

LES STAGES

STAGES SOPHROLOGIE

Avec Grégory BISSON

« Faire face à son anxiété »

Lundi 20, merc. 22

8 lundi 27 octobre 2025

De 18h30 à 20h

« Instant présent et mémoire »

Lundi 16, merc. 18

8 lundi 23 février 2026

De 18h30 à 20h

OPTIMISME

STRESS

ÉQUILIBRE

ANXIÉTÉ

SÉRÉNITÉ

FATIGUE

GESTION DES ÉMOTIONS

NERVOSITÉ

CONFIANCE EN SOI

STAGES DESSIN MANGA

STAGES DESSIN MANGA ILLUSTRATION

Avec Andréa FOLTETE

Apprentissage des techniques du dessin pour illustrer les personnages mangas et leurs expressions

A partir de 8 ans

Lundi 16 février 2026 de 9h30 à 12h30

+ Mardi 17 & mercredi 18 février 2025

de 10h à 12h30



Carrefour municipal
Socioculturel

Rue Pasteur

Rue P. de Coubertin

Ecole GIBERVILLE

Pasteur

Mairie

CONTACT :

INSCRIPTION - RENSEIGNEMENT - SUGGESTION

SERVICE CULTUREL

Philippe Vadée - Christine Lelièvre
CARREFOUR MUNICIPAL SOCIOCULTUREL
13 rue Pasteur - 14 730 GIBERVILLE
Tél. : 02 31 72 43 13 - culture@giberville.fr

www.giberville.fr



giberville
ma ville

SERVICE CULTUREL



ATELIERS STAGES

Saison
2025
2026

INFORMATIONS PRATIQUES

Les ateliers et les stages sont ouverts à tous. Ils fonctionnent en période scolaire sur 31 séances. Ils ouvrent dans la mesure où un nombre minimum de personnes sont inscrites.

VOUS POUVEZ PARTICIPER A UNE SEANCE D'ESSAI GRATUITE.

Tous les intervenants sont spécialisés et/ou diplômés. Certificat médical de moins d'un an obligatoire pour les activités de danses et de zumba.

INSCRIPTIONS : Gibervillais et anciens inscrits : à partir du 25 août
Tous : à partir du 1^{er} septembre. Programme sous réserve de modifications.



DES RÉDUCTIONS POUR LES ADOS!

Vous avez entre 15 et 25 ans...
Pensez aux **ATOOS** pour bénéficier de **RÉDUCTIONS** aux ateliers d'arts plastiques, de danses et de théâtre!

LES ATELIERS



ATELIERS BREAKDANCE

Avec Isaac **MARCHERAS**
Mercredi de 16h30 à 17h30

DANSE MODERN' JAZZ

Avec Camille **GRONDIN**
6 à 9 ans : mercredi de 9h30 à 10h30
10 ans et plus : vendredi de 17h15 à 18h15

DANSE EN LIGNE

Avec Rudina **BERDYNAJ JAKUPI**
Mardi de 18h à 19h



PEINTURE - DESSIN BD - ILLUSTRATION

Avec Andréa **FOLTETE**
7 à 10 ans : mercredi de 10h30 à 12h
Adultes : jeudi de 10h à 12h



PIËTÈS

Avec Emmanuel **LAURENT**
Mardi de 9h15 à 10h15
Jeudi de 9h à 10h



Avec Rudina **BERDYNAJ - JAKUPI**
Jeudi de 11h30 à 12h30



SOPHROLOGIE

Avec Grégory **BISSON**
Lundi de 10h à 11h
Lundi de 11h à 12h

THÉÂTRE

Avec Aurélien **SOUCHÉYRE**
7 à 10 ans : mercredi de 14h à 15h
11 à 15 ans : mercredi de 15h à 16h



IMPROVISATION THÉÂTRALE

Avec Didier **JOSSE - Cie Coquelicot**
Adultes : lundi de 19h30 à 21h30



YOGA

Avec Emmanuel **LAURENT**
Mardi de 10h15 à 11h45
Avec Dominique **LEBLANC**
Mercredi de 18h30 à 19h30

ZUMBA

Avec Rudina **BERDYNAJ - JAKUPI**
Mardi de 19h à 20h

