www.vueltheadanse.com (formulaire de contact)

Web : www.vueltheadanse.com

Reprise de l'activité le 14 septembre

ADULTES

Association
Vuelta!

TARIFS

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

*Étudiants et bénéficiaires des minimas sociaux.

Cours d'essai 10€ (déduits à l'inscription)

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

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 sur 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.

Préparez-vous à danser dans toutes les fêtes...

Cours débutant : aucun pré-requis nécessaire. Contenu progressif : rythme de base du rock n'roll 6 temps, découverte des deux rôles (leader-follower), premiers déplacements et tours, enchaînements de passes.

Cours inter : pour ceux qui connaissent le rythme 3-3-2, et quelques passes. Évolutions des déplacements de base, variations rythmiques et plus swinguées, approfondissement de la technique et du guidage.

CALENDRIER

Lundi	Débutants	20h45-21h45
Mercredi	2 ^e année	21h15-22h15

Cours hebdomadaires (hors vacances scolaires)



DANSES LATINES ET SWING SOLO

Envie d'aller danser sans partenaire ? Apprenez à danser solo !

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 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, pour enrichir sa danse en soirées rétro chic ou hip hop jazz !

Cours débutant : premiers déplacements et jeux rythmiques en relation avec la musique, approche du style propre à chaque danse, enchaînements. Aucun pré-requis nécessaire.

Cours inter : approfondissement de la technique et du style, enchaînements plus complexes et plus longs. Ce cours nécessite une expérience récente de la danse d'au moins un an, quelle que soit la discipline pratiquée.

→ Voir informations pratiques et tarifs page 18

ADULTES

Association
Vuelta!

CALENDRIER

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

Cours hebdomadaires (hors vacances scolaires)





© Pascal Gervill

TANGO ARGENTIN

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Jérémy Braitbart et Florencia Garcia
Florencia est Argentine, Jérémy est français, ils sont tous deux formés à Buenos Aires en Argentine auprès des plus grands maestros. Ils ont plus de 15 ans d'expérience dans l'enseignement du Tango Argentín.

INSCRIPTION

En ligne dès le mois de mai 2020 sur notre site

www.tangoetvous.com

Essai possible toute l'année

Inscription seul(e) ou en couple en fonction des places disponibles

Séances découvertes en septembre et octobre 2020

Contact : Jérémy Braitbart ou Florencia Garcia

Téléphone : 06 61 72 79 98 ou 06 63 23 35 70

Mail : tangoetvous@gmail.com

Web : www.tangoetvous.com

Lien vidéo : rubrique MÉDIAS : www.tangoetvous.com

Début des cours le 14 septembre

**À PARTIR
DE 16 ANS**

**TOUT
PUBLIC**

Association
Le Regard
Se Pose

TARIFS

420€/an/personne

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

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

Le 20 Juin 2021 un bal de Tango (une milonga) sera proposé à nos élèves. Ce sera l'occasion de faire découvrir à leurs proches ainsi qu'au public de l'Espace Sorano ce qu'ils auront exploré cette année. Une Démonstration de Florencia et Jérémy vous sera proposé au cours de la milonga.

Le cours débutant s'adresse aux personnes qui souhaitent commencer à danser le Tango Argentín. 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 ! Le Nombre de place est limité.

Le cours intermédiaire 1 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. Le Nombre de place est limité.

Le cours intermédiaire 2 s'adresse aux personnes qui ont au moins 2 ans de Tango, qui sortent en milonga ou qui en ont le projet, qui ont acquis les bases et ont une bonne connaissance du vocabulaire du Tango. Nous travaillerons sur des figures plus complexes pour pouvoir être à l'aise en toute circonstance en milonga. Le Nombre de place est limité.

CALENDRIER

Lundi		
Intermédiaires 2	19h 20h15	+ Pratique autonome dans le foyer 20h30-22h30 (sur calendrier)
Débutants	20h15 21h15	+ Pratique autonome dans le foyer 21h15-22h30 (sur calendrier)
Intermédiaires 1	21h15 22h30	+ Pratique autonome dans le foyer 20h30-21h15 (sur calendrier)

Cours hebdomadaires (hors vacances scolaires)



PAGE 21

BOUGER

Abdo-fessiers-fitness	22
Aïkido	23
Aïkido Rigenkaï	24
Assouplissement	25
Gymnastique Parent-bébé	26
Pilates	27

ABDO-FESSIERS - FITNESS

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Robert Sallafranque

INSCRIPTION

Dès juin 2020 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 7 septembre

Reprise la semaine du 14 septembre

TOUT
PUBLIC



TARIFS

	-16 ans	+16 ans
Vincennois	261€	336€
Non vincennois	314€	404€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

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

Le cours se déroule en 4 étapes :

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



AÏKIDO

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Odile Davienne, 18 ans de pratique, 3^e dan Institut d'Aïkido, 2^e dan Aïkikai, 2 ans d'études et de pratique au Japon, Mémoire de recherche sur l'histoire de l'Aïkido à l'ENS.

Les personnes non francophones sont les bienvenues, les cours peuvent être dispensés aussi en anglais et en japonais. English and Japanese speakers are welcome !

INSCRIPTION

Dès juin 2020

Contact : Odile Davienne

Téléphone : 06 52 54 42 44

Mail : diloudav@gmail.com

ENFANTS

ADOS
ADULTESAssociation
Kokoro

TARIFS

Enfants	295€
Étudiants et - 18 ans	350€
Adultes	370€

*L'assurance (licence Ufolep) est comprise dans le prix
+ Adhésion Espace Sorano obligatoire
Cours d'essai (gratuit) et inscriptions possibles toute l'année.*

CALENDRIER

Jeudi	
Aïkido enfants (5-11 ans)	17h30-18h30
Aïkido adultes et ados (12-70 ans)	18h30-20h

L'Aïkido est une pratique martial non-violente. Cela veut dire que l'on fait des techniques (clés de bras, globalement), sans faire du mal à son partenaire, mais au contraire, en lui faisant du bien ! Un cours d'aïkido, c'est se faire masser (par les autres et le sol, dans les roulades) et masser à son tour, en dynamique.

Ca tourne, ça bouge, ça attaque, ça réagit, ça contrôle, dans un jeu de rôle bienveillant. On renforce le corps et on lui permet de lâcher ses tensions, quel que soit son niveau (les tout débutants sont les bienvenus) et son aisance technique ou corporelle.

Pour cela les exercices d'échauffements, que constitue l'aïki-taïso (la gymnastique de l'aïkido, en japonais), sont essentiels à chaque début de cours. Puis on apprend à rouler dans toutes les directions sans se blesser. Puis on travail à deux ou trois, à mains nues ou avec des armes en bois (un bâton, le jo, et un sabre, le bokken).

L'aïkido permet aussi de s'initier aux traditions japonaises: respect des autres, de soi, du lieu... et apprentissage par la répétition. Les cours enfants répondent à la même logique, puisque tous les cours sont ludiques et qu'on cherche à découvrir et renforcer son corps qu'on soit petit ou grand, en aïkido.

J'enseigne ce que j'ai reçu et compris de Leman Sensei, auprès duquel j'apprends et pratique depuis l'âge de 14 ans.



AÏKIDO RIGENKAÏ

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 Rigenkaï Aikido. Il a donné des stages aux USA, en Espagne, en Grèce, aux Pays-Bas. Il est assisté pendant les cours par ses anciens élèves.

INSCRIPTION

Dès mai 2020

Contact : Philippe Nguyen Thanh Thiên

Téléphone : 09 54 58 25 39

Portable : 06 61 25 71 64

Mail : nguyenthanhthien@hotmail.fr

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

Les débutants sont les bienvenus.

Reprise de l'activité le 11 septembre

ENFANTS
ADOS
ADULTES

Association
La Ki School 1

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. »

TARIFS

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

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

En raison de la crise sanitaire du COVID-19, les anciens élèves auront une réduction du forfait annuel, calculée ultérieurement, une fois sortis de cette période d'incertitude. Merci de votre compréhension.

CALENDRIER

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

ASSOULPISSEMENT

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Robert Sallafranque

INSCRIPTION

Dès juin 2020 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 7 septembre

Reprise la semaine du 14 septembre

TOUT
PUBLIC



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.

TARIFS

	-16 ans	+16 ans
Vincennois	261€	336€
Non vincennois	314€	404€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

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



GYMNASTIQUE PARENT-BÉBÉ

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Véronique Verpillon, diplômée d'État BPJEPS, Brevet d'État et Certification formation Gym Câlina

INSCRIPTION

Dès juin 2020

Contact : 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.

Téléphone : 06 62 80 72 00

Mail : dominiquecloarec@noos.fr

Web : www.gymvpourtous.fr

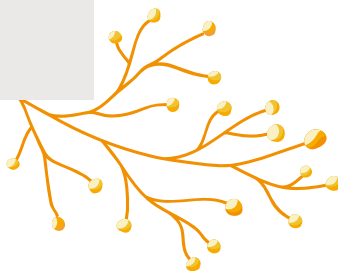
Reprise de l'activité le 7 septembre

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.

**ENFANTS DE
12 MOIS À 3 ANS
ACCOMPAGNÉS
DE LEUR PARENT**

Association
Gym V pour
tous



TARIFS

Vincennois	298 €
Non vincennois	308 €

CALENDRIER

Lundi	9h30-10h30 et 10h30-11h30
-------	---------------------------

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

Ces tarifs comprennent l'adhésion à l'association GYM V POUR

TOUS (Vincennois : 62 € / non-vincennois : 72€)



PILATES

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.

INSCRIPTION

Dès juin 2020

Contacts :

Christine Piéchota

Tél. : 06 85 97 83 12

Mail : christine.piechota@wanadoo.fr

Angélique de Putter

Tél. : 06 16 57 36 39

Mail : acp2p@wanadoo.fr

Reprise de l'activité le 7 septembre

ADULTES

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

Débutants 1	Lundi	12h30-13h30
Avancés		14h-15h
Entretien		15h10-16h10
Débutants 2/Intermédiaire	Mardi	12h30-13h30
Intermédiaires/ avancés		13h40-14h40

Angélique de Putter

Senior - doux	Vendredi	11h-12h
Niveaux 1-2		12h15-13h15

TARIFS

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

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire



PAGE 28

SE RELAXER

Qi Gong	29
Relaxation - Conscience corporelle	30
Stretching postural®	31
Taichichuan	32
Yoga adultes et Méditation	33
Yoga pour tous	34
Yoga parents-enfants/ados et Initiation méditation	35



QI GONG

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Marie Suy, intervenante indépendante
Marie-Catherine Delfolie

INSCRIPTION

Dès juin 2020

Contacts :

Marie Suy

Tél. : 06 62 60 57 75

Mail : mariesuy.qigong@gmail.com

Marie-Catherine Delfolie

Tél. : 06 09 56 58 60

Mail : marie-catherine.delfolie@orange.fr

Web : www.qigong-harmonie.com

ADOS
ADULTES
SENIORS

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 améliore les problèmes de digestion, d'insomnie, de stress et d'angoisses. Elle augmente également la résistance à l'effort physique, intellectuelle et aux pathologies.

CALENDRIER

Marie-Catherine Delfolie

Lundi	12h30-13h45
-------	-------------

Marie Suy

Lundi	19h-20h15
Mardi	12h30-13h45 Cours réservé aux élèves avancés
Jeudi	12h30-13h45

Stages à thèmes 3 samedis par mois
de 15h30 à 18h30

TARIFS

10 cours hebdomadaires	160€
Cours hebdomadaires illimités	600€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

RELAXATION CONSCIENCE CORPORELLE

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Claire Magnenat, relaxologue diplômée

INSCRIPTION

Dès juin 2020, 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 7 septembre

Reprise la semaine du 14 septembre

À PARTIR
DE 16 ANS

ADULTES



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 ».



TARIFS

	+16 ans
Vincennois	336€
Non vincennois	404€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

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



STRETCHING POSTURAL®

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Renata Kozyraki

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 lundi 7 septembre

ADULTES

Association
La clef du
dos

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.

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
Vendredi	18h15-19h15
	19h15-20h15

TAICHICHUAN

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Marianne Plouvier : DEJEPS, 7^e dan d'Arts Martiaux Chinois Internes, enseigne le taichichuan depuis 27 ans, juge de compétitions internationales, co-auteur avec Antoine Ly de « Nouvelle Lecture du Taijiquan », You-Feng, auteur de « Le Taichichuan » PUF « Que sais-je », « Nouvelle lecture du Taiji Sabre, Style Ancien de l'École Yang », et « Nouvelle lecture du Taiji Épée, Style Ancien de l'École Yang », You-Feng.

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

INSCRIPTION

Dès juin 2020, 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 7 septembre

Reprise la semaine du 14 septembre

ADOS
ADULTES
SENIORS



Le Taichichuan (ou taijiquan, boxe du faîte 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 de Yang Taiji classique transmis en Europe depuis 40 ans par Maître Antoine Ly, représentant de la 7^e génération de l'École Yang, comportent des enchaînements à main nue (83 séquences), avec armes (bâton court, sabre, épée, bâton long et éventail) et du travail avec partenaire (tuishou). Les arts de Taiji de l'École Yang se pratiquent 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	264€	324€
	+16 ans	339€	388€
Non vincennois	-16 ans	316€	389€
	+16 ans	407€	466€

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

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

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.

INSCRIPTION

Dès juin 2020

Contact : Olivier Hamelin

Portable : 06 63 14 84 48

Mail : yogaaupresent@gmail.com

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

Reprise de l'activité le 8 septembre

ADULTES
SENIORS

Association
Yoga au
présent

TARIFS

Yoga	291€
Méditation	220€

Association éligible aux chèques vacances et coupons sports

+ 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

YOGA

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).

MÉDITATION

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-17h	19/09 - 10/10 - 21/11 - 12/12 - 16/01 06/02 - 13/03 - 10/04 - 22/05 - 12/06

© Yoga S'élève

SE RELAXER


PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)
Virginie Olive

- Enseignante de Hatha-Yoga
- Diplômée de l'École Française de Yoga de Paris
- Membre de la Fédération nationale des enseignants de yoga (FNEY)
- Instructrice P.E.A.C.E® (Présence, Écoute, Attention, Concentration dans l'Enseignement)

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).

Contact: Virginie Olive

Téléphone: 07 81 30 63 67

Mail: virginie@le-souffle-du-vent.fr

Web: www.le-souffle-du-vent.fr

Suivi des actualités, infos, stages sur:

Facebook: LeSouffleDuVentYoga

Reprise des activités le 8 septembre

ENFANTS
ADOS
ADULTES

Association
Le Souffle
du Vent



association
pour l'éveil et le bien-être
dans le mouvement
et la nature

Souffle du Vent

TARIFS

Enfants Ados	À l'année	310€
		350€
Adultes	À l'année	16€ / séance
	Au trimestre	18€ / séance
	Carte 10 séances (valable 6 mois)	20€ / séance
	Cours à l'unité	22€ / séance

Tarif réduit pour un 2^e cours par semaine: 10 €
+ Adhésion à l'Association Le Souffle du vent + Adhésion à l'Espace Sorano. Voir conditions particulières sur le site du Souffle du vent. Cours d'essai: 10 € adultes, gratuit pour ados et enfants.


YOGA POUR TOUS

Respirer, se délier, se relier à l'Essentiel

LES COURS HEBDOMADAIRES
Yoga pour adultes

Une approche bienveillante qui apporte tonicité et souplesse, et qui ouvre à des qualités d'Être au-delà de la seule pratique sur le tapis. Une pédagogie à la fois respectueuse des sources indiennes et adaptée aux européens.

Yoga et pleine conscience pour enfants

« Apprends-moi à respirer, à être bien dans mon corps, à me concentrer et à accueillir mes émotions ! ». Un programme original, qui allie expressions corporelles et artistiques, philosophie, travail sur les émotions, construit et pensé pour les enfants du cycle élémentaire (CP à CM2).

Yoga et expressions corporelles pour adolescents

À la croisée du yoga, de l'expression corporelle, et des pratiques de pleine conscience. Un temps pour se sentir bien dans son corps, prendre confiance en soi et s'épanouir dans le mouvement.

CALENDRIER

Adultes (Tous niveaux)	Lundi Mardi	20h30-22h
Adolescents (Collège / Lycée)	Mardi	17H15-18H15 18H15-19H15
Enfants (Du CP au CM2)	Mercredi	14h30-15h30

Des stages « Voyage au pays des émotions » sont organisés pendant les vacances pour les 7-11 ans: yoga, expressions corporelles et artistiques, théâtre et clown. 15-17 février et 19-21 avril 2021.



LES ATELIERS MENSUELS

Yoga parents-enfants/ados

Partager un temps joyeux avec son enfant. Embarqués dans une histoire pleine d'humanité, parents et enfants se découvrent autrement, portés par le groupe et les aventures proposées par une enseignante qui ne manque pas d'inventivité... Un travail respectueux du corps, de la relation à l'autre, à partir du jeu, qui favorise l'alternance entre détente et mouvement, et stimule la coopération ainsi que l'élan créateur présent en chacun de nous... A partir de 4 ans.

CALENDRIER

1 Dimanche par mois*	
Parents - enfants/ados	15h45-16h45 et/ou 17h-18h

Ateliers mensuels ou bi-mensuels. Dates et inscriptions sur www.le-souffle-du-vent.fr

CALENDRIER

1 Dimanche par mois	
Méditation de pleine conscience (Enseignement et pratique)	18h30-19h30

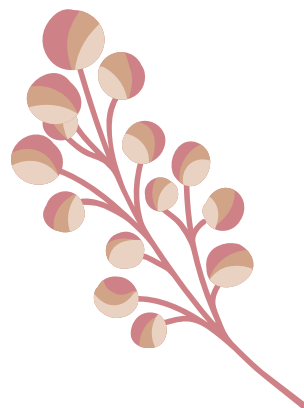
Dates et inscriptions sur www.le-souffle-du-vent.fr

INITIATION MÉDITATION

Initiation à la méditation de pleine conscience (Mindfulness)

Héritage d'un enseignement livré il y a plus de 2500 ans par le Bouddha, la méditation de pleine conscience en est la partie laïque qui s'est développée en Occident depuis les années 1970. Elle propose, par l'assise en silence ou par la méditation en marchant, de sentir ce qui se passe en soi-même (au niveau du corps, des pensées, sentiments, émotions...) pour progressivement se libérer de la confusion. Elle aide à vivre de façon plus consciente, plus présente, plus disponible, plus reliée... bref, de vivre plus heureux. Cycle de 10 séances accessible à tous à partir de 16 ans.

Des coussins de méditation et des chaises sont disponibles dans la salle.



PAGE 36

PEINDRE ET DESSINER

Aquarelle.....	37
Aquarelle entre amateurs confirmés	38
Arts créatifs.....	39
Arts plastiques (adultes).....	40
Arts plastiques (enfants et adolescents)	41
Atelier libre de dessins (d'après modèle vivant).....	42
Bande dessinée	43
Créations plastiques.....	44
Dessin pur.....	45
Dessin/Peinture par Atecrea	46
Laque contemporaine.....	47
Peinture à l'huile.....	48
Peinture d'icônes	49
Sorties dessin au musée.....	50



AQUARELLE

PEINDRE
ET DESSINER

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Alain Meyer

INSCRIPTION

Dès juin 2020, à l'accueil de l'Espace Sorano

Téléphone : 01 43 74 73 74

Mail : inscription@espacesorano.com

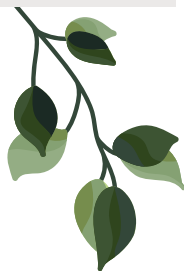
Fiche d'inscription téléchargeable sur le site

www.espacesorano.com

Portes ouvertes la semaine du 7 septembre

Reprise la semaine du 14 septembre

ADULTES



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.

TARIFS

	Vincennois +16 ans	Non vincennois +16 ans
Cours de 2h	388€	466€
Cours de 2h30	486€	582€
Cours de 3h	562€	674€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

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



AQUARELLE ENTRE AMATEURS CONFIRMÉS

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Pas de professeur

INSCRIPTION

Dès juin 2020

Mail : vincennes.aquarelle@free.fr

Web : <http://vincennes.aquarelle.free.fr>

**NIVEAU
CONFIRMÉ**

Association
Vincennes
Aquarelle

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.

TARIF

25€

Cotisation à Vincennes Aquarelle

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Judi

16h-21h



ARTS CRÉATIFS

PEINDRE
ET DESSINER

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Muriel Gille

INSCRIPTION

Dès juin 2020, 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 7 septembre

Reprise la semaine du 14 septembre

TOUT
PUBLIC



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.



CALENDRIER

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

TARIFS

	-16 ans	+16 ans
Vincennois	314€	379€
Non vincennois	376€	456€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire



ARTS PLASTIQUES (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.

INSCRIPTION

Dès juin 2020, 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 7 septembre

Reprise la semaine du 14 septembre

ADULTES



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.



TARIFS

	+16 ans
Vincennois	459€
Non vincennois	451€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Lundi	19h-21h30
Jeudi	



PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Muriel Gille

INSCRIPTION

Dès juin 20120, 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 7 septembre

Reprise la semaine du 14 septembre



ARTS PLASTIQUES (ENFANTS & ADOS)

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 Arts Créatifs (pour les ados)
page 39.**

CALENDRIER

Primaire	8-10 ans	Lundi	17h-18h30
	9-10 ans	Mardi	16h45-18h15
	8-10 ans	Mercredi	10h30-12h 15h-16h30
	6-8 ans	Jeudi	17h-18h30
Collège	11-14 ans	Lundi	18h30-20h
	12-14 ans Prépa École Bouille	Mardi	18h15-19h45
	11-13 ans	Mercredi	13h30-15h
	10-12 ans		16h30-18h
	13-15 ans		18h-19h30
	12-14 ans	Jeudi	18h30-20h
Lycéen (prépa écoles d'art)	15-18 ans	Mercredi	19h30-21h
		Jeudi	20h-21h30

TARIFS

	- et +16 ans
Vincennois	295€
Non vincennois	353€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire



ATELIER LIBRE DE DESSINS (D'APRÈS MODÈLE VIVANT)

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Sylvie Convain (présidente)
Philippe Convain (trésorier)
Françoise Guillot (secrétaire)

INSCRIPTION

Dès juin 2020

Contact : Françoise Guillot

Téléphone : 01 43 65 78 03

Inscription sur place tout au long de l'année

Reprise de l'activité le samedi 12 septembre

ADULTES

Association
Atelier libre
de dessins

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.

CALENDRIER

Samedi

14h30-17h30

Les séances sont maintenues pendant les vacances scolaires en fonction des dates d'ouverture de l'Espace Sorano.

TARIF

10€ / séance + cotisation à l'association (15€)

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire





BANDE DESSINÉE

PEINDRE
ET DESSINER

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Pierre-Laurent Daures et Teddy Bellino

INSCRIPTION

Dès juin 2020

Contact : Pierre-Laurent Daures

Téléphone : 06 72 78 78 43

Mail : pilau@pilau.fr

Web : <https://atelierbdavincennes.wordpress.com>

Reprise de l'activité le 23 septembre

ADOS
À PARTIR
DE 11 ANS

ADULTES

Entre
les cases



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).

CALENDRIER

À partir de 11 ans	Mercredi	17h30-19h
	Jeudi	18h-19h30
	Vendredi	17h30 à 19h
Adultes	Mercredi	19h-21h

TARIFS

1h30	340€
2h	420€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Muriel Gille - Véronique Solivellas

INSCRIPTION

Dès juin 2020, 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

TOUT
PUBLIC


CRÉATIONS PLASTIQUES

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.

TARIFS

	+16 ans
Vincennois	552€
Non vincennois	661€

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

CALENDRIER

Jeudi	14h-17h		
10 sept	Accueil des élèves-Présentation des ateliers		VS
17 sept	Gouache et pastel	Feuilles d'automne géantes	VS
24 sept			
1er oct	Sculpture	Moulage plâtre	MG
8 oct		Papier mâché, œuvre collective	
15 oct		Bas relief sur médium	
5 nov	Dessin	Portes et fenêtres	VS
12 nov		2 approches pour l'étude de main	
19 nov			
26 nov			
3 déc	Quilling	Forme de base	MG
10 déc		Tissage relief	
17 déc		Création de bijou	

7 jan	Pastels secs	Les chats de l'atelier de Léonor Fini	VS
14 jan			
21 jan			
28 jan			
4 févr	Origami	Pliage de base FLORE	MG
11 févr		Pliage de base FAUNE	
4 mars		Les 1 ^{res} créations	
11 mars	Peinture à l'huile	D'après Georgia O'Keeffe	VS
18 mars			
25 mars			
1 ^{er} avril			
8 avril	Pop up	Mécanismes de base	MG
15 avril		Images animées	
6 mai		Création personnelle	
20 mai	Acrylique	Mélanger l'abstrait et le figuratif	VS
27 mai			
3 juin			
10 juin			
17 juin	Arts de la table	Art floral	MG
24 juin		Légumes et fruits frais	
1 ^{er} juillet		Repas de fin d'année	



DESSIN PUR

PEINDRE
ET DESSINER

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.

INSCRIPTION

Dès juin 2020, 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 7 septembre

Reprise la semaine du 14 septembre

TOUT
PUBLIC



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.



TARIFS

	Vincennois +16 ans	Non vincennois +16 ans
Cours de 2h	379€	456€
Cours de 3h	552€	661€

CALENDRIER

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

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire



DESSIN/PEINTURE PAR ATECREA

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Flora, Romain et Julia

INSCRIPTION

Dès juin 2020 puis toute l'année en fonction des places disponibles

Contact : Flora Viguier

Téléphone : 07 68 75 55 30

Mail : contact@atecrea.fr

Web : www.atecrea.fr

Instagram : @atecrea.vincennes

Facebook : Atecrea les ateliers créatifs

Reprise de l'activité le 21 septembre

TOUS
NIVEAUX

ENFANTS
ADOS
ADULTES

Association
Atecrea
les Ateliers
Créatifs



Dessin peinture

Dessiner et peindre en s'appuyant sur des œuvres d'artistes, des illustrateurs, des thèmes et des techniques. Les débutants sont bienvenus et sont épaulés par le professeur pour réussir et se faire plaisir, dans une ambiance conviviale et chaleureuse, en petits groupes. Atecrea fournit un matériel de qualité adapté aux activités proposées.

Voir les autres activités de l'association Atecrea pages 58 et 59.

TARIFS

		Année
Enfants	1h	375€
Ados	1h30	540€
Adultes	2h	690€

Possibilité de payer en plusieurs fois - Tarif au trimestre sur demande
+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

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

CALENDRIER

ENFANTS (primaire)	Lundi	17h-18h
	Mardi	16h45-17h45
ADOS (collège-lycée)	Mardi	18h-19h30
ADULTES	Lundi	19h-21h



© DAF

PEINDRE
ET DESSINER

LAQUE CONTEMPORAINE

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Dominique Mairand

INSCRIPTION

Dès juin 2020

Contact : Dominique Mairand

Téléphone : 06 10 47 41 19

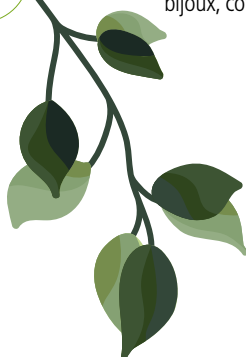
Mail : artsdom1@yahoo.fr

Reprise de l'activité le lundi 28 septembre

TOUS
NIVEAUX

ADULTES

Association
l'Instinct
créatif



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...

TARIF

610€

CALENDRIER

Lundi

14h-16h30

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire



PEINTURE À L'HUILE

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.

INSCRIPTION

Dès juin 2020, à l'accueil de l'Espace Sorano

Téléphone : 01 43 74 73 74

Mail : inscription@espacesorano.com

Fiche d'inscription téléchargeable sur le site

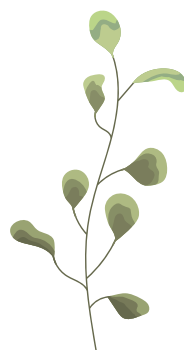
www.espacesorano.com

Portes ouvertes la semaine du 7 septembre

Reprise la semaine du 14 septembre



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.



TARIFS

	Vincennois +16 ans	Non vincennois +16 ans
Cours de 3h	552€	661€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Mardi	14h30-17h30
Mercredi	



© DR

PEINDRE
ET DESSINER

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Josiane Tcheurekdjean, professeur

INSCRIPTION

Dès juin 2020

Contact : Mireille Marson

Téléphone : 01 43 65 97 57

Mail : ateliericonesvincennes@gmail.com

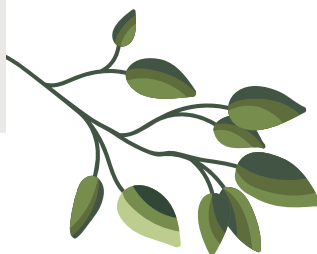
Reprise de l'activité le 23 septembre

ADULTES

Amicale des
peintres en
icônes de
Vincennes

PEINTURE D'ICÔNES

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.



TARIF

125€/ trimestre
+ la participation à la location de la salle
(environ 50€)

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Mercredi

18h-21h

Hors vacances scolaires


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.

INSCRIPTION

Dès juin 2020, 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


SORTIES DESSIN AU MUSÉE

Apprenez le dessin à 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).

TARIFS

	+16 ans
Vincennois	329€
Non vincennois	396€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER (programme indicatif)

Jeu	10h à 13h
1 ^{er} oct.	Musée Carnavalet
8 oct.	Musée Carnavalet
15 oct.	Petit Palais
5 nov.	Petit Palais
3 déc.	Musée Guimet
10 déc.	Musée Guimet
17 déc.	Musée Cernucci
4 févr.	Musée Nissim-de-Camondo

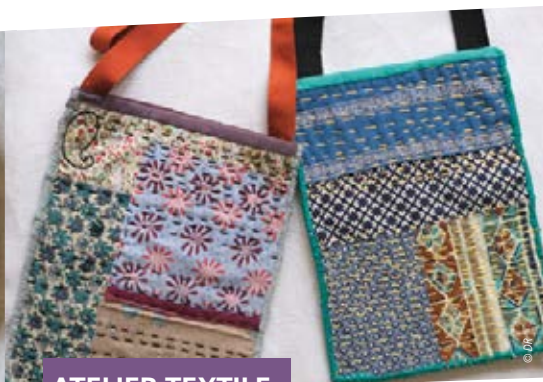
11 févr.	Musée de la chasse et de la nature
4 mars	Musée de la Légion d'Honneur
1 ^{er} avril	Musée Carnavalet
8 avril	Musée de la vie romantique
15 avril	Musée de l'Architecture
6 mai	Musée de l'Art Moderne
17 juin	Jardin des Archives Nationales (Marais)
24 juin	Parc Montsouris
1 ^{er} juillet	Port de l'Arsenal



PAGE 51

CRÉER DE SES MAINS

Atelier textile enfants	52
Coupe-couture	53
Dentelle aux fuseaux.....	54
Encadrement	55
Ikebana	56
Modelage et création terre.....	57
Atelier Création par Atecrea	58
Modelage par Atecrea	59
Patchwork.....	60
Récup'Créative	61
Réfection de sièges.....	62



ATELIER TEXTILE

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Estelle Delphin-Lobel intervenante indépendante

INSCRIPTION

Dès juin 2020

Contact : Estelle Delphin Lobel / Nod's

Téléphone : 06 47 52 37 11

Mail : nods.creation@gmail.com

Web : www.nodsinfance.com

Reprise de l'activité le mercredi 23 septembre

ENFANTS
ADOS

8-12 ANS

Au cours de l'année, les enfants découvriront différents savoirs textiles (tissage, appliqué, broderie, crochet...) grâce à la réalisation de créations simples mais toujours belles et amusantes ou utiles. Ces techniques permettent d'imaginer et créer des accessoires (broche, pendentifs grigris, pochette...), des objets décoratifs (panneau mural tissé, petits tableaux, cercles brodés...). Des motifs et modèles sont proposés, mais à mesure que les enfants apprennent en faisant, ils s'approprient les différentes techniques, deviennent plus autonomes et imaginent leurs propres créations.

L'objectif de cet atelier est également d'éveiller la curiosité à l'égard des différentes matières textiles (fibres, fils, tissus... dont certains ont eu une première vie), de jouer avec les accords de couleurs, de motifs ou de textures. (Remarque : 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).

TARIFS

Enfants	Vincennois	Non vincennois
Annuels	320€	350€
Trimestriels	128€	142€

+ 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
	15h30-17h

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



© DR

COUPE COUTURE

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Andrée Brichet

INSCRIPTION

Dès juin 2020, 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 7 septembre

Reprise la semaine du 14 septembre

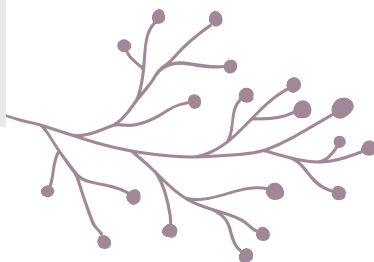
TOUT
PUBLIC

TOUS
NIVEAUX



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



CALENDRIER

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

TARIFS

Cours de 2h30	-16 ans	+16 ans
Vincennois	376€	455€
Non vincennois	452€	547€

Cours de 2h ou cours 1 samedi sur 2 (4h)	-16 ans	+16 ans
Vincennois	302€	365€
Non vincennois	362€	437€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire



DENTELLE AUX FUSEAUX

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Pas de professeur

INSCRIPTION

Dès juin 2020

Contact : croisetourne@gmail.com

Reprise de l'activité le 5 ou le 12 septembre

**À PARTIR
DE 16 ANS**

Association
Croise, tourne

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.



TARIF

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

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Samedi

14h-17h



ENCADREMENT

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Marie-Françoise Sagols

INSCRIPTION

Dès juin 2020, 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 7 septembre

Reprise la semaine du 14 septembre

À PARTIR
DE 16 ANS

TOUS
NIVEAUX



PRÉSENTATION

La technicité de ces cours vous permettra d'acquérir 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.

CRÉER DE
SES MAINS

TARIFS

	Vincennois	Non vincennois
Cours de 3h	530€	636€
Ateliers (1 semaine sur 2)	329€	396€

CALENDRIER

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

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire



IKEBANA ART FLORAL JAPONAIS

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Nicole Dineur, grand maître diplômé de l'école Sogetsu de Tokyo. Arlette Jaganathen, maître diplômée de l'école Sogetsu de Tokyo.

INSCRIPTION

Dès juin 2020

Téléphone : 06 85 76 27 98

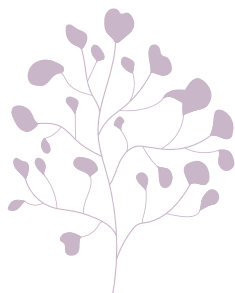
Mail : association.la.voix.des.fleurs@gmail.com

Web : www.lavoixdesfleurs.fr

TOUS
NIVEAUX

ADULTES

Association
La Voix Des
Fleurs



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 25€, permet de bénéficier de tarifs préférentiels pour les événements organisés par la Société Nationale d'Horticulture de France.

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

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.

CALENDRIER

3 formules		
15 cours /an 1 sem.sur 2 hors vac. scol.	Mercredi	10h-12h
		13h45-15h45
4 stages	Mercredi	10h-17h
9 cours	Samedi	10h-12h
		13h-15h (occasionnel)



© DR

MODELAGE & CRÉATION TERRE

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Anne-Marie Casenaz, intervenante indépendante. Sculpteure céramiste, formée à l'Institut de la Céramique Française à Sèvres (ICF), enseigne depuis 2005 dans différentes associations artistiques auprès d'enfants, adultes amateurs et professionnels. Membre des Ateliers d'Art de France.

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Dès juin 2020

Contact : Anne-Marie Casenaz

Téléphone : 06 68 09 97 88

Mail : anne-marie.casenaz@laposte.net

Fiche d'inscription téléchargeable sur le site

www.espacesorano.com

Reprise de l'activité le 28 septembre

TOUS
NIVEAUX

ADULTES



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.

CRÉER DE
SES MAINS

TARIFS

Vincennois	3x 300€
Non vincennois	3x 340€

CALENDRIER

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

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

Le tarif comprend les matières premières, le matériel et les cuissons.



ATELIER CRÉATION PAR ATECRÉA

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Romain, Julia et Flora

INSCRIPTION

Dès juin 2020 puis toute l'année en fonction des places disponibles

Contact : Flora Viguier

Téléphone : 07 68 75 55 30

Mail : contact@atecrea.fr

Web : www.atecrea.fr

Instagram : @atecrea.vincennes

Facebook : Atecrea les ateliers créatifs

Reprise de l'activité le 21 septembre

TOUS
NIVEAUXENFANTS
ADOSAssociation
Atecrea, Les
Ateliers Créatifs

Cet atelier permet de créer en dessin/ peinture et en modelage. En s'inspirant d'artistes, de thèmes ou en s'appuyant sur une technique, les enfants et les ados développent leur sensibilité artistique et leur imagination. Les œuvres en argile des enfants et des ados sont cuites et émaillées par nos soins.

Atecrea fournit un matériel de qualité adapté aux activités proposées.

Voir les autres activités de l'association Atecrea pages 46 et 59.

TARIFS

		Année
Enfants / Ados	1h	375€

Possibilité de payer en plusieurs fois - Tarif au trimestre sur demande

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

Stages enfants et ados proposés pendant les vacances scolaires.

Dates et inscriptions sur www.atecrea.fr

CALENDRIER

Enfants Ados	Primaire		13h30-14h30
		Mercredi	14h45-15h45
	11 ans et +		16H-17h



© Flora Viguiier

MODELAGE / CÉRAMIQUE PAR ATECREA

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Romain, Julia et Flora

INSCRIPTION

Dès juin 2020 puis toute l'année en fonction des places disponibles

Contact : Flora Viguiier

Téléphone : 07 68 75 55 30

Mail : contact@atecrea.fr

Web : www.atecrea.fr

Instagram : @atecrea.vincennes

Facebook : Atecrea les ateliers créatifs

Reprise de l'activité le 21 septembre

TOUS
NIVEAUX

ENFANTS
ADULTES

Association
Atecrea, Les
Ateliers Créatifs



TARIFS

		Année
Enfants	1h	375€
	2h	690€
Adultes	2h30	795€

Possibilité de payer en plusieurs fois - Tarif au trimestre sur demande
+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

Stages enfants et ados proposés pendant les vacances scolaires.

Dates et inscriptions sur www.atecrea.fr

L'atelier vous accompagne dans la réalisation d'objets ou de sculptures avec différentes techniques propres à la céramique et au modelage.

Nous utilisons des terres variées de faïence, de grès, et en décoration les engobes, les émaux et les patines. Nous accueillons les élèves débutants et avancés dans une ambiance conviviale et chaleureuse, toujours en petits groupes.

Atecrea fournit un matériel de qualité adapté aux activités proposées.

Voir les autres activités de l'association Atecrea pages 46 et 58.

CALENDRIER

Enfants	Maternelle	Samedi	10h-11h
	Primaire		11h15-12h15
Adultes		Mercredi	19h-21h
		Samedi	15h30-18h

CRÉER DE
SES MAINS



PATCHWORK

CRÉER DE
SES MAINS

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Information non communiquée

INSCRIPTION

Dès juin 2020

Contact: Danièle Astruc

Adresse: 6 rue Lissy - 77150 Lesigny

Téléphone: 01 60 02 21 33

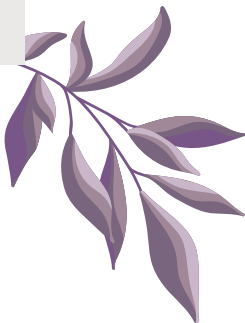
Mail: vincennespatchwork@gmail.com

TOUT
PUBLIC

Association
Vincennes
Patchwork

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.



TARIF

10€ / séance
+ 55€ cotisation à l'association
« Vincennes Patchwork »

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Jeudi

13h30-16h30



© Stéphanie Boulay

ATELIER RÉCUP' CRÉATIVE

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Stéphanie Boulay, intervenante extérieure

INSCRIPTION

Dès juin 2020 par téléphone ou mail

Contact: Stéphanie Boulay

Téléphone: 06 83 32 92 30

Mail: ateliers.lucimari@gmail.com

Web: www.lucimari.fr

Début de l'activité le 9 septembre 2020

NOUVEAU

ENFANTS
6-10 ANS

LUCIMARI

CRÉER DE
SES MAINS

Je propose de sensibiliser vos enfants au recyclage à travers des activités manuelles mais surtout de faire découvrir le plaisir de fabriquer et manipuler avec ses doigts. Imaginer, créer et fabriquer des pièces uniques à partir de matériaux récupérés dans la nature, dans nos rebuts. Je récupère et nous transformons ensemble en s'inspirant d'artistes ou de thèmes.

Redonner une seconde vie à des matériaux en les transformant en œuvres artistiques. Ils découvrent différentes techniques et apprennent à upcycler ces matériaux. Ces ateliers leur permettent de développer leurs sens et leur créativité mais aussi de passer un moment agréable, de gagner de l'autonomie et de prendre confiance en eux. Le matériel nécessaire à l'activité sera fourni.

TARIF

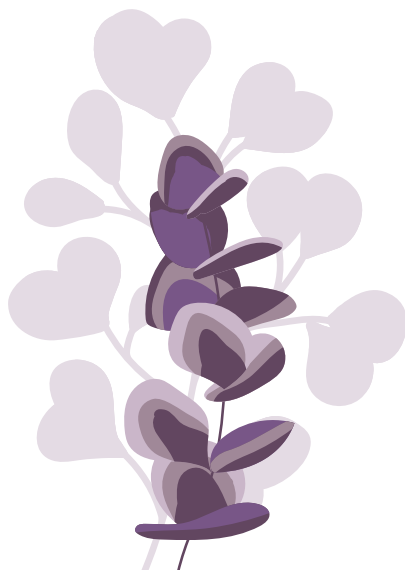
330€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Mercredi	10h-11h30
Jeudi	17h-18h30

Stages pendant certaines vacances scolaires



**PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)**

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

INSCRIPTION

Inscription dès juin 2020, 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

Reprise de l'activité le 10 septembre

TOUS
NIVEAUX

ADULTES

**RÉFECTION DE SIÈGES**

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.

TARIFS

	Vincennois	Non vincennois
Hebdomadaire	871€	1047€
1 semaine sur 2	437€	523€
Stage week-end (9 week-ends)	672€	807€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Hebdomadaire		Ateliers 1 semaine sur 2			
	Jeu	Jeu	Ven	Sam	Samedi + dimanche
	9h30-12h30	13h30-16h30	19h-22h	9h-12h	13h30-18h
Septembre		10 - 24	11 - 25	12 - 26	
Octobre		8	9	10	10 - 11
Novembre		5 - 19	6 - 20	7 - 21	7 - 8
Décembre	Toutes les semaines du	3 - 17	4 - 18	5 - 19	5 - 6
Janvier	10 septembre au 1 ^{er} juillet	7 - 21	8 - 22	9 - 23	9 - 10; 30 - 31
Février	(hors vacances scolaires)	4	5	6	-
Mars		4 - 18	5 - 19	6 - 20	20 - 21
Avril		1 - 15	2 - 16	3 - 17	10 - 11
Mai		6 - 27	7 - 28	15 - 29	15 - 16
Juin		10	11	12	12 - 13

A stylized illustration of a plant with long, slender leaves and small, round fruits, rendered in shades of green and yellow against a teal background.

PAGE 63

VIVRE EN MUSIQUE

Atelier chant.....	64
Chœur chanter	65
Cours d'initiation et d'éducation musicale.....	66
Écoute musicale.....	67
Ensemble Choral de Vincennes.....	68
Guitare d'accompagnement.....	69
Éveil musical sensoriel Parent-Bébé.....	70
Initiation musicale sensorielle.....	71

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Véronique Perrault : chanteuse et choriste, Véronique Perrault multiplie très tôt les expériences sur de nombreuses scènes au théâtre, dans l'événementiel, les émissions de télé, pour les productions scéniques et enregistrements d'albums aux côtés de nombreux artistes... 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. Auteur compositeur et interprète de la création musicale « Miss Parrot ».

INSCRIPTION

Dès juin 2020

Contact : Véronique Perrault

Téléphone : 06 08 99 04 22

Mail : letrenchanteur@laposte.net

Web : www.veroperrault.com

Web : www.letrenchanteur.com

ADULTES

Association
L'Être en
chanteur

ATELIER CHANT

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.

CALENDRIER
Le labo - Vendredi 19h30-22h30
1^{er} trimestre

	Groupe 1	Groupe 2
Cercle de chant impro	18 septembre	
Chant Interprétation	25 sept.	2 oct.
	9 oct.	16 oct.
Cercle de chant impro ou polyphonies	23 octobre	
	6 nov.	13 nov.
Chant Interprétation	20 nov.	27 nov.
Technique vocale / Impro / Cercle chant	4 décembre	
Chant collectifs polyphoniques	11 déc.	18 déc.

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)

26 septembre - 17 octobre - 21 novembre - 19 décembre
- 23 janvier - 13 février - 20 mars - 17 avril - 19 juin



© Valérie Thérèse Bédar

CHŒUR CHANTER

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Isabelle Boulais (chef de chœur)
Bohumir Vachal (pianiste)
Anne-Claire Laurent (chef de chœur adjoint)

INSCRIPTION

Dès Juin 2020 et durant la Journée des Associations de Vincennes. Première répétition gratuite. Évaluation sur audition individuelle.

Contact : Isabelle Boulais

Téléphone : 06 10 01 67 66

Mail : choeurchanter@gmail.com

Web : www.choeurchanter.fr

Reprise des ateliers adultes le 8 septembre

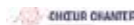
Reprise des ateliers enfants/ados le 15 septembre

ENFANTS
6-12 ANS

ADOS
12-18 ANS

ADULTES

Association
Chœur
Chanter



Chorale fondée en 1991, qui a pour but d'amener 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 mixte (une dizaine d'hommes et de femmes du Grand Chœur)

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

Pour les ados un concert participatif tous les trois mois au café Bérault à Vincennes.

VIVRE EN
MUSIQUE



TARIFS

120€ pour tous

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

6 à 12 ans	Mercredi	18h30-19h15
12 à 25 ans		19h15-20h15
Adultes		20h30-22h30



COURS D'INITIATION ET D'ÉDUCATION MUSICALE

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Jacques Fatus et intervenants extérieurs

INSCRIPTION

Dès avril 2020

Contact : Jacques Fatus

Téléphone : 06 84 78 37 63

Inscriptions, administration

Contact : Pascale Alias

Téléphone : 06 42 19 21 10

Mail : asso.musike@gmail.com

Web : www.assomusike.wordpress.com

Reprise de l'activité fin septembre

ENFANTS
3 - 7 ANS

Association
Musiké



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.

TARIF

420€ + cotisation 32€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

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

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

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Emmanuel Calef, chef d'orchestre

INSCRIPTION

Dès juin 2020

Contact : Emmanuel Calef

Téléphone : 06 81 89 37 80

Mail : akroatesmusike@gmail.com

Reprise de l'activité le 8 ou le 15 septembre
(sujet à modification)

ADULTES

Association
Akroates
Musike

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.

VIVRE EN
MUSIQUE



TARIF

330€/année (payable en une ou plusieurs fois à la convenance de l'auditeur).
1^{er} cours d'essai gratuit.

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

De septembre 2020 à juin 2021, tous les 15 jours	
Mardi	14h-15h30
	20h-21h30



ENSEMBLE CHORAL DE VINCENNES

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Nicole Ganne et Fabrice Ruhlmann

INSCRIPTION

Dès juin 2020

Contact : Nicole Ganne

Téléphone : 06 86 53 17 82

Mail : courrier@ecv94.org

Web : www.ecv94.org

Reprise de l'activité le jeudi 10 septembre

L'ensemble Choral de Vincennes regroupe 35 à 40 chanteurs amateurs travaillant un répertoire de musique classique du XV^e au XXI^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.

ADULTES

Association
Ensemble Choral
Vincennes



TARIF

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

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

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



© Jstock

GUITARE D'ACCOMPAGNEMENT

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Quentin Gouraud

INSCRIPTION

Dès juin 2020

Inscriptions par mail et par téléphone toute l'année.

Rencontres et inscriptions sur place le lundi 7 septembre de 16h à 21h. Organisation et répartition des groupes dans la semaine du 7 au 13 septembre

Contact: Quentin Gouraud

Téléphone: 06 73 97 15 60

Mail: peakassocontact@gmail.com

Début des cours le 14 septembre

TOUT
PUBLIC

ENFANTS
À PARTIR
DE 6 ANS

Association
Peak

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 1/2 heure en fonction du niveau ou de l'âge

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.

VIVRE EN
MUSIQUE



ÉVEIL MUSICAL SENSORIEL PARENT-BÉBÉ

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Élisabeth Esclattier, formée aux pédagogies actives de l'enseignement de l'initiation musicale : pédagogie Kodály (France, Angleterre et Hongrie) et Jaëll-Montessori.

INSCRIPTION

Dès mai 2020

Tous renseignements sur le site www.123framboises.fr

Contact : Élisabeth Esclattier

Téléphone : 06 67 96 36 35

Mail : elisabeth@123framboises.fr

Web : www.123framboises.fr

Reprise des activités le **vendredi 18 septembre**

PARENT
BÉBÉ
0-3 ANS

Association
123framboises!



TARIF

Forfaits trimestriels à partir de 150€

Détails des tarifs sur www.123framboises.fr

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Mercredi	9h30-10h15
	10h30-11h15
Vendredi	9h30-10h15
	10h30-11h15
Samedi (Sous réserve, inscriptions à partir de septembre)	9h05-9h50
	11h30-12h15

Calendrier susceptible de modification en fonction des demandes. À vérifier sur le site internet www.123framboises.fr

Atelier bienveillant en duo. Un rendez vous hebdomadaire de complicité autour de la musique !

La période de 0 à 3 ans est le tout début du développement de la sensibilité musicale chez l'enfant. À ce stade, les acquisitions se font par imprégnation, comme la langue maternelle. Sur les genoux, dans les bras ou en donnant la main à son parent, l'enfant découvre les berceuses, comptines et rondes puis vient le moment où les connaissant par cœur, il se met à les chanter inlassablement et à les danser pour son plus grand plaisir.

Par l'exploration d'instruments de musique de qualité adaptés à son âge et grâce à un répertoire soigneusement sélectionné l'enfant appréhende une variété de mélodies, de tempi, rythmes et timbres et commence le développement de son sens du rythme et de son oreille musicale.

Participation active de l'accompagnant (parent, grand-parent, assistante maternelle...) fortement souhaité !

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



INITIATION MUSICALE SENSORIELLE RYTHMES ET CHANSONS

Envie d'une approche musicale « différente » pour votre enfant ?

Basée sur le chant et le mouvement, notre pédagogie inspirée des pédagogies actives Kodály et Jaëll Montessori, permet de développer des compétences de musicien en petits effectifs dans un environnement bienveillant, ludique et joyeux. Les principaux axes de la pédagogie sont :

- 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 au geste instrumental grâce à l'utilisation d'instruments de musique de qualité adaptés à l'âge des enfants.

Toutes les notions musicales sont appréhendées par la pratique de façon inconsciente avant un passage plus conscient à la lecture et à l'écriture de la musique.

Initiation Musicale Sensorielle des enfants de 3 ans 1/2 à 6 ans (par classe d'âge)

Au travers des chansons, comptines, jeux rythmiques, exploration d'instruments de musique, de mouvements et d'histoires, l'enfant vit la musique et développe ses compétences de musicien. 6 à 7 enfants par groupe.

Rythmes et chansons : atelier de musique pour enfants de 6 à 8 ans

Exploration de la voix, jeux et chants en mouvement, pratique rythmique avec son corps pour développer la musicalité de chacun, la créativité et le plaisir de chanter ensemble ! 8 enfants par groupe.

→ Voir informations pratiques page 70

ENFANTS
3^{ans} - 6^{ans}

6-8 ANS

Association
123framboises!



TARIF

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

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Initiation musicale sensorielle	3 ^{1/2} - 4 ^{1/2} ans	Jeudi	16h25-17h10 17h15-18h
	4 - 5 ans	Mardi	16h25-17h10 17h15-18h
	5 - 6 ans	Vendredi	16h25-17h15 17h20-18h10

Rythmes et chansons	6 - 8 ans	Lundi	16h25-17h20
			17h25-18h20

Calendrier susceptible de modification en fonction des demandes. À vérifier sur le site internet www.123framboises.fr



PAGE 72

ÉCRIRE OU SE METTRE EN SCÈNE

Écriture créative enfants et ados.....	73
Ateliers d'écriture.....	74
Ateliers théâtre adultes.....	76
Ateliers théâtre enfants adolescents	77
Atelier d'improvisation théâtrale.....	78



ÉCRITURE CRÉATIVE ENFANTS ET ADOS

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Frédérique Keddari-Devisme

INSCRIPTION

Dès juin 2020

Contact : Frédérique Keddari-Devisme

Téléphone : 06 73 18 35 07

Mail : nuage.citron@gmail.com

Web : <http://nuagecitron.fr>

Facebook : nuage.citron

Reprise de l'activité le mercredi 23 septembre

À PARTIR
DE 8 ANS

ENFANTS
ADOS

Association
Nuage Citron

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.

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



ÉCRIRE/
SCÈNE



© DR

ATELIERS THÉÂTRE ADULTES

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Sébastien Frey et Benjamin Dussud

INSCRIPTION

Dès le 15 juin 2020

Contact : 06 99 63 97 06

Mail : inscriptiontheatreimprevu@gmail.com

Web : www.leteatredelimprevu.fr

Une rencontre est prévue le lundi 7 septembre à 20h30
à l'Espace Sorano

Les ateliers reprennent la semaine du 14 septembre

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.

ÉCRIRE/
SCÈNE

ADULTES

Théâtre
de
l'Imprévu



TARIFS

Adultes	Ancien	Nouveau
Atelier théâtre	580€	600€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

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



ATELIERS THÉÂTRE ENFANTS ET ADOLESCENTS

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Enfants : Guillemette Barioz, Laetitia Leloutre,
Charlotte Noiry et Céline Toutain
Ados : Benjamin Dussud

INSCRIPTION

Dès le 15 juin 2020 par mail

Contact : 06 99 63 97 06

Mail : inscriptiontheatreimprevu@gmail.com

Web : www.letheatredelimprevu.fr

Les ateliers reprennent la semaine du 7 septembre

ENFANTS
À PARTIR
DE 4 ANS

ADOS

Théâtre
de
l'imprévu

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

ÉCRIRE/
SCÈNE

ATELIERS ADOLESCENTS

La première partie de l'année, les participants expérimentent 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
-----------	----------	---------

TARIFS

Enfants	Ancien	Nouveau
1h	360€	380€
1h30	410€	430€
Ados	Ancien	Nouveau
2h	450€	470€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire



© DR

ATELIER D'IMPROVISATION THÉÂTRALE

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Gérard Gallego et Chloé Vannet

INSCRIPTION

Dès juin 2020

Contact: Gérard Gallego

Téléphone: 06 62 73 29 23

Mail: theatre.instantpresent@gmail.com

Web: www.theatreinstantpresent.org

Web: www.gerardgallego.org

Reprise de l'activité le 22 septembre

ADULTES

Théâtre
Instant
présent

ÉCRIRE/
SCÈNE

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.

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

TARIFS

	+16 ans
Vincennois	516€
Non vincennois	528€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

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

PAGE 79

MAÎTRISER LES LANGUES ÉTRANGÈRES

Anglais	80
Anglais enfants	81
Ateliers créatifs en russe	82
Espagnol	83
Italien	84





ANGLAIS

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Michaël Midoun

INSCRIPTION

Dès juin 2020, 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 7 septembre

Reprise la semaine du 14 septembre

ADULTES



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.



TARIFS

	-16 ans	+16 ans
Vincennois	264€	340€
Non vincennois	317€	408€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

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



© Xavier Sauvage

ANGLAIS ENFANTS

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

Dès juin 2020

Contact : Suzanne Smith

Téléphone : 01 43 74 10 67

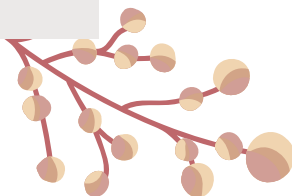
Mail : swazsmith94@gmail.com

Reprise de l'activité le 26 septembre

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.

ENFANTS
4-8 ANS



LANGUES

TARIF

330€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Mercredi	Samedi
10h-11h	10h-11h
11h-12h	11h-12h
14h-15h	12h-13h
15h-16h	14h30-15h30
16h30-17h30	15h30-16h30
17h30-18h30	17h-18h

Groupes constitués en fonction des âges et des niveaux.



ATELIERS CRÉATIFS EN RUSSE

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Non communiqué

INSCRIPTION

Dès 2020

En mode bilingue

Téléphone : 06 84 55 05 90

Mail : russe.vincennes@gmail.com

Web : www.enmodebilingue.com

Facebook : groups/122549824960615/?ref=bookmarks

ENFANTS
0-3 ANS

ENFANTS
3-11 ANS

ADULTES

Association
En mode
bilingue

LANGUES

Le russe pour les enfants et les adultes bilingues et non-russophones

Pour les élèves bilingues : ateliers d'arts traditionnels russes, 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. Рисунок, 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.

TARIF

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

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Mardi	18h30-20h30
Mercredi	9h-12h
Jeudi	19h40-21h40
Samedi	9h30-13h30

Emploi de temps détaillé sur notre site



ESPAGNOL

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Eduardo Silva

INSCRIPTION

Dès juin 2020, à l'accueil de l'Espace Sorano

Téléphone : 01 43 74 73 74

Mail : inscription@espacesorano.com

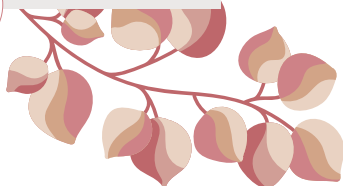
Fiche d'inscription téléchargeable sur le site

www.espacesorano.com

Portes ouvertes la semaine du 7 septembre

Reprise la semaine du 14 septembre

ADULTES



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.

TARIFS

	-16 ans	+16 ans
Vincennois	264€	340€
Non vincennois	317€	408€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

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



ITALIEN

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Susanna Agati Porré - Roberto Zumbo de Sanctis

PÉRIODE ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Dès juin 2020, 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 7 septembre

Reprise la semaine du 14 septembre

TOUT
PUBLIC



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.

TARIFS

	-16 ans	+16 ans
Vincennois	264€	340€
Non vincennois	317€	408€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

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





PAGE 88

DÉVELOPPER SES SAVOIRS

Histoire de l'Art.....	86
Informatique.....	87
Œnologie.....	88



HISTOIRE DE L'ART

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

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

INSCRIPTION

Dès juin 2020

Contact : Florence Quainon

Téléphone : 06 81 13 50 53

Mail : quainon.florence@neuf.fr

Web : conferencesquainon.jimdo.com

Premier cours : **lundi 21 septembre**

Programme détaillé sur le site internet de l'Espace Sorano

ADULTES

TOUS NIVEAUX

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 14 septembre à 14h30 et 20h30.

TARIFS

16 cours + 6 visites	252€
16 cours	190€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Lundi	14h30-16h
	20h30-22h

Cours ou visite à l'unité 13€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire à partir de 10.



© animamaje-5660000 - iStockphoto

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

35 animateurs bénévoles

INSCRIPTION

Dès juin 2020

Contact : Club Micronet

Téléphone : 01 41 93 92 73

Mail : clubmicronet@gmail.com

Web : www.clubmicronet.net

Reprise des activités le lundi 28 septembre

(sujet à modification)

**TOUT
PUBLIC**

**À PARTIR
DE 8 ANS**

Association
Club
Micronet

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 2021

+ 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	15h-18h
	Enfants : 8-12 ans 14h-15h30

Détail des ateliers sur le site de l'association Micronet

Nombre de places limité pour certaines activités

INFORMATIQUE

De 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... Certains ateliers sont regroupés sur 5 matinées consécutives (perfectionnement Windows, Excel...).
- 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.

**DÉVELOPPER
SES SAVOIRS**



© J. Brock

CÉNOLOGIE

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Odile Pontillo, Sylvie Casanovas,
Guillaume Evellin

INSCRIPTION

Inscription du 1^{er} au 30 juin 2020.

Contact : Christophe Tixier

Portable : 06 03 29 84 75

Mail : vincennes.cenologie@gmail.com

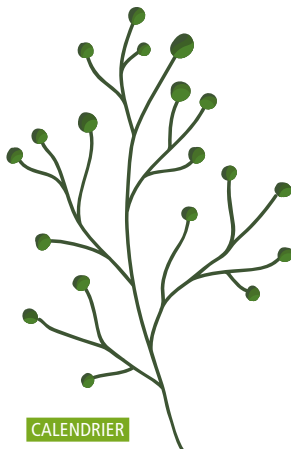
Reprise de l'activité fin septembre

ADULTES

Association
des œnophiles
de Vincennes
(AOV)



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.



CALENDRIER

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

TARIF

135€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire



PAGE 89

DÉCOUVRIR LES SCIENCES EN S'AMUSANT

Ateliers créatifs et techniques avec des briques LEGO®	90
Ateliers scientifiques	91



ATELIERS CRÉATIFS ET TECHNIQUES AVEC DES BRIQUES LEGO®

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Antoine Géhin, Silverbot

INSCRIPTION

Dès juin 2020

Contact : Antoine Géhin

Téléphone : 07 68 88 84 86

Mail : antoine@silverbot.fr

Web : www.silverbot.fr

Facebook : silverbot.fr/

Reprise de l'activité le 10 septembre

**ENFANTS
6-12 ANS**

SilverBot

Ateliers de découverte scientifique par les LEGO® où les jeunes 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.

TARIF

320€

CALENDRIER

Jeudi

17h45 - 18h45

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

ATELIERS SCIENTIFIQUES

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Différents formateurs diplômés en sciences
(master 2 ou doctorat)

INSCRIPTION

Dès juin 2020

Téléphone : 06 15 09 93 99

Mail : contact@monecoledessciences.fr

Web : www.monecoledessciences.fr

ENFANTS
9-11 ANS

Association
Mon école
des sciences



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 au mois d'octobre**, à travers une animation ouverte à tous.

TARIF

160€

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

CM1 - CM2	Samedi	9h30-10h30
CM2 - 6 ^e		11h-12h



PAGE 92

JOUER ET COLLECTIONNER

Bridge.....	93
Échecs	94
Philatélie	95
Rami	96

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Enseignants et arbitres diplômés :
Jean-Luc Mestas, Christian Lagadou

INSCRIPTION

Dès septembre 2020

Contact 1 : Jean-Luc Mestas

Téléphone : 06 78 82 77 56

Contact 2 : Christian Lagadou

Téléphone : 06 67 93 13 76

Secrétaire : Marie-Aude Forgue-Le Moullac

Téléphone : 06 47 51 11 34

Mail : treflevincennes@gmail.com

Web : www.ffbridge.asso.fr

Comité de la Vallée de la Marne :

Web : www.bridgevalleedelamarne.fr

Reprise des tournois le mardi 1^{er} septembre

TOUT
PUBLIC

Association
Le + vincennes
Bridge club

Club affilié à la Fédération
Française de Bridge (FFB)

TARIFS

Adhésion au club : 10,50€

Licence FFB : 47,50€ (offerte la première année)

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

	Matin	Soir
Cours d'initiation et de perfectionnement Lundi/mardi et jeudi	10h-12h	19h30-21h30

Le planning détaillé des cours est arrêté en septembre pour débiter généralement début octobre : prendre contact sur place, par mail ou par téléphone, ou encore pendant la journée des associations.

BRIDGE

Le bridge, véritable sport de l'esprit, permet de développer vos capacités intellectuelles et mentales. Dans un contexte ludique, le bridge sollicite vos aptitudes telles que la prise de décisions, le décodage de messages, l'élaboration de stratégies, la communication, la gestion du stress.

L'école de bridge : l'école suit un programme pédagogique national défini par la Fédération Française de Bridge (FFB). Les enseignants, diplômés par la FFB, suivent avec attention la progression des élèves.

- **Cours d'initiation :** niveau 1 pour débutants ou joueurs souhaitant redémarrer sur de bonnes bases.
- **Cours de perfectionnement :** enchères et jeu de la carte, pour les personnes ayant les bases du jeu et souhaitant améliorer leur niveau de jeu (tournoi/compétition).

Les tournois : les tournois sont homologués par la FFB et sont organisés par des arbitres diplômés.

Trophée du voyage	Premier lundi du mois	14h-17h30
Ronde de France	lundi (hors Trophée)	14h-17h30
Tournois de régularité	Mardi et jeudi	14h-17h30
Tournois courts	Jeudi soir	20h-22h
Parties libres	Vendredi	À partir de 14h
Simultané des Élèves	Une fois par mois	14h-16h30
Championnat de France des Écoles de Bridge : 2 fois par an le samedi matin		
Marathon de bridge : 2 fois par an		
Trophée de la ville de Vincennes : grand tournoi régional dans la salle des fêtes de la mairie de Vincennes		



ÉCHECS COURS ET PRATIQUE

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

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

INSCRIPTION

Dès juin 2020

Contact 1 : Joseph Dorembus

Téléphone : 06 75 21 59 36

Mail : jdorembus@orange.fr

Contact 2 : Philippe Vaillant

Téléphone : 06 85 52 86 65

Mail : phil.vaillant@gmail.com

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

Reprise des cours le 9 septembre

TOUT
PUBLIC

À PARTIR
DE 6 ANS

Association
Les échecs
de Vincennes

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.

TARIFS

Enfants	220€
Adultes loisirs	110€
Adultes compétition	150€

Licence FFE, adhésion Sorano et cours inclus

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

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

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Information non communiquée

INSCRIPTION

Dès juin 2020

Contact: Gérard Supot

Téléphone: 01 43 74 75 54

**TOUT
PUBLIC**

Association
Union philaté-
lique de l'est
parisien



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.

TARIFS

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

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

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



RAMI

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Pas de professeur

INSCRIPTION

Contact:

Nicole : 06 59 21 97 98

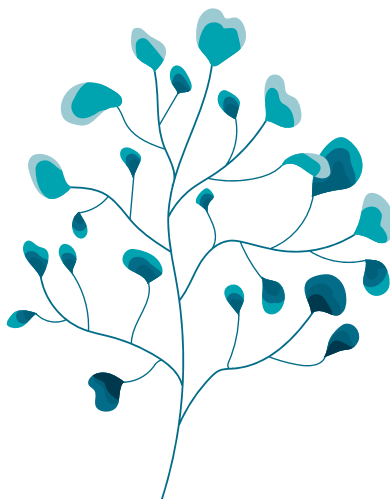
Hélène : 06 21 56 31 51

Reprise de l'activité le vendredi 28 août

TOUT
PUBLIC

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.



TARIF

Gratuit

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

Vendredi

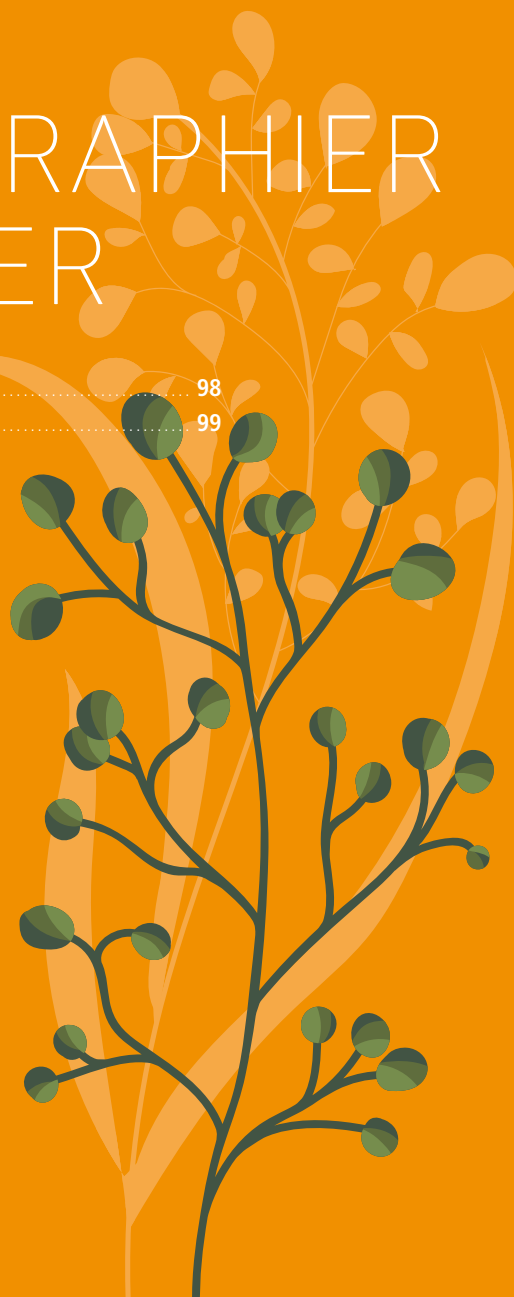
14h à 18h

PAGE 97

PHOTOGRAPHER ET FILMER

Atelier vidéo : filmer, réaliser et monter 98

Photographie 99





ATELIER VIDÉO FILMER, RÉALISER ET MONTER

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Xavier Sauvage

INSCRIPTION

Contact : Xavier Sauvage

Téléphone : 07 71 13 63 90

Mail : regard-camera@neuf.fr

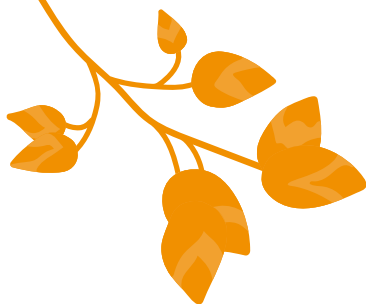
Inscription à partir de septembre
Reprise de l'activité début octobre

ADOS
À PARTIR
DE 15 ANS

ADULTES

Association
Regard
Caméra

Pour sa 12^e année Regard-Caméra innove dans la continuité et vous convie à plus de souplesse dans vos expressions visuelles ; l'atelier accompagnera les participant.e.s à développer leur(s) projet(s) audiovisuels. Selon leurs envies, les points techniques et/ou théoriques adaptés seront partagés, et un dispositif sera proposé pour réaliser les vidéos de manière individuelle ou collective. Réaliser des vidéos exige temps et planification, et pour avancer efficacement il est préférable d'avoir son matériel de tournage et de montage, en prévoyant de progresser aussi depuis son domicile.



TARIF

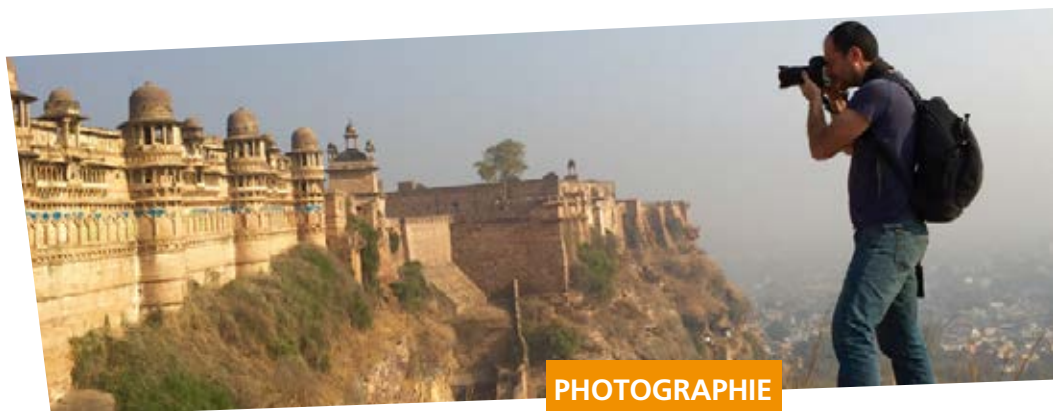
150€

CALENDRIER

Un jeudi sur 2

13h30 - 16h30

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire



PHOTOGRAPHIE

PROFESSEUR(S) / ANIMATEUR(S)

Membres du club bénévoles et intervenants professionnels invités

INSCRIPTION

Contact : 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

Web : www.vincennes-images.org

Reprise de l'activité le lundi 7 septembre

ADULTES

Association
Vincennes
images

VINCENNES-IMAGES.ORG

Affiliée à la Fédération
Photographique de France

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.



TARIF

Information non communiquée

+ Adhésion Espace Sorano obligatoire

CALENDRIER

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

ET AUSSI...

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

WEEK-ENDS BODYSONG



BodySong

Professeur(s) / animateur(s) : Mélanie Rallo (chanteuse)
et Mathieu Laplanche (percussionniste)

Infos et inscriptions dès juin 2020

Web : bodysong.fr

Une question ?

Mail : contact@bodysong.fr

Téléphone : 06 16 56 46 39 (Mathieu)

TARIFS

1	2	3	4
week-end	week-ends	week-ends	week-ends
10 heures	20 heures	30 heures	40 heures
120€	225€ ou 3 x 75€	315€ ou 3 x 105€	390€ ou 3 x 130€

Une immersion dans la Body Music

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.

CALENDRIER

Samedi et dimanche 14h-19h	
10 et 11 octobre	week-ends thématiques à découvrir sur bodysong.fr
21 et 22 novembre	
6 et 7 mars 2021	
10 et 11 avril 2021	

STAGES SHIATSU ET YI QUAN / SHIATSU



Contact : Michèle Cataldi

Téléphone : 06 98 52 44 18

Mail : michele@shiatsuenergie.com

Web : www.shiatsuenergie.com

SHIATSU ou art du bien-être par une praticienne certifiée depuis 20 ans de la Fédération française de Shiatsu traditionnel, diplômée spécialiste en SHIATSU.

YI QUAN - QI GONG

Contact : Patrice PALIER professeur de pratiques énergétiques chinoises

Téléphone : 06 66 77 59 90

Mail : yiquan.relaxation@gmail.com

Patrice Palierl enseigne le Yi Chuan et le Qi Gong depuis 1999. Il a reçu la transmission du Yi Chuan traditionnel par Maître Ming Shan. Le Yi QUAN, art de la tranquillité de l'esprit, véritable trésor de la Chine ancienne.

CALENDRIER

Dimanche	9 dates dans l'année	12h-14h
----------	----------------------	---------

CALENDRIER

Dimanche	une fois par mois	14h-16h
----------	-------------------	---------

MÉTHODE FELDENKRAIS



Contact: Odile Faucherand
Téléphone: 07 82 72 21 73
Mail: odilencci@gmail.com
Web: www.feldenkrais-france.org

Inscriptions dès Juin 2020
Reprise de l'activité en octobre 2020

CALENDRIER

Stages de 2h	2 samedis par mois	15h-17h
--------------	--------------------	---------

TARIF

27€

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

La Méthode FELDENKRAIS est un jeu permanent de redécouverte de son corps et de son fonctionnement. Par de petits mouvements, vous délierez vos tensions, vous retrouverez souplesse, fluidité et une dynamique au quotidien. La Méthode se pratique, sans effort, tout en douceur, quel que soit votre forme ou votre âge, dans une sorte de « méditation active ». Vous améliorerez votre posture, votre respiration, vous réduirez votre stress et vos tensions et retrouverez confiance en Vous.

Site Internet de la Fédération :
<http://www.feldenkrais-france.org/>

ATELIER JAZZ



Contact: EDIM
Téléphone: 01 46 63 01 25
Mail: inscription.amateur@edim.org
Web: www.edim.org

TARIF

640€

CALENDRIER

Cours jusqu'à 2h hebdomadaire (à partir de 8 élèves)	Judi	19h-21h ou 21h-23h à Studio Bleu Paris XX ^e + 6 rendez-vous à l'Espace Sorano (3 Jams et 3 auditions)
--	------	--

Voir calendrier détaillé sur www.espacesorano.com

Association EDIM (Enseignement, Diffusion, Information, Musique)

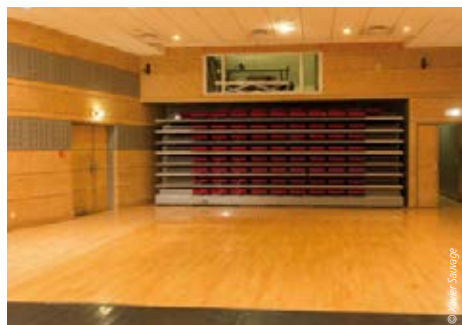
Centré sur la constitution d'un répertoire, le travail des fondamentaux, la maîtrise de l'improvisation et du swing, l'écoute culturelle active. Les grands maîtres du jazz seront invoqués (Duke, Monk, Mingus...), ainsi que des exercices génériques très performants pour la progression de tout musicien 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.



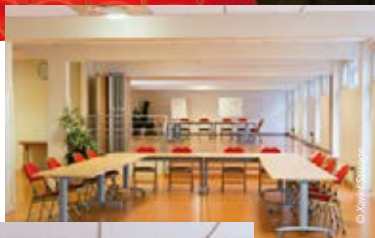
Louer des salles à l'Espace Sorano



© Droits réservés



© Xavier Sauvage



© Xavier Sauvage



© Xavier Sauvage



© Xavier Sauvage

L'Espace Sorano offre plus de 5500 m² répartis en :

- salles de réunion,
- salles de réception,
- salles de répétition,
- théâtre de 83 places assises, modulable,
- théâtre de 200 places assises.

Un équipement spécifique (paper boards, matériel de projection, régie lumière et son) est intégré selon les salles.

Pour toute demande de devis :

Téléphone : 01 43 74 39 07

Mail : info@espacesorano.com



Bâtiment accessible

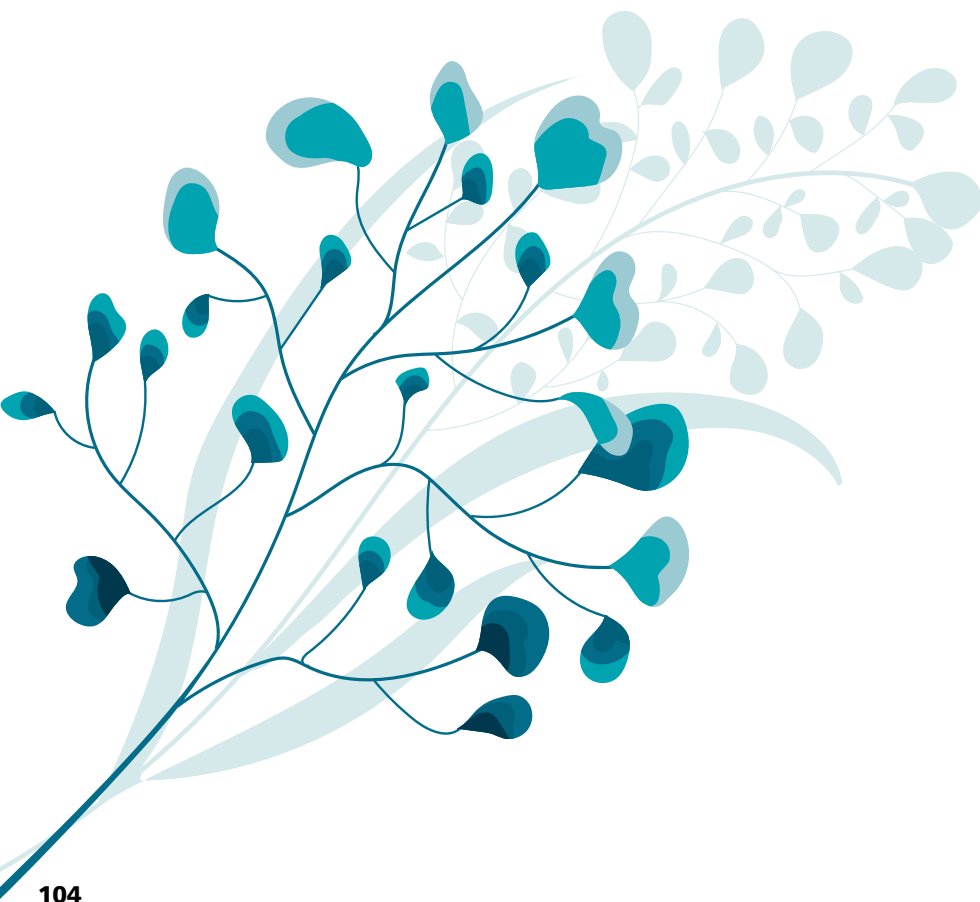
Adhésion Espace Sorano

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 entités hébergées concernées. 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 10h-12h et de 14h à 21h30, jusqu'à 22h en juin et septembre et dimanche de 12h30 à 19h30. Pour les adhérents de la saison 2019-2020, il est possible de se réinscrire à la même activité dès le **2 juin 2020**. Les inscriptions seront ouvertes à tous à partir du 15 juin 2020.

Une semaine « portes ouvertes » est organisée à la rentrée **du lundi 7 au samedi 12 septembre 2020**, 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 5 septembre 2020**.

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 2020-2021 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

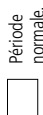
Dès la troisième activité, une réduction de 10% est appliquée sur le total des activités (hors adhésion). Cette réduction est valable par personne ou par foyer fiscal et uniquement pour les activités dispensées par l'Espace Sorano. Elle ne concerne pas les activités dispensées par les entités hébergées. 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 : 05/07/20, 06/09/20, 09/10/20, 08/11/20, 06/12/20, 08/01/21, 07/02/21, 06/03/21, 08/04/21, 12/05/21 (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 2020-2021

AOÛT-20	SEPT-20	OCT-20	NOV-20	DÉC-20	JANV-21	FÉV-21	MARS-21	AVR-21	MAI-21	JUIN-21	JUIL-21
1	1 Rent. scol.	1	1 Toussaint	1	1 1 ^{er} de l'an	1	1	1	1 F. du Travail	1	1
2	2	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 J. des Asso.	5	5	5	5	5	5	5 L. Pâques	5	5	5
6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
8	8	8	8	8	8	8	8	8 Victoire 1945	8	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	13 Ascension	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 L. Pentecôte	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	Ouv. 11-18h 24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24
25	Ouv. 11-18h 25 AMERICA	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	29	29	29	29	29	29	29	29	29	29	29
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
31	31	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.

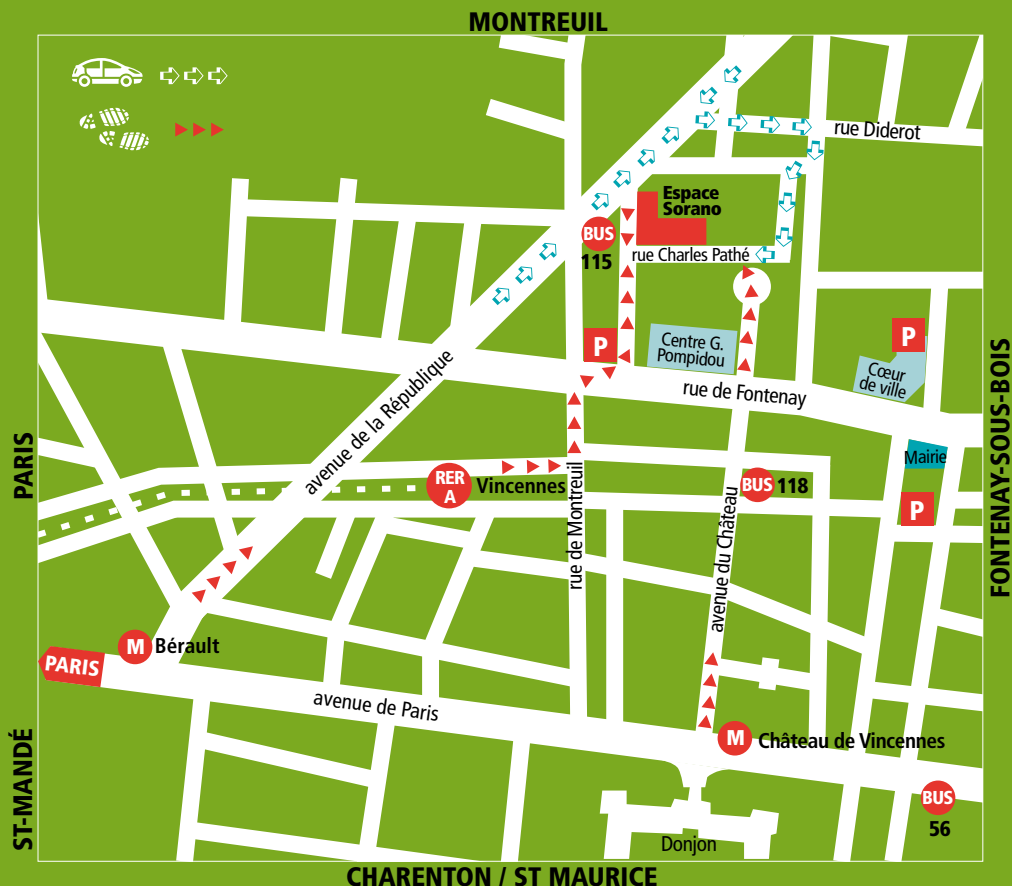


Période de
vacances
scolaires avec plage
d'ouverture précisée.



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

Venir à l'Espace Sorano



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