

BIEN-ÊTRE

YOGA

ÉCOUTE SENSORIELLE

Mardi de 18 h 15 à 19 h 30

Jeudi de 10 h à 11 h 15

et de 17 h 45 à 19 h

(CSC Le Grand B)

* Tarif 5

GYM PILATES

Lundi de 18 h 30 à 19 h 30

Mercredi de 18 h 30 à 19 h 30

et de 19 h 30 à 20 h 30

Vendredi de 18 h 30 à 19 h 30

et de 19 h 30 à 20 h 30

(CSC Le Grand B)

* Tarif 3

Lundi de 18 h 30 à 19 h 30

et de 19 h 30 à 20 h 30

(Carré des services publics)

* Tarif association Gym Forme

GYM DOUCE

Mardi de 9 h 30 à 11 h

(Carré des services publics)

* Tarif 3

FITNESS

Lundi, mercredi et vendredi

de 9 h à 11 h et de 20 h à 22 h

(CSC Le Grand B)

* Tarif association Les Zirond'elles

SOPHROLOGIE

Mardi de 18 h à 19 h 15

(CSC Le Grand B)

* Tarif association IDHAPS

CLUB LOISIRS ET BIEN-ÊTRE

Mardi et vendredi de 14 h à 17 h

(CSC Le Grand B)

* Tarif association Les Zirond'elles

DÉTENTE

ATELIER D'ÉCRITURE

Jeudi de 14 h 30 à 15 h 45

(Carré des services publics)

* Tarif 3

LES PETITES MARCHES DU LUNDI

Se retrouver pour marcher

dans le quartier

(Rendez-vous à 14 h

devant Le Grand B)

* Gratuit sans inscriptions



DANSE

SALSA

Mardi de 20 h 30 à 22 h 30

* Tarif association Calle de la Salsa

Mercredi de 19 h à 20 h (débutant-e-s)

Mercredi de 21 h à 22 h

(intermédiaires)

* Tarif association Bachata Nantes

BACHATA

Mercredi de 20 h à 21 h (débutant-e-s)

* Tarif association Bachata Nantes

PRATICA ZOUK BRÉSILIEN

Jeudi de 20 h à 21 h

ZOUK BRÉSILIEN

Jeudi de 19 h à 20 h (débutant-e-s)

Jeudi de 21 h à 22 h (intermédiaires)

* Tarif associations Bachata Nantes

DANSE BOLLYWOOD

Lundi de 19 h 30 à 21 h

* Tarif association

Sandanatyam

DANSES TAHITIENNES

Jeudi de 19 h à 21 h 30

(débutant-e-s - intermédiaires

ados/adultes)

Jeudi de 18 h à 19 h (confirmé-e-s)

(Carré des services publics)

* Tarif association Tahiti Héré

LE CHANT DES POSSIBLES

Un samedi par mois

de 14 h 30 à 17 h 30

(CSC Le Grand B)

* Tarif association Estran Gioco Così

TRANTRA DANSE

(Bien-être par le mouvement)

Samedi de 10 h 30 à 12 h 30

(CSC Le Grand B)

* Tarif association Artplus

ATELIER DANSE

(Bal de Bellevue)

Mardi de 18 h à 21 h

(CSC Le Grand B)

* Adhésion 2 € / an

Système B

MUSIQUE

PERCUSSIONS

Samedi de 13 h 30 à 15 h 15 (ados/adultes)

(Carré des services publics)

* Tarif association Tahiti Héré

THÉÂTRE

ATELIER « LE CORPS EN JEU »

EXPRESSION THÉÂTRALE ET CORPORELLE

Un dimanche par mois de 9 h à 18 h

(CSC Le Grand B)

* Résident-e-s quartier Est : tarif 5

Autres résident-e-s :

tarif association Le Gestuaire

ATELIER

« FRONTIÈRES PASSAGES MIGRATIONS »

Initiation à la danse-théâtre.

Ouvert à toutes et à tous

(avec public migrant).

Mardi de 9 h 45 à 12 h 15

* Tarif association Le Gestuaire

ATELIER THÉÂTRE

Jeudi de 10 h à 17 h

(CSC Le Grand B)

* Tarif association

Les Amateurs du Gestuaire

ATELIER THÉÂTRE ADAPTÉ

Vendredi de 17 h 30 à 19 h

(CSC Le Grand B)

* Tarif L'Être Acteurs

ATELIER EXPRESSION ADAPTÉE

Vendredi de 14 h à 17 h

(CSC Le Grand B)

* Tarif association FMH

ATELIER THÉÂTRE

Lundi de 21 h à 23 h

(CSC Le Grand B)

* Tarif C^{ie} Bouche cousue

Samedi de 10 h à 12 h 15

(CSC Le Grand B)

* Tarif association Linly Ralirec

ATELIER DE L'IMAGINAIRE

Récits, contes, paroles d'aujourd'hui

Un samedi par mois de 9 h à 18 h

(CSC Le Grand B)

* Résident-e-s quartier Est : tarif 5

Autres résident-e-s : tarif C^{ie} de la Lune Rousse



LANGUES

ANGLAIS

Mardi et jeudi
de 18 h 30 à 20 h
(CSC Le Grand B)

* Tarif 5

PORTUGAIS

Mardi de 16 h 30 à 21 h 30
Jeudi et vendredi
de 16 h à 21 h 30
Samedi de 9 h à 14 h

(Carré des services publics)

* Tarif association

Des ailes pour le Portugal

FRANÇAIS LANGUE ÉTRANGÈRE

Lundi et jeudi
de 10 h à 11 h 30

(CSC Le Grand B)

Vendredi de 10 h à 11 h 30
(débutant-e-s)

(Carré des services publics)

* Tarif 1

LANGUE VIETNAMIENNE

Samedi de 11 h à 12 h

(Carré des services publics)

* Tarifs association Arts Space

ANIMATIONS

ET VIE DE QUARTIER

ATELIER JEUX

Lundi de 14 h à 17 h

(Carré des services publics)

* Adhésion AS Le Grand B

CLUB RETRAITÉS

DU MOULIN DU BOIS : JEUX...

Échanger en jouant

Mardi et jeudi de 14 h à 17 h 30

(CSC Le Grand B)

* Tarif association Le moulin du bois

CLUB RETRAITÉS

DU MOULIN DU BOIS :

SECTION PÉTANQUE

Tous niveaux, « je tire ou je pointe ? »

* Tarif association

Club du Moulin du bois

JARDINS PARTAGÉS

« POLLENS ET COLLAMBOLES »
ET « PTIT B VERT »

* Adhésion As le Grand B

BIBLIOTHÈQUE DE PASSAGE

Tous les jeudis, faites voyager
les livres...

(Carré des services publics)

* Accès libre, gratuit

VRAC

Vers un réseau d'achat en commun

Un jeudi après-midi par mois,
vente de produits bio

(CSC Le Grand B)

« ALLER VERS »

AVEC L'EXTRA-ORDINAIRES

Animations familiales en plein air
(animations musicales, dansantes,
créatives et détente...)

Retrouvez-nous dans le quartier sous
la tente Étoile !

Repli à l'intérieur en cas d'intempéries

Mercredi de 9 h 30 à 11 h 45

et de 14 h à 16 h 45

(CSC Le Grand B)

* Gratuit sans inscription

ASSOCIATIONS ACCUEILLIES

C^{ie} l'Estran Gioco Così

C^{ie} La Nouvelle Lune

C^{ie} La Lune Rousse

C^{ie} du Songe / L'Être Acteurs

C^{ie} Le Gestuaire

Les Amateurs du Gestuaire

Les Zirond'elles

VRAC

Bachata nantes

Sandanatyam

Arts Space

Tahiti Héré

Gym Forme

IDHAPS

Système B

Vous êtes ici

Des ailes pour le Portugal

Bouche cousue

FMH

Jet FM

Linly Ralirec

Le Moulin du bois

Ré_Création