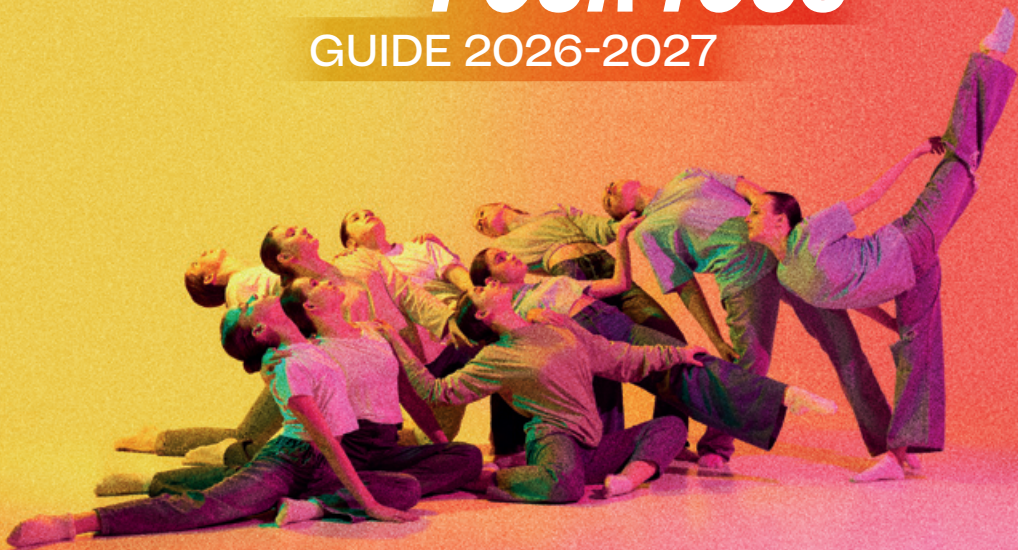


LES ACTIVITÉS DES MAISONS POUR TOUS

GUIDE 2026-2027





@ CAMUS



LES ACTIVITÉS DES MAISONS POUR TOUS

maisons
pour
TOUS

GUIDE 2026-2027



ÉDITO

Les 23 Maisons pour tous, lieux d'activités essentiels dans nos quartiers, construisent leurs programmations pour répondre toujours mieux aux besoins des Montpelliérains.

Quelle que soit leur implantation, elles se pensent à la fois comme **des espaces de rencontre, de culture, de loisirs et de sociabilité** où en favorisant le brassage socioculturel et la participation des habitants, elles contribuent à un meilleur vivre ensemble.

Chaque saison, par leurs offres renouvelées et diversifiées, les Maisons pour tous constituent une opportunité pour chacun de s'initier à une pratique, d'éveiller sa créativité ou d'approfondir un apprentissage dans un environnement pédagogique en adéquation avec **les valeurs de l'éducation populaire**. Nous portons ainsi un projet éducatif favorisant l'inventivité, la créativité, l'expressivité avec la volonté de s'adresser au plus grand nombre mais aussi à chacun dans sa singularité et son originalité.

Le tissu associatif montpelliérain demeure une ressource importante au sein des Maisons pour tous. Nous travaillons dans une logique de complémentarité et de lien sur l'ensemble du territoire afin de permettre **une programmation variée** tant au niveau des disciplines que des âges, des créneaux, des niveaux...

Pour cette nouvelle saison, nous vous invitons à découvrir et à vous saisir de l'ensemble des propositions contenues dans ce guide. De la musique à la danse, des arts du spectacle à la mise en forme en passant par le sport, **notre offre s'adresse à tous**, quels que soient leur âge et leurs centres d'intérêt.

Au-delà des activités hebdomadaires, vous trouverez au sein des Maisons pour tous un **panel de propositions d'ateliers, de spectacles et d'événements rythmant la saison**. Des lieux d'accueil parents/enfants, des expositions, des ateliers de découverte, des sorties, des séjours à destination des jeunes, des familles, des centres ados, des festivals comme Art2Rue, De fil en aiguille, Place Oh Z'arts... sont portés par l'ensemble du réseau.

Vous trouverez également des **programmations spécifiques** au théâtre Gérard Philipe, accolé à la Maison pour tous Joseph Ricôme, ou encore au cinéma-théâtre de la Maison pour tous Louis Feuillade à la Mosson, accessibles à l'ensemble des habitants. Pour les musiciens, un studio d'enregistrement et un dispositif d'accompagnement sont proposés à la Maison pour tous Léo Lagrange.

Par cette ouverture et richesse de propositions, par un maillage sur l'ensemble de la ville, notre ambition est de rassembler les Montpelliérains autour du projet porté par chacune des Maisons pour tous qui sont autant de « **biens communs** » à **construire avec vous**.

Retrouvez l'ensemble des activités et la programmation des événements sur le site des Maisons pour tous : **mpt.montpellier.fr**

À partir d'octobre, simplifiez vos démarches en **adhérant en ligne** au réseau des Maisons pour tous et en vous inscrivant aux activités proposées par nos équipes directement depuis chez vous.

Michaël DELAFOSSE

Maire de Montpellier,
Président de Montpellier
Méditerranée Métropole

Sébastien COTE

1^{er} Adjoint au maire, délégué à la Tranquillité publique,
Prévention de la délinquance, Lien social,
Plan de mandat et Administration générale

INTRODUCTION

**Vous recherchez une activité pour vous ou vos enfants, un atelier de yoga, de danse, de théâtre...
Vous souhaitez apprendre une langue, avez toujours voulu jouer de la guitare ou de l'harmonica, ou vous souhaitez simplement vous joindre à des personnes qui partagent votre passion, passer de bons moments autour d'une activité qui vous plaît ?
Les 23 Maisons pour tous gérées par la Ville de Montpellier répondront, sans nul doute, à toutes vos envies.**

LES MAISONS POUR TOUS, C'EST QUOI ?

23 équipements municipaux implantés au cœur des quartiers de Montpellier et ouverts à tous, habitants de Montpellier ou des villes et villages environnants. Ce sont des lieux privilégiés de partage, d'échanges, d'acquisition de connaissances, de découverte, de détente, de sport et de convivialité.

ELLES PROPOSENT QUOI ?

ACTIVITÉS ANNUELLES

Plus de 600 activités différentes, pour tous les âges et tous les publics, réparties sur plus de 1700 créneaux horaires par semaine. Autant de possibilités qui pourraient convenir à votre emploi du temps. Les activités sont encadrées par des agents de la Ville ou par des associations sélectionnées par la Ville et qui offrent les qualités d'encadrement requises. Elles se déroulent le plus souvent sous forme d'atelier hebdomadaire et uniquement hors périodes de vacances scolaires. Certaines peuvent également être complétées par des stages le week-end ou pendant les vacances.

ANIMATIONS PONCTUELLES

En moyenne chaque année, plus de 2600 événements (spectacles, expositions, manifestations festives, AG associatives, carnaval, stages, sorties ludiques ou culturelles) se déroulent dans les Maisons pour tous. Ces manifestations accueillent plus de 150 000 participants. L'agenda bimestriel des animations ponctuelles est disponible à l'accueil de votre Maison pour tous ou sur **mpt.montpellier.fr**

INFOS PRATIQUES

C'EST POUR QUI ?

Destinées à tous et pour tous les âges sous réserve d'un éventuel certificat médical pour les activités les plus sportives et à tous les niveaux, novices, amateurs ou expérimentés.

Environ 20 000 usagers pratiquent, chaque année, une activité en Maison pour tous.

ADHÉSION

La carte d'adhésion au réseau des Maisons pour tous est obligatoire pour toutes les activités annuelles (municipales ou associatives) et valable de septembre 2026 à août 2027.

Elle est soit à retirer à l'accueil de la Maison pour tous choisie, soit à prendre en ligne sur le portail des usagers (à partir d'octobre 2026) des Maisons pour tous :

Elle permet de s'inscrire à une ou plusieurs activités annuelles sur l'ensemble du réseau et permet l'accès à certaines des animations ponctuelles.

La cotisation pour chacune des activités est établie en fonction :

- de la durée et de la régularité de l'activité choisie (une heure, une heure trente, deux heures, trois heures, une ou deux fois par semaine...),
- de la nature de l'activité, individuelle ou collective, nécessitant un matériel spécifique...,
- de votre situation personnelle : étudiants, bénéficiaires du RSA, familles nombreuses...



À partir d'octobre,
prenez votre adhésion
sur le portail usagers

PIÈCES À FOURNIR

Pour tous

- fiche de renseignement à compléter (disponible dans les Maisons pour tous ou téléchargeable sur le site : mpt.montpellier.fr),
- justificatif de domicile de moins de 3 mois.

Pour les mineurs

- extrait d'acte de naissance ou livret de famille,
- attestation CAF ou avis d'imposition.

Pôle Solidarités

Maison de la Démocratie
16 Rue de la République
34000 Montpellier

Service des Maisons pour tous

Tél. 04 67 34 88 00
service-MPT@montpellier.fr

TARIFICATION DES ACTIVITÉS ANNUELLES EN MAISON POUR TOUS

CARTE D'ADHÉSION	TARIF
Adulte	7 €
Enfants (moins de 18 ans)	3.50 €
Détenteurs du Pass Culture (15-18 ans)	Gratuit

LES COTISATIONS ANNUELLES POUR LES ACTIVITÉS MUNICIPALES RÉGULIÈRES (HORS VACANCES SCOLAIRES) :

ACTIVITÉS COLLECTIVES	TARIF
Tarification pour 30 séances minimum par an d'1 heure/semaine	135 €
Tarification par tranche de 30 minutes supplémentaire par séance hebdomadaire	40 €

ACTIVITÉS MUSICALES	MUSIQUE	MUSIQUE ET FORMATION MUSICALE 1H/ SEMAINE
Tarification séances de musique à 1 élève (30 séances minimum par an d'1 h/semaine)	500 €	580 €
Tarification séances de musique à 2 élèves/ heure ou 30 minutes par élève (30 séances minimum par an d'1 h/semaine)	380 €	460 €
Tarification séances de musique à 3 élèves/ heure ou 20 minutes par élève (30 séances minimum par an d'1 h/semaine)	250 €	330 €
Atelier collectif d'1 h	135 €	-

Pour les inscriptions effectuées en cours d'année, le tarif intégral sera appliqué jusqu'au mois d'octobre. À partir de novembre, la cotisation sera calculée au prorata temporis pour les mois restants jusqu'à la fin de l'année.

CONDITIONS DE REMBOURSEMENT :

Le remboursement se fera aux conditions suivantes : cessation de l'activité de la part de la MPT, raison médicale de l'utilisateur, changement d'emploi du temps professionnel de l'utilisateur, déménagement de l'utilisateur, perte d'emploi des usagers (à la date de prise d'effet de la nouvelle situation) et sur présentation des justificatifs afférents.

LES RÉDUCTIONS POUR LES ACTIVITÉS MUNICIPALES :

RÉDUCTIONS ACCORDÉES POUR LES ACTIVITÉS COLLECTIVES ET ATELIERS INDIVIDUELS	
Familles monoparentales sur présentation d'un justificatif, Réduction applicable pour le parent et les enfants	50%
Étudiants (engagés dans un cursus d'enseignement supérieur), lycéens et détenteurs du Pass Culture	50%
Bénéficiaires de l'allocation temporaire d'attente (ATA), solidarité spécifique, supplémentaire de retraite, revenu de solidarité active (RSA)	50%
Adhérents de Groupe d'Entraide Mutuelle (GEM)	50%
Personnes en situation de handicap sur présentation d'une carte d'invalidité de 80% minimum	50%
Adhérents COSC et CASC	20%
RÉDUCTIONS POUR LES FAMILLES NOMBREUSES	
Pour les enfants de familles de 3 enfants	30%
Pour les enfants de familles de 4 enfants	40%
Pour les enfants de familles de 5 enfants	50%

TARIFICATION PAR TYPE D'ACTIVITÉ	PLEIN TARIF	-20%	-30%	-40%	-50%
Ateliers collectifs 1h/semaine	135 €	108 €	94.5 €	81 €	67.5 €
Ateliers collectifs 1h30/semaine	175 €	140 €	122.5 €	105 €	87.5 €
Ateliers collectifs 2h/semaine	215 €	172 €	150.5 €	129 €	107.5 €
Ateliers collectifs 2h30/semaine	255 €	204 €	178.5 €	153 €	127.5 €
Ateliers collectifs 3h/semaine	295 €	236 €	206.5 €	177 €	147.5 €
Séances de musique individuelles 1h/semaine	500 €	400 €	350 €	300 €	250 €
Séances de musique à 2 élèves/heure ou 30 min par élève	380 €	304 €	266 €	228 €	190 €
Séances de musique à 3 élèves/heure ou 20 min par élève	250 €	200 €	175 €	150 €	125 €
Atelier collectif de formation musicale 1h/semaine	80 €	64 €	56 €	48 €	40 €

Les tarifs des activités organisées par les associations sont fixés par chacune d'entre elles. Le règlement s'effectue directement auprès de l'association concernée.

SOMMAIRE



18

LES MAISONS POUR TOUS QUARTIER PAR QUARTIER

70

ACTIVITÉS ARTISTIQUES

ARTISANAT D'ART71

Art floral
Modelage
Mosaïque
Peinture sur porcelaine
Peinture sur porcelaine :
technique impressionniste
Peinture sur porcelaine :
technique traditionnelle
Peinture sur verre
Poterie
Reliure
Sculpture sur bois
Sculpture sur terre
Vitrail méthode Tiffany

ARTS GRAPHIQUES ET PLASTIQUES72

Aquarelle
Arts plastiques
Calligraphie chinoise
Carnet de voyage : dessin,
aquarelle, encre de Chine
Dessin
Dessin, bande dessinée
Dessin, bande dessinée,
manga
Dessin et techniques mixtes
Dessin libre d'après modèle

vivant
Dessin, peinture
Dessin, peinture, aquarelle
Dessin, peinture et histoire de
l'art
Dessin, peinture, sculpture
Manga
Pastel
Peinture
Peinture à l'huile et acrylique
Peinture à l'huile et pastel
Peinture et histoire de l'art
Philo' Art et Mouvement
Poterie, sculpture, modelage
Sculpture et modelage
Techniques fondamentales du
dessin

AUDIOVISUEL75

Cinéma d'animation (initiation)
Réalisation vidéo

PHOTOGRAPHIE75

Photo Club IBM
Photographie
Photo numérique

78

ACTIVITÉS DANSE

DANSES CLASSIQUES ET DANSES MODERNES79

Danses classiques et danses
modernes
Classique
Danse
Danse en talons
Danse lyrical
Danse moderne
Fit danse
Jazz
Lyrical jazz
Modern jazz

DANSES DE SALON ET DANSES DE COUPLE 80

Blues et fusion
Danse de salon
Danse du 19^e siècle
Danse en ligne
Danses de bal de Napoléon III
à 1900
Danses de salon et danses de
couple
Kizomba
Lindy hop
Rock
Salsa
Salsa rueda casino
Solo swing
Solo swing et charleston
Tango
Valse milonga
West coast swing

DANSES DU MONDE82

Africaine
Afro-cubaine
Afro dance
Antillaise
Bollywood
Bollywood semi-classique et
création chorégraphique
Brésilienne
Country line dance
Danses du monde
Fitness flamenco
Flamenco
Flamenco et sévillanas
Flamenco : technique
corporelle
Indienne
Indienne et Bollywood
Indienne Odissi
Line dance
Orientale
Orientale égyptienne
Samba brésilienne

DANSES TRADITIONNELLES ET RÉGIONALES..... 84

Danse et chants traditionnels du Portugal
Danses écossaises
Danses folkloriques traditionnelles bulgares
Danses traditionnelles
Danses traditionnelles folkloriques
Danse traditionnelle caribéenne
Danse traditionnelle et folklore du Massif Central
Grecques

DANSES URBAINES ET CONTEMPORAINES85

Break dance
Break dance, hip-hop
Break dance training libre
Corps et mouvement
Danse
Danse contemporaine
District dance
Entraînement du danseur
Hip hop
Hip hop et break dance
Hip hop girly
K-Pop
Reggaeton
Street dance
Street jazz
Urban contemporain

DIVERS DANSES88

Afrovibe
Danse adaptée aux séniors
Danse bébé/parent
Danse expression
Danse libre
Danse parents/enfants
Inclusive
Mouvement, émotions et danse

ÉVEIL DANSE88

Clown et arts transversaux
Danse
Éveil corporel
Éveil danse
Expression corporelle

LANGUE DES SIGNES ET LANGUE UNIVERSELLE .. 94

Esperanto
Langue des signes française (LSF)

LANGUES ÉTRANGÈRES 94

Anglais
Anglais du voyage
Chinois
Coréen
English playtime
Espagnol
Grec
Grec (initiation)
Grec moderne
Italien
Italien (conversation)
Italien et culture italienne
Japonais
Polonais
Portugais brésilien
Russe

LANGUES RÉGIONALES..... 98

Corse
Occitan

92

ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISA- TION

FRANÇAIS LANGUE ÉTRANGÈRE (FLE).....93

Alphabétisation
Alphabétisation (CFG)
Atelier discussion en français
Atelier socio-linguistique
Conversation en français
Français langue d'intégration (FLI)
Français langue étrangère et ateliers de loisirs
Français langue étrangère (FLE)
Français langue étrangère (FLE) pour russophones et ukrainophones
Français (langue, santé et culture)

100

ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

ARTS DU CIRQUE..... 101

Arts du cirque



CONFÉRENCES, DÉBATS ET DÉCOUVERTES..... 101

Généalogie corse
Histoire de l'art
L'atelier du regard
Mémoire, actualités et réseaux sociaux

ÉCRITURE ET POÉSIE.... 101

Atelier d'écriture
Atelier d'écriture créative
Atelier d'écriture et d'éloquence
Cogit'écrits
Dictée pour tous
Écriture et rêverie créatives
Éveil artistique

THÉÂTRE ET SPECTACLES VIVANTS102

Commedia dell'arte
Création théâtrale
Danse et théâtre d'improvisation
Écriture, théâtre et image
Il était une fois
Improvisation clownesque
Improvisation clown, théâtre danse et marionnettes contemporaines
Stand up et sketches
Théâtre
Théâtre comédie
Théâtre création
Théâtre d'improvisation
Théâtre d'improvisation (atelier de recherche)
Théâtre en anglais
Théâtre en russe
Théâtre et anglais (initiation)
Théâtre (éveil)
Théâtre féministe queer

106

ACTIVITÉS LOISIRS

ACCUEIL PETITE ENFANCE.....107

Animations petite enfance
Atelier Bambino
Atelier Barbotin
Atelier parentalité
Club pitchouns
Les loustics : accueil parents/ enfants
Ludothèque
Méli'Pitchouns et le Temps des petits
Multi-activités
Parent'Aïse

ARTS CULINAIRES107

Cuisine
Cuisine du monde
Découverte des produits du terroir : œnologie

BRICOLAGE ET JARDINAGE 108

Construction en bois
Création et entretien de bonsaïs
Jardin partagé
Rencontres des jardiniers de VerPoPa
Réparation de vélo

JEUX DE SOCIÉTÉ ET CARTES..... 108

Belote coïncée
Échecs
FabriK ton jeu
Jeux de figurines
Jeux de rôles et de société
Jeux de société
Mahjong
Pyramide
Questions pour un champion
Scrabble

LOISIRS CRÉATIFS..... 110

Atelier artistique
Atelier créatif et artistique
Broderie
Café couture
Couture
Couture et crochet
Crochet et tricot
Initiation aux arts créatifs
Patchwork
Point de croix broderie
Tissage

RENCONTRES ET CONVIVIALITÉ.....111

Café ludique du mardi
Entre' L
Les causeries (jeux libres et de société)
Partage café
Philatélie



© KAHLO

112

ACTIVITÉS MUSICALES

CHANT 113

Atelier pop
Chant
Chant collectif
Chant collectif pop-rock
Chant du monde, rythme et percussions corporelles
Chant (éveil)
Chant individuel
Chants traditionnels à danser
Choeur Mélodique
Chorale
Chorale arabo-andalouse
Chorale : chant polyphonique
Chorale chants divers ou d'ailleurs
Chorale : chœur mixte
Chorale : chœur femmes
Chorale (chœur régional Francis Poulenc)
Chorale classique
Chorale créative, voix d'Orient et de Méditerranée
Chorale Cuba Canta
Chorale du monde
Chorale, ensemble vocal
Chorale grecque
Chorale Jeepies
Chorale Jivana (chants russes, ukrainiens et tziganes)
Chorale latine Mamayema
Chorale pop
Chorale variétés
Chorale VOX
Ensemble vocal
Gospel
Groupe vocal
Groupe vocal a capella
Groupe vocal a cappella Jazzvoxx
Groupe vocal Les Z'enchanteurs

CRÉATIONS MUSICALES 115

Beatbox
Comédie musicale
Création musicale
Ensemble jazz les Why Notes
La fabrique : ateliers libre de découverte MAO, enregistrement studio, écriture musicale et mixage
Orchestre salsa

ÉVEIL MUSICAL 116

Éveil musical
Expression vocale et corporelle
Formation musicale
Petites histoires et chansonnettes pour bébés
Rythme spécial batteur

INSTRUMENTS DE MUSIQUE 116

Accordéon
Accordéon, bandonéon
Accordéon chromatique
Batterie
Batucada
Darbouka (percussion orientale)
Ensemble d'accordéons
Ensemble instrumental
Ensemble Jazz Approche Impro
Flûte à bec, flûte traversière
Flûte à bec, guitare, violon
Flûte, flûte traversière
Guitare
Guitare, basse, harmonica, banjo
Guitare électrique
Guitare jazz, blues, électrique, basse
Handpan, percussions mélodiques
Ka (tambour)
Musique africaine
Musiques traditionnelles folkloriques

Orchestre atelier arabo-andalou
Orchestre arabo-andalou junior
Orchestre (instruments à cordes et à vents)
Percussions africaines
Percussions antillaises
Percussions brésiliennes
Piano
Piano et solfège
Saxophone
Saxophone, flûtes à bec et traversière
Solfège
Solfège spécial guitare
Steelband
Ukulélé
Ukulélé en chantant
Violon
Violon alto

124

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

ARTS MARTIAUX ET SPORTS D'OPPOSITION 125

Aïkido
Baby boxe
Baby judo
Baby karaté
Boxe anglaise
Boxe éducative
Boxe self défense
Boxe thaï
Capoeira
Capoeira Angola
Catch

Escrime de spectacle
 Escrime et évocation médiévale
 Escrime historique
 Grappling - Luta livre
 Hung gar kung fu
 Iaido
 Jiu-jitsu brésilien
 Judo
 Judo et sambo
 Karaté
 Karaté-do
 Karaté shotokan
 Kick-boxing
 MMA
 Ninjutsu
 Préparation physique
 Sabre thaïlandais Krabi Krabong
 Self défense
 Self défense et krav maga
 Taekwondo
 Tai Chi Chuan
 Taïso
 Tennis de table Âge d'Or
 Viet Vo Dao
 Viet Vo Dao, Tai Chi, Qi gong
 Wing Tsun Kung Fu

ÉVEIL CORPOREL ET CÉRÉBRAL130

Activ'Mémoire
 Baby gym
 Le rendez-vous des tout-petits
 Mobilité (développement général des capacités physiques et mentales)
 Motricité

GYMNASTIQUE ET DISCIPLINES ASSOCIÉES130

Abdos fessiers
 Activité physique adaptée
 Assouplissement
 Body sculpt
 Cardio boxing
 Cardio boxing, remise en forme
 Cardio dance et renforcement musculaire
 Cardio training et Pilates
 Circuit training
 Cuisses abdos fessiers
 Cuisses abdos fessiers, zumba
 Entraînement fractionné de haute intensité (HIIT)
 Entraînement fractionné de haute intensité (HIIT), yoga stretching
 Éveil sportif
 Fit boxing
 Fit boxing, full body
 Fit danse
 Fitness
 Fit Pilates
 Full body
 Gym, abdos fessiers, renforcement musculaire
 Gym adaptée prévention des chutes
 Gym et marche
 Gym globale
 Gymnastique
 Gymnastique adaptée
 Gymnastique Âge d'Or

Gymnastique d'entretien
 Gymnastique d'entretien et renforcement musculaire
 Gymnastique douce
 Gymnastique douce, Pilates
 Gymnastique fondamentale
 Gymnastique rythmique et sportive (GRS)
 Gym séniors
 Gym sur chaise
 Gym taoïste
 Gym tonique
 Kid gym
 Marche en extérieur
 Méthode Feldenkrais
 Méthode Feldenkrais assise
 Naturo training
 Penchak Silat traditionnel
 Pilates
 Pilates, stretching
 Postural Ball
 Qi gong
 Qi gong, Tai Chi Chuan
 Renforcement cardio oriental
 Renforcement cardio Pilates
 Renforcement musculaire
 Renforcement musculaire, circuit training
 Renforcement musculaire et barre à terre
 Seonmudo
 Sport
 Sport adapté aux séniors
 Sport socio-citoyen
 Step
 Step cardio
 Street work out
 Stretching
 Stretching bâtons
 Stretching et relaxation
 Stretching, Pilates
 Stretching postural
 Tabata et marche
 Zumba
 Zumba fitness et entraînement fractionné de haute intensité (HIIT)



RELAXATION ET DISCIPLINES ASSOCIÉES.....139

Acroyoga
Atelier bien-être
Barre à terre
Barre à terre contemporaine
Méditation
Méditation et gestion du stress
Méditation pleine conscience
Qi gong
Relaxation, méditation
Respiration et méditation
Rire et sophrologie
Sophrologie
Tai Chi
Viniyoga
Viniyoga (inspiration Iyengar)
Yoga
Yoga adapté
Yoga adapté (sur chaise)
Yoga adapté (sur chaise et tapis avec la méthode De Gasquet)
Yoga adapté (sur chaise) handicap et pratiques douces sur tapis
Yoga Ashtanga
Yoga Ashtanga et Vinyasa
Yoga détente
Yoga du rire
Yoga guerrier
Yoga Hatha
Yoga Hatha Vinyasa
Yoga Iyengar
Yoga parents/enfants
Yoga postural
Yoga Sivananda
Yoga Vinyasa

144

ACTIVITÉS SOLIDARITÉ, MÉDIATION ET PARTAGE

AIDES À LA SCOLARITÉ.....145

Accompagnement à la scolarité
Espace collège
Techniques d'apprentissages

AUTRES PARTAGES146

Atelier de développement local social
Atelier mémoire
Groupe de parole AMTIS
Groupe de parole TND (trouble du neurodéveloppement)
MARHBA (Moments Autonomes et Réguliers des Habitants, Bien-être et Agora)
Médiation administrative et sociale
Métabolisme et diabète
Temps de rencontre et de convivialité

PARENTALITÉ.....147

Café des parents
Parents relais - Accueillir, informer, accompagner

148

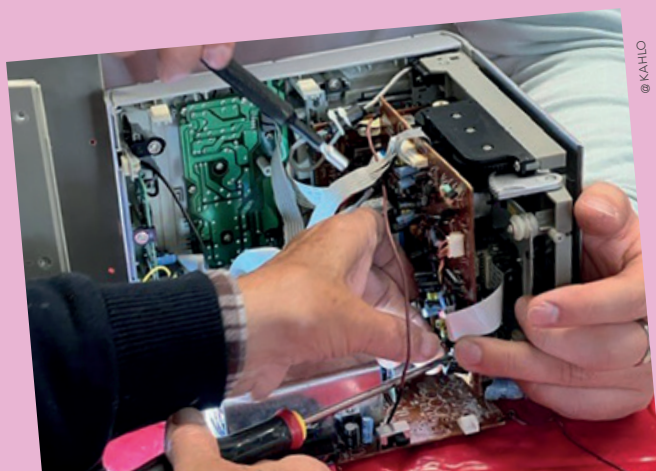
ACTIVITÉS TECHNOLOGIE DE L'INFORMATION, SCIENCES ET DIVERS

EXPÉRIENCES SCIENTIFIQUES.....149

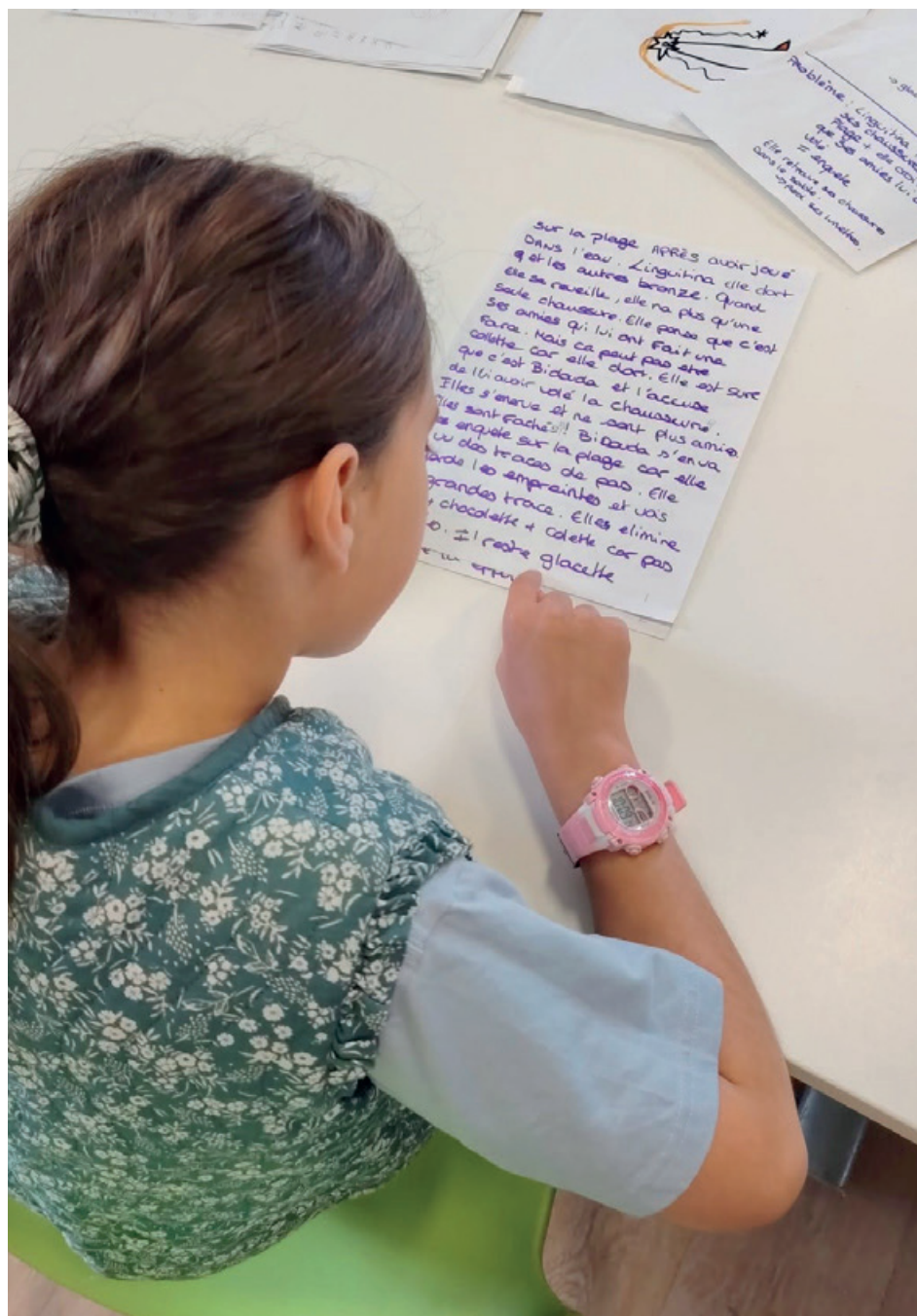
Club sciences

INFORMATIQUE, INTERNET.....149

Atelier de soutien numérique
Atelier d'initiation à la programmation et création de jeux vidéo
Atelier numérique (Informatique, ordinateur PC et portable, IA)
IA, créativité et citoyenneté numérique
Informatique et internet
Initiation aux jeux vidéo et à la programmation IA



© KAHLO



sur la plage. APRÈS avoir joué
dans l'eau. Zinghirina elle dort
et les autres bronze. Grand
elle se réveille, elle ne plus qu'une
seule chaussure. Elle pense que c'est
sara. Mais ça peut pas être
celle. car elle dort. Elle est sûre
que c'est Bidada. et l'accuse
de lui avoir volé la chaussure.
Elles s'enervent et ne sont plus amies.
Elles sont fâchées!! Bidada s'en va
et enquête sur la plage car elle
lui a vu des traces de pas. Elle
trouve les empreintes et voit
grandes traces. Elles élimine
la chocolaite + celle car pas
de. Il reste glacette
et un autre

Problème : cinghirina a
ses chaussures
pas et elle dort
et les autres lui a
volé la chaussure
elle réveille ses chaussures
dans la nuit.
-> Trouve les indices



LES MAISONS POUR TOUS

QUARTIER PAR QUARTIER

LES CÉVENNES

- | | |
|---|------|
| 1 André Chamson | p.38 |
| 2 Antoine de Saint-Exupéry | p.30 |
| 3 François Villon | p.36 |
| 4 Marcel Pagnol | p.28 |
| 5 Paul-Émile Victor -
Fanfonne Guillerme | p.32 |

CROIX D'ARGENT

- | | |
|------------------|------|
| 6 Albert Camus | p.48 |
| 7 Michel Colucci | p.50 |

HÔPITAUX-FACULTÉS

- | | |
|------------------|------|
| 8 Albert Dubout | p.56 |
| 9 Rosa-Lee Parks | p.58 |

MONTPELLIER-CENTRE

- | | |
|-----------------------|------|
| 10 Albertine Sarrazin | p.60 |
| 11 Frédéric Chopin | p.64 |
| 12 George Sand | p.66 |
| 13 Joseph Ricôme | p.68 |
| 14 Voltaire | p.62 |

MOSSON

- | | |
|---------------------|------|
| 15 Georges Brassens | p.26 |
| 16 Léo Lagrange | p.22 |
| 17 Marie Curie | p.20 |
| 18 Louis Feuillade | p.24 |

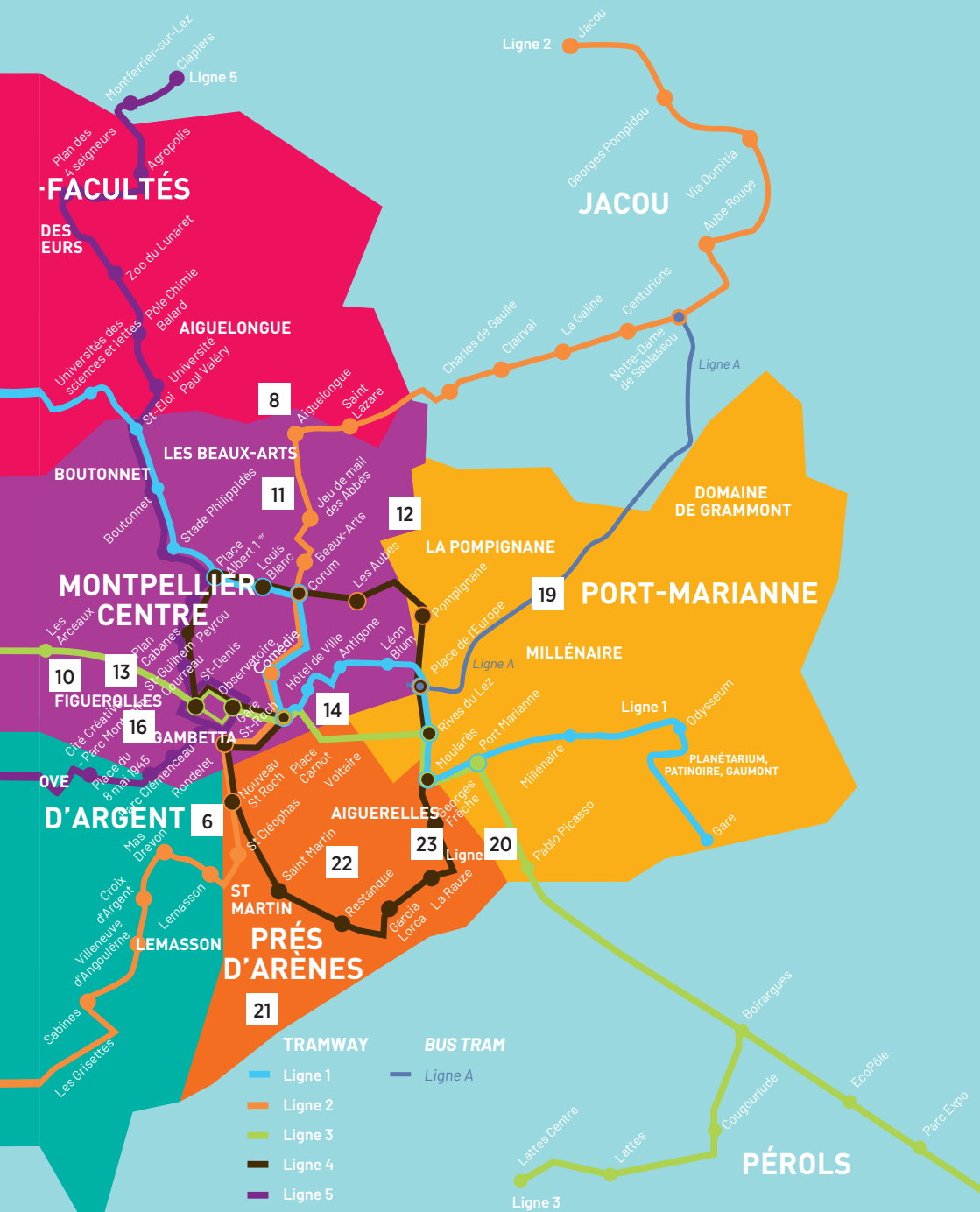
PORT-MARIANNE

- | | |
|--------------------|------|
| 19 Mélina Mercouri | p.54 |
| 20 Frida Kahlo | p.52 |

PRÉS D'ARÈNES

- | | |
|-------------------------|------|
| 21 Jean-Pierre Caillens | p.40 |
| 22 L'Escoutaire | p.42 |
| 23 Boris Vian | p.46 |





MAISON POUR TOUS MARIE CURIE

RESPONSABLE

Omar Zakani

ADRESSE

13 Allée Antonin Chauliac,
34080 Montpellier
Tél. 04 48 18 62 14
mpt.curie@montpellier.fr

TAM

Tam : Bus n°10 : arrêt Marie Curie,
Tramway n°3 : stations Celleneuve ou Tonnelles

ACCUEIL

Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00,
vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00 (vacances
scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

ACTIVITÉS

ACTIVITÉS ARTISTIQUES

- Artisanat d'art** 71
Modelage
- Arts graphiques et plastiques** 72
Dessin, peinture, aquarelle

ACTIVITÉS DANSES

- Danses de salon
et danses de couple** 80
Danse en ligne
Danses de salon et danses de couple
- Danses du monde** 82
Afro-cubaine
Indienne
- Danses traditionnelles
et régionales** 84
Danse et chants traditionnels
du Portugal
Danses traditionnelles
- Danses urbaines
et contemporaines** 85
Corps et mouvement
Street jazz
Urban contemporain
- Divers danses** 88
Danse parents/enfants

ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

- Français langue étrangère
(FLE)** 93
Alphabétisation (CFG)
Atelier discussion en français
- Langue des signes
et langue universelle** 94
Langue des signes française (LSF)
- Langues étrangères** 94
Anglais

ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

- Théâtre et spectacles vivants** 102
Théâtre
Théâtre d'improvisation
Théâtre d'improvisation (atelier de
recherche)

ACTIVITÉS LOISIRS

- Accueil petite enfance** 107
Atelier Bambino
Ludothèque
- Arts culinaires** 107
Découverte des produits du
terroir : œnologie
- Jeux de société et cartes** 108
Belote coïncée
Scrabble
- Loisirs créatifs** 110
Couture

ACTIVITÉS MUSICALES

- Chant** 113
Chant collectif pop-rock
Chant du monde, rythme et
percussions corporelles
Chants traditionnels à danser
- Instruments de musique** 116
Ensemble d'accordéons
Guitare
Piano
Ukuléle en chantant

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

- Arts martiaux
et sports d'opposition** 125
Aïkido
Baby boxe
Capoeira
Judo
- Gymnastique
et disciplines associées** 130
Activité physique adaptée
Gymnastique Âge d'Or
Gymnastique douce
Méthode Feldenkrais
Méthode Feldenkrais assise
Pilates
Postural Ball
Qi gong
Stretching
- Relaxation
et disciplines associées** 139
Barre à terre
Viniyoga
Yoga du rire

ACTIVITÉS SOLIDARITÉ, MÉDIATION ET PARTAGE

- Aides à la scolarité** 145
Accompagnement à la scolarité
Espace collège
- Autres partages** 146
Atelier mémoire
- Parentalité** 147
Café des parents

PERMANENCES ET SERVICES

Comité Départemental d'Éducation pour la Santé de l'Hérault	Accompagnement des personnes confrontées à des problématiques d'addiction	Jeudi 14:00-17:30 Bimensuel semaine impaire
Espace public numérique	Poste informatique à disposition	Lundi au vendredi 09:00-12:00 et 14:00-18:00

ASSOCIATIONS

Accorderie de Montpellier
 Association Anim'Aidants 34
 Association le Moovenement
 Association Mouvement Fluide
 Bailashe
 Belote Coinchée Montpellier
 Capoeira Occitanie
 Cercle Aikido Montpelliérain
 Collectif Yao
 Comité Départemental d'Éducation pour la Santé de l'Hérault
 Compagnie Moustache
 Compagnie Odette Louise
 Danse Évasion
 Des Mains pour le Faire
 Entre Voix
 Flex-Attitude
 In The Mood For English
 La Batucanfare

La Synergie des Mémoires Humaines
 L'Arbre de Vie - Qi Gong
 Le Scrabble Cellenevois
 Les Idéphiles
 Les Mains et Signes
 L'Étable à Dessin
 Lidante
 Ma Vie
 Metiss'art
 Montpellier Accordéon
 Montpellier Boxing Paillade
 Montpellier Judo Olympic
 Natyamandir Danses de l'Inde
 R'Danse
 Saudade
 Sport - Équi - Fit
 Tagadazik
 Vins D'elles
 Yoga Passion



MAISON POUR TOUS LÉO LAGRANGE

RESPONSABLE

Vincent Ferraris

ADRESSE

155 Rue de Bologne,
34080 Montpellier
Tél. 04 48 18 62 18
mpt.lagrange@montpellier.fr

TAM

Bus n°19 : arrêt Oxford
Tramway n°1 : station Halles de la Paillade

ACCUEIL

Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00,
vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00
(vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

ACTIVITÉS

ACTIVITÉS ARTISTIQUES

- Artisanat d'art** 71
Peinture sur porcelaine
Reliure
- Arts graphiques et plastiques** 72
Peinture à l'huile et pastel

ACTIVITÉS DANSES

- Danses de salon
et danses de couple** 80
Salsa
- Danses du monde** 82
Bollywood
Indienne et Bollywood
- Danses traditionnelles
et régionales** 84
Danses traditionnelles folkloriques
Danse traditionnelle et folklore du
Massif Central
- Danses urbaines
et contemporaines** 85
Break dance, hip-hop

ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

- Français langue étrangère
(FLE)** 93
Alphabétisation
- Langues étrangères** 94
Grec (initiation)

ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

- Théâtre et spectacles vivants** 102
Improvisation clown, théâtre danse
et marionnettes contemporaines
Théâtre

ACTIVITÉS LOISIRS

- Accueil petite enfance** 107
Les loustics : accueil parents/
enfants
Loisirs créatifs
- Loisirs créatifs** 110
Initiation aux arts créatifs
- Rencontres et convivialité** 111
Entre' L
Les causeries (jeux libres et de
société)

ACTIVITÉS MUSICALES

- Chant** 113
Chorale (chœur régional Francis
Poulenc)
Chorale variétés
Groupe vocal a cappella Jazzvoxx
Groupe vocal Les Z'enchanteurs
- Créations musicales** 115
Ensemble jazz les Why Notes
La fabrique : ateliers libre de
découverte MAO, enregistrement
studio, écriture musicale et mixage
Orchestre salsa
- Éveil musical** 116
Formation musicale
Rythme spécial batteur
- Instruments de musique** 116
Batterie
Ensemble instrumental
Ensemble Jazz Approche Impro
Flûte, flûte traversière
Guitare
Guitare électrique
Handpan, percussions mélodiques
Musiques traditionnelles
folkloriques
Piano
Violon
Violon alto

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

- Arts martiaux
et sports d'opposition** 125
Judo
Ninjutsu
Taekwondo
Tennis de table Âge d'Or
Wing Tsun Kung Fu
- Gymnastique
et disciplines associées** 130
Activité physique adaptée
Cardio training et Pilates
Cuisses abdos fessiers, zumba
Entraînement fractionné de haute
intensité (HIIT), yoga stretching
Fit boxing, full body
Renforcement musculaire
Yoga Hatha
Zumba fitness et entraînement
fractionné de haute intensité (HIIT)

ACTIVITÉS SOLIDARITÉ, MÉDIATION ET PARTAGE

- Aides à la scolarité** 145
Accompagnement à la scolarité
Techniques d'apprentissages
- Parentalité** 147
Parents relais - Accueillir, informer,
accompagner

ACTIVITÉS TECHNOLOGIE DE L'INFORMATION, SCIENCES ET DIVERS

- Expériences scientifiques** 149
Club sciences

PERMANENCES ET SERVICES

Association pour l'Emploi et le Développement des Entreprises - Boutique de Gestion	CitésLab / BGE Montpellier Cœur d'Hérault Accompagnement à la création ou au développement d'entreprise	Mardi 09:00-12:00 et 14:00-17:30
Diabète Recherche Éducation Alimentation Métabolisme	Atelier avec objectif d'aider les participants à mieux comprendre leur maladie, et d'acquérir des savoirs et compétences leur permettant de mieux vivre avec	Jeudi 14:00-16:00
Diabète Recherche Éducation Alimentation Métabolisme	Atelier collectif d'éducation thérapeutique pour accompagner les personnes en situation de surpoids ou d'obésité vers un mieux être durable	Mardi 14:00-16:00

ASSOCIATIONS

Alpha Dance Company
ANSA Association Nouvelle pour la Solidarité au Féminin
Art et Création Chorale
Association BGE Sud-Ouest
Association de la Fondation Étudiante pour la Ville
Association du Docteur Mickael Bekri Benchortane
Association Française de Progressive Wing Tsun System
Attitude
Bujinkan Wakachiai Dojo
Creatures Créatrices
Diabète Recherche Éducation Alimentation Métabolisme
ELC Excellensia Learning Community
Euro - Grèce France
Foyer Départemental et Expérimental d'Éducation Populaire
Génération Solidaires et Citoyennes
Groupe Français D'éducation Nouvelle LR
Jazzpirateur
Jita Kyoei Judo 34

La Bourréio del Clapas
La Draille Colorée
La Ligue de l'Enseignement Hérault
Le Chœur des Baladins
L'envol du Héron
Les Amis du Duo Durey
Les Loustics du Pic
Les Petits Débrouillards Occitanie
Leve - Toi et Danse
Lez Arts Mèlés
Light Company
Ohe
Restaurants du Cœur - Les Relais du Cœur de l'Hérault
SATYA YOGA
T2M Taekwondo Montpellier Mosson
Tin Hinan
Univers Handpan
WOOM : Femme d'influence
3MTKD Sport Culture Social

STUDIO D'ENREGISTREMENT ET SALLE DE RÉPÉTITION

Ils sont dédiés aux musiques actuelles.

L'ARCHIPEL – ESPACE DE VIE SOCIAL

Café des familles, jeux libres, sortie, ateliers... Contactez la Maison pour tous pour connaître la programmation.



MAISON POUR TOUS LOUIS FEUILLADE

RESPONSABLE

Willem Falbaire

ADRESSE

416 Le Grand Mail,
34080 Montpellier
Tél. 04 34 46 68 00
mpt.feuellade@montpellier.fr

TAM

Bus n°19 : arrêt Oxford
Tramway n°1 : stations Halles de la Paillade ou Stade de la Mosson

ACCUEIL

Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00,
vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00
(vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

ACTIVITÉS

ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Audiodvisuel

Ciné lecture
Cinéma d'animation (initiation)

75

ACTIVITÉS DANSES

Danses du monde

Bollywood
Orientale

82

ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

Français langue étrangère (FLE)

Français langue étrangère (FLE)

93

Langues étrangères

Anglais

94

ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Théâtre et spectacles vivants 102
Théâtre

ACTIVITÉS LOISIRS

Accueil petite enfance 107
Atelier Barbotin

Loisirs créatifs

Couture

107

110

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

Arts martiaux

et sports d'opposition 125
Kick-boxing

Gymnastique

et disciplines associées 130
Cardio boxing, remise en forme
Gym séniors

Retrouvez la programmation du théâtre et du cinéma sur mpt.montpellier.fr ou l'accueil de la Maison pour tous.

ASSOCIATIONS

Association MAQAMAT
Association pour la Promotion de la Couture
Montpellier-Reine
Brand à Part
Collectif Bollyciné

Folie Positive Compagnie
La Fabrik
Mosson Full Contact
Tin Hinan

La Maison pour tous Feuillade est à la fois cinéma et théâtre de quartier, studio vidéo et salle de répétition. Elle favorise l'accès à l'offre et aux pratiques artistiques et culturelles.

CINÉMA DE QUARTIER

Un cinéma de 88 places ouvert à tous les publics qui propose des films récents, des rencontres, des événements et des week-ends thématiques.

THÉÂTRE DE QUARTIER

Un théâtre de 110 places avec au programme de cet équipement consacré au spectacle vivant : stand-up, comédie, hip-hop, slam, spectacles jeune public et propositions associatives.

Des rencontres entre artistes et scolaires sont organisées tout au long de la saison.

Le studio de répétition théâtre et danse est un lieu de répétition pour la comédie et pour de petites formes dansées. Il accueille aussi ateliers et stages ainsi que des résidences d'artistes.



MAISON POUR TOUS GEORGES BRASSENS

RESPONSABLE

Sébastien Miao

ADRESSE

Place Jacques Brel
34000 Montpellier
Tél. 04 48 18 62 06
mpt.brassens@montpellier.fr

TAM

Bus n°19 : arrêt Place d'Italie
Tramway n°1 : station Hauts de Massane
(correspondance bus n°19)

ACCUEIL

Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00,
vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00
(vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

ACTIVITÉS

ACTIVITÉS DANSES

Danses du monde	82
Africaine	
Danses urbaines	85
et contemporaines	
Break dance	

ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

Français langue étrangère	93
(FLE)	
Français (langue, santé et culture)	
Langues étrangères	94
Anglais	

ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Arts du cirque	101
Arts du cirque	
Théâtre et spectacles vivants	102
Théâtre	

ACTIVITÉS LOISIRS

Jeux de société et cartes	108
Échecs	
Loisirs créatifs	110
Atelier créatif et artistique	
Couture	

ACTIVITÉS MUSICALES

Chant	113
Chant collectif	
Instruments de musique	116
Percussions africaines	
Steelband	

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

Arts martiaux	125
et sports d'opposition	
Capoeira	
Grappling - Luta livre	
MMA	
Taekwondo	
Gymnastique	130
et disciplines associées	
Gymnastique fondamentale	
Step	
Stretching	
Zumba	
Relaxation	139
et disciplines associées	
Yoga Hatha	

ACTIVITÉS SOLIDARITÉ, MÉDIATION ET PARTAGE

Aides à la scolarité	145
Accompagnement à la scolarité	
Autres partages	146
Métabolisme et diabète	

PERMANENCES ET SERVICES

ALSH ados	Activités de loisirs, de découverte, sorties sportives et nature, projets jeunes et animations ludiques sont au programme. Adolescents de 12 à 17 ans Tarif : barème selon quotient familial, sur inscription	Du lundi au vendredi 10:00-18:00 Pendant les vacances scolaires
Association pour l'Emploi et le Développement des Entreprises - Boutique de Gestion	CitésLab / BGE Montpellier Cœur d'Hérault Sensibilisation et accompagnement à la création d'entreprise	Jeudi 14:00-17:30
Espace public numérique	Poste informatique à disposition	Lundi au vendredi 09:00-12:00 et 14:00-18:00
France Services	Un conseiller est présent afin de vous accompagner dans vos démarches administratives en ligne (CAF, CPAM, TaM, ACM, France Travail, Impôts, Préfecture, etc.), mais aussi pour vous aider à la prise en main de vos PC, tablette, smartphone...	Vendredi 09:00-12:00 et 13:30-17:00
Mission Locale des jeunes de Montpellier Méditerranée Métropole	Permanence d'information emploi, santé, mobilité, logement pour les jeunes de 16 à 25 ans	Jeudi 14:00-17:00
Soutien pour les parents, les enfants, les adolescents, les jeunes - École des Parents et des Éducateurs de l'Hérault	Lieux d'accueil, d'écoute et de soutien pour les parents, les enfants, les adolescents, les jeunes... les familles Le Point Écoute propose des entretiens confidentiels et gratuits sur rendez-vous avec un psychologue	Vendredi 14:00-18:00

ASSOCIATIONS

BBAC Asso
 Africa Tala
 ANSA Association Nouvelle pour la Solidarité au Féminin
 Association BGE Sud-Ouest
 Association Escola de Capoeira Vem Jogar
 Balthazar Centre des Arts du Cirque
 Comité Départemental UFOLEP 34
 Couleur Sabar
 Culture Physique Fondamentale Tiens Bon la Barre
 Diabète Recherche Education Alimentation Métabolisme
 Échecs Club Montpellier
 École des Parents et des Éducateurs de l'Hérault

ELC Excellensia Learning Community
 Fusion MMA (Octofight 34)
 La Battante
 Les Petits Débrouillards Occitanie
 Mission Locale des Jeunes de Montpellier Méditerranée Métropole
 Montpellier Breaking Métropole
 Nidarts
 Souffle de Yoga Ou So Yog
 Steeldrum - Languedoc
 T2m Taekwondo Montpellier Mosson
 3MTKD Sport Culture Social

MAISON POUR TOUS MARCEL PAGNOL

RESPONSABLE

Ingrid Cazottes

ADRESSE

64 Route de Lavérune,
34070 Montpellier
Tél. 04 48 18 62 09
mpt.pagnol@montpellier.fr

TAM

Bus n°17 : arrêt Estanove
Tramway n°5 : station Estanove

ACCUEIL

Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00,
vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00
(vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

ACTIVITÉS

ACTIVITÉS ARTISTIQUES

- Artisanat d'art** 71
Sculpture sur terre
- Arts graphiques et plastiques** 72
Aquarelle
Arts plastiques
Dessin, bande dessinée, manga
Dessin et techniques mixtes
Pastel
Peinture à l'huile et acrylique

ACTIVITÉS DANSES

- Danses classiques et danses modernes** 79
Danse en talons
Lyrical jazz
Modern jazz
- Danses de salon et danses de couple** 80
Danse du 19^e siècle
Danse en ligne
- Danses du monde** 82
Orientale
- Danses urbaines et contemporaines** 85
Hip hop
K-Pop
Street dance
Street jazz
- Divers danses** 88
Afrovibe

ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

- Français langue étrangère (FLE)** 93
Français langue d'intégration (FLI)

Langues étrangères

Anglais
Chinois
Japonais
Russe

ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

- Théâtre et spectacles vivants** 102
Improvisation clownesque
Théâtre

ACTIVITÉS LOISIRS

- Loisirs créatifs**
Couture
Point de croix broderie
- Rencontres et convivialité**
Philatélie

ACTIVITÉS MUSICALES

- Chant** 113
Chant (éveil)
Chorale : chant polyphonique
- Éveil musical** 116
Éveil musical
- Instruments de musique** 116
Guitare
Ukulélé

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

- Arts martiaux et sports d'opposition** 125
Boxe éducative
Boxe self défense
Capoeira Angola
Viet Vo Dao
Viet Vo Dao, Tai Chi, Qi gong

94 **Gymnastique et disciplines associées** 130

Full body
Gymnastique Âge d'Or
Gymnastique d'entretien
Gym tonique
Pilates
Postural Ball
Qi gong
Renforcement musculaire et barre à terre
Sport adapté aux seniors
Sport socio-citoyen
Step cardio
Stretching

110 **Relaxation et disciplines associées** 139

Rire et sophrologie
Yoga détente
Yoga Hatha
Yoga Vinyasa

ACTIVITÉS SOLIDARITÉ, MÉDIATION ET PARTAGE

- Aides à la scolarité** 145
Accompagnement à la scolarité
- Autres partages** 146
MARHBA (Moments Autonomes et Réguliers des Habitants, Bien-être et Agora)
Temps de rencontre et de convivialité

ACTIVITÉS TECHNOLOGIE DE L'INFORMATION, SCIENCES ET DIVERS

- Informatique, internet** 149
Atelier de soutien numérique

PERMANENCES ET SERVICES

Accompagnement proposé par la Maison pour tous	Point ressources aides administratives	Mardi 14:00-16:00 Jeudi 10:00-12:00 Sur rendez-vous
ALSH ados	Activités de loisirs, de découverte, sorties sportives et nature, projets jeunes et animations ludiques sont au programme. Adolescents de 12 à 17 ans Tarif : barème selon quotient familial, sur inscription	Du lundi au vendredi 10:00-18:00 Pendant les vacances scolaires
Association pour l'Emploi et le Développement des Entreprises - Boutique de Gestion	CitésLab / BGE Montpellier Cœur d'Hérault Sensibilisation et accompagnement à la création d'entreprise	Lundi 14:00-17:30
Espace public numérique	Poste informatique à disposition	Lundi au vendredi 09:00-12:00 et 14:00-18:00

ASSOCIATIONS

Assiana
Association BGE Sud-Ouest
Cercle Philatélique Numismatique Cartophile de Montpellier
Context' Art
Création et Mouvement
Croix Rouge Française - Délégation de Montpellier
Des Mains pour le Faire
Fitness ma vie - Sport et bien-être
Full Tükan Live Band
H2O' Studio
Hisparamac ukulélé Club de Montpellier
Institut de Relations Culturelles Franco - Russes
La Ronde
La Synergie des Mémoires Humaines
L'Arbre de Vie - Qi Gong

L'atelier de la danse By F
Le cœur à rire
Le Fil des Passions à Montpellier
Les Danseurs du Nil
Magdances
Montpellier Boxing Paillade
Montpellier Viet Vo Dao
Mosaïque des Hommes et des Jardins
Mukanda Capoeira Angola Montpellier
Notes en Bulles
Sport - Équi - Fit
Union dansons la vie
Urban Movement
WOOM : femme d'influence
3MTKD Sport Culture Social



MAISON POUR TOUS

ANTOINE DE SAINT-EXUPÉRY

ADRESSE

130 Allée du Briol,
34070 Montpellier
Tél. 04 67 34 88 00
mpt.saintexupery@
montpellier.fr
service-mpt@montpellier.fr

TAM

Bus n°15, n°17 ou n°20 : arrêt Parc Font-Colombe
Tramway n°5 : station Parc Font-Colombe

ACCUEIL

La Maison pour Tous Antoine de Saint-Exupéry modifie son fonctionnement pour la saison 2026/2027. À la suite de nécessités de travaux sur l'espace d'accueil, sa programmation est désormais portée par le service général des Maisons pour Tous. Les activités associatives se poursuivent à l'identique et les espaces d'animation restent accessibles dans le cadre de la programmation.

ACTIVITÉS

ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Arts graphiques et plastiques 72
Dessin, peinture

ACTIVITÉS DANSES

Danses classiques et danses modernes 79
Danse en talons
Modern jazz

Danses de salon et danses de couple 80
Danse du 19^e siècle

Danses du monde 82
Orientale

Danses urbaines et contemporaines 85
Danse contemporaine
Hip hop
Street jazz

Éveil danse 88
Éveil corporel

ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

Langues étrangères 94
English playtime

ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Théâtre et spectacles vivants 102
Théâtre

ACTIVITÉS MUSICALES

Instruments de musique 116
Darbouka (percussion orientale)
Piano

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

Arts martiaux et sports d'opposition 125
Aïkido
Capoeira
Judo

Gymnastique et disciplines associées 130
Entraînement fractionné de haute intensité (HIIT)
Fit boxing
Gymnastique douce
Zumba

Relaxation et disciplines associées 139
Sophrologie
Yoga

POUR TOUTES INFORMATIONS, INSCRIPTIONS AUX ACTIVITÉS, CONTACTEZ LES ASSOCIATIONS :

ACTIVITÉS	ASSOCIATIONS	CONTACTS
Aïkido	Aikiciam	06 29 49 42 23 (laisser un message)
Capoeira	BERIMBAUS DE GUATAMBU	06 95 05 78 60
Danse contemporaine	Compagnie Imagine	06 51 91 18 18
Danse du 19 ^e siècle	Magdances	06 71 26 99 20
Danse en talons	Association de danses les Maska's	07 70 40 14 52
Éveil corporel		
Modern Jazz		
Street Jazz		
Danse orientale Darbouka (percussion orientale) Zumba	Passion de Scène	06 26 80 02 50
Dessin, peinture	Association Pour la Diffusion de l'Expression Artistique (ADEA)	06 51 48 29 72
English playtime	Cock - a - doodle - doo	06 60 65 95 95
Entraînement fractionné de haute intensité (HIIT : High Intensity Interval Training)	WOOM : femme d'influence	06 62 73 65 88
Fit boxing		
Gymnastique douce	Vacances Adaptées,	07 77 73 37 22
Sophrologie	Vie et Inclusion (V.A.V.I)	
Hip hop	Attitude	04 67 60 35 65
Judo	La Maison du Judo	06 52 36 75 64
Piano	Irri - Yu	06 59 47 78 68
Théâtre	Le Cœur à Barbe	07 82 75 44 77
Yoga	Ajna Yoga	06 64 03 92 70

MAISON POUR TOUS

PAUL-ÉMILE VICTOR - FANFONNE GUILLIERME

RESPONSABLE

Adelyne Mousty

ADRESSE MPT

PAUL-ÉMILE VICTOR

1247 Av. du Professeur

Louis Ravaz

34080 Montpellier

Tél. 04 48 18 62 19

mpt.victor@montpellier.fr

TAM

Bus n°6 : arrêt Sainte-Geneviève

Tramway n°1 : station Château d'Ô ou n°3 : station

Hôtel du Département

ACCUEIL

Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00,

vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00

(vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

ADRESSE BÂTIMENT

FANFONNE GUILLIERME

Rue des Avant-Monts

34080 Montpellier

Tél. 04 48 18 62 15

mpt.guillierme

@montpellier.fr

ACTIVITÉS à MPT Paul-Émile Victor

ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Artisanat d'art 71
Sculpture sur terre

Arts graphiques et plastiques 72
Dessin, peinture

ACTIVITÉS DANSES

Danses urbaines et contemporaines 85
Break dance

ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

Français langue étrangère (FLE) 93

Français langue étrangère (FLE)

Langues étrangères 94
Coréen
Espagnol

ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Écriture et poésie 101
Atelier d'écriture créative

Théâtre et spectacles vivants 102
Théâtre
Théâtre d'improvisation

ACTIVITÉS LOISIRS

Loisirs créatifs 110
Café couture
Couture

ACTIVITÉS MUSICALES

Chant 113
Gospel

Instruments de musique 116
Guitare
Ka (tambour)
Piano

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

Arts martiaux et sports d'opposition 125

Aïkido
Escrime de spectacle
Judo
Taekwondo

Éveil corporel et cérébral 130
Activ'Mémoire

Gymnastique et disciplines associées 130

Gymnastique adaptée
Gymnastique Âge d'Or
Gym sur chaise
Qi gong

Relaxation et disciplines associées 139
Yoga Hatha Vinyasa

ACTIVITÉS SOLIDARITÉ, MÉDIATION ET PARTAGE

Aides à la scolarité 145
Accompagnement à la scolarité

ACTIVITÉS

Bâtiment Fanfonne Guillierme

ACTIVITÉS DANSES

Danses du monde

Bollywood semi-classique et
création chorégraphique
Orientale
Brésilienne

82

Danses traditionnelles et régionales

Danse traditionnelle caribéenne

84

Divers danses

Danse libre

88

ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

Français langue étrangère (FLE)

Alphabétisation

93

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

Gymnastique et disciplines associées

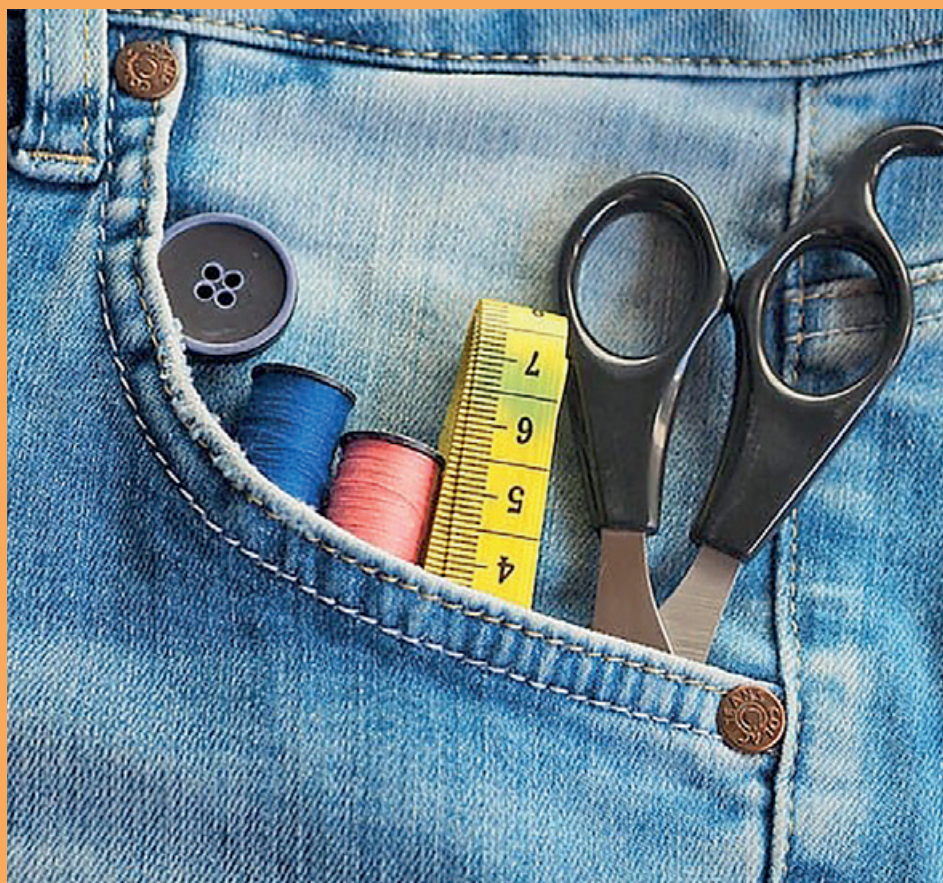
Gymnastique
Pilates

130

Relaxation et disciplines associées

Yoga

139





PERMANENCES ET SERVICES

Association pour l'Emploi et le Développement des Entreprises - Boutique de Gestion	CitésLab / BGE Montpellier Cœur d'Hérault Sensibilisation et accompagnement à la création d'entreprise	Lundi 09:00-12:00
Diabète Recherche Éducation Alimentation Métabolisme	Programme Solidarité, activités physiques, alimentation	Lundi 09:00-10:30 et 10:30-12:00
Point Accueil Écoute Jeunes - École des Parents et des Éducateurs de l'Hérault (EPE34)	Lieux d'accueil, d'écoute et de soutien pour les parents, les enfants, les adolescents, les jeunes et les familles Le Point Écoute propose des entretiens confidentiels et gratuits sur rendez-vous avec un psychologue	Jeudi 09:00-12:00

Bâtiment Fanfonne Guillerme

PERMANENCES ET SERVICES

ALSH - L' Atelier Populaire	Tous les mercredis après-midi + vacances scolaires Activités de loisirs et créatives	Mercredi 14:30-17:30
LAEP au Jardin - Jouons en Ludothèques	Ateliers-jeux et groupes de parole sur la parentalité Contact au 04 67 69 00 81	Vendredi 08:30-12:30
Micro-crèche Baby car - Mas des Moulins	Accueil jeunes enfants jusqu'à 3 ans	Lundi et mardi 08:45-11:45 Jeudi et vendredi 13:45-16:45

ASSOCIATIONS

APPRES - Poursuite de la Réhabilitation Respiratoire
Association BGE Sud-Ouest
Association Jordelan
Association pour la Diffusion de l'Expression Artistique
Attitude
AVEC - Association Vivre Ensemble en Citoyens
Quartier des Cévennes
Comité Départemental UFOLEP 34
Compagnie ça fait des bulles
Couleur K'RAÏB
Diabète Recherche Éducation Alimentation Métabolisme
École Coréenne de Montpellier
École des Parents et des Éducateurs de l'Hérault
Fitness ma vie - Sport et bien-être
Génération Taekwondo
GWAP'KAKO

Inner Peace
Jouons en Ludothèques
L'Atelier Populaire
La Maison du Judo
Latinoriental
Les Ours Molaires
Les Vils Faquins
Los Cumbiamberos del Sur
Mas des Moulins
Mouvance
Natyamandir Danses de l'Inde
QUINTAL DO BRASIL
Retraite Sportive de Montpellier
Sismographes
Sport - Équi - Fit
Sunday Blues singers

MAISON POUR TOUS FRANÇOIS VILLON

RESPONSABLE

Ludivine Si-Ahmed
(par intérim)

ADRESSE

55 Rue des Araucarias
34080 Montpellier
Tél. 04 48 18 62 20
mpt.villon@montpellier.fr

TAM

Bus n°10 ou n°15 : arrêt Tonnelles
Tramway n°3 : Tonnelles

ACCUEIL

Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00,
vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00
(vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

Agréée centre social

ACTIVITÉS

ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Artisanat d'art
Poterie

71

ACTIVITÉS DANSES

Danses urbaines et contemporaines

Break dance
Break dance training libre
District danse

85

Divers danses

Danse adaptée aux séniors

88

Éveil danse

Clown et arts transversaux

88

ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

Français langue étrangère (FLE)

Français langue d'intégration (FLI)
Français langue étrangère (FLE)

93

Langues étrangères

Anglais

94

ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Théâtre et spectacles vivants
Théâtre

102

ACTIVITÉS LOISIRS

Arts culinaires
Cuisine

107

Jeux de société et cartes

Questions pour un champion
Scrabble

108

Loisirs créatifs

Couture

110

ACTIVITÉS MUSICALES

Instruments de musique

Orchestre arabo-andalou junior

116

ACTIVITÉS

PHYSIQUES ET DÉTENTE

Arts martiaux et sports d'opposition

Capoeira
Judo

125

Éveil corporel et cérébral

Le rendez-vous des tout-petits
Motricité

130

Gymnastique et disciplines associées

Gymnastique rythmique et sportive (GRS)
Pilates

130

Renforcement cardio oriental
Renforcement cardio Pilates
Sport adapté aux séniors

Relaxation et disciplines associées

Acroyoga
Méditation pleine conscience
Viniyoga
Yoga adapté (sur chaise)
Yoga Hatha

139

ACTIVITÉS SOLIDARITÉ, MÉDIATION ET PARTAGE

Aides à la scolarité

Accompagnement à la scolarité

145

Autres partages

Médiation administrative et sociale

146

Parentalité

Café des parents

147

ACTIVITÉS TECHNOLOGIE DE L'INFORMATION, SCIENCES ET DIVERS

Expériences scientifiques

Club sciences

149

PERMANENCES ET SERVICES

ALSH ados	Activités de loisirs, de découverte, sorties sportives et nature, projets jeunes et animations ludiques sont au programme. Adolescents de 12 à 17 ans Tarif : barème selon quotient familial, sur inscription	Du lundi au vendredi 10:00-18:00 Pendant les vacances scolaires
Association pour l'Emploi et le Développement des Entreprises - Boutique de Gestion	CitésLab / BGE Montpellier Coeur d'Hérault Sensibilisation et accompagnement à la création d'entreprise	Jeudi 14:00-17:00 Sur rendez vous
CIDFF - Centre d'Information des Droits des Femmes et Familles	Permanence d'accès au droit	Jeudi 14:00-17:30 Tous les 1er et 3e jeudis du mois Sur rendez vous
COMIDER (Comité pour le Développement de l'Économie Régionale)	Aide à la reprise professionnelle Sensibilisation et accompagnement à la création d'entreprise	Vendredi 09:00-13:00
Micro-crèche Baby car - Mas des Moulins	Accueil jeunes enfants jusqu'à 3 ans	Mardi 13:15-17:00 Vendredi 08:15-12:00
Temps d'informations et d'échanges	Lieu d'Orientation, de Convivialité, d'Accompagnement et de Lien (LOCAL)	Mardi 10:45-12:00
Vrac et Cocinas - Coopérations citoyennes pour l'alimentation	Épicerie solidaire éphémère	Vendredi 14:00-19:45 Un vendredi par mois

ASSOCIATIONS

À Corps de L'Être
 Association BGE Sud-Ouest
 Association Escola de Capoeira Vem Jogar
 Association la Détente
 Association Montpelliéraine de Sport au Féminin
 Association pour la promotion de la couture montpellier-reine
 Attitude
 Club Question pour un Champion Montpellier
 COMIDER Comité pour le Développement de l'Économie Régionale
 Comité Départemental UFOLEP34
 Compagnie du Geste
 Compagnie Intermezzo
 CIDFF - Centre d'Information des Droits des Femmes et Familles
 Corps Filants
 Dard'art
 Deux Dents Dehors

Essor Savoirs Et Partage
 La Maison du Judo
 Les Petits Débrouillards Occitanie
 Lieu d'Orientation, de Convivialité, d'Accompagnement et de Lien
 Mas des Moulins
 Medit et Vous
 Montpellier Scrabble
 Ola! Form & Bien-Être
 Psychologie Accompagnement Conseil
 Transculturalité Education
 Pulx
 Raiponce
 Service d'orientation et de Médiation pour l'Insertion Sociale
 Universel 34
 Vrac et Cocinas - Coopérations Citoyennes pour l'Alimentation
 Yoga Passion

MAISON POUR TOUS

ANDRÉ CHAMSON

RESPONSABLE

Fabienne Bouzidi-Grel

ADRESSE

105 rue Gustave Eiffel
34070 Montpellier
Tél. 04 48 18 62 22
mpt.chamson@montpellier.fr

TAM

Bus n°11 ou n°15 : arrêt Martellière

ACCUEIL

Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00,
vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00
(vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

ACTIVITÉS

ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Arts graphiques et plastiques 72
Arts plastiques
Calligraphie chinoise
Peinture

ACTIVITÉS DANSES

Danses classiques et danses modernes 79
Jazz

Danses de salon et danses de couple 80
Danse en ligne

Danses traditionnelles et régionales 84
Danses écossaises

Danses urbaines et contemporaines 85
Hip hop

ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

Français langue étrangère (FLE) 93
Alphabétisation

Langues étrangères 94
Italien

ACTIVITÉS LITTÉRAIRE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Arts du cirque 101
Arts du cirque

Conférences, débats et découvertes 101
Histoire de l'art

Théâtre et spectacles vivants 102
Il était une fois
Théâtre
Théâtre création

ACTIVITÉS LOISIRS

Accueil petite enfance 107
Animations petite enfance

Jeux de société et cartes 108
Scrabble

Loisirs créatifs 110
Couture

ACTIVITÉS MUSICALES

Chant 113
Chorale
Chorale : chant polyphonique

Instruments de musique 116
Guitare
Piano
Violon

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

Arts martiaux et sports d'opposition 125
Escrime historique
Iaido

Gymnastique et disciplines associées 130
Abdos fessiers
Gymnastique d'entretien
Gymnastique rythmique et sportive (GRS)
Gym tonique
Penchak Silat traditionnel
Pilates

Relaxation et disciplines associées 139
Viniyoga (inspiration Iyengar)
Yoga
Yoga Vinyasa

ACTIVITÉS SOLIDARITÉ, MÉDIATION ET PARTAGE

Aides à la scolarité 145
Accompagnement à la scolarité

PERMANENCES ET SERVICES

ALSH ados	Activités de loisirs, de découverte, sorties sportives et nature, projets jeunes et animations ludiques sont au programme. Adolescents de 12 à 17 ans Tarif : barème selon quotient familial, sur inscription	Du lundi au vendredi 10:00-18:00 Pendant les vacances scolaires
Espace public numérique	Poste informatique à disposition	Lundi au vendredi 09:00-12:00 et 14:00-18:00 (sauf mercredi après-midi)

ASSOCIATIONS

Atout Chœur
 Bambins et compagnie
 Centre recherches et enseignement en histoire de l'art moderne
 Cercle Aikido Montpelliérain
 Club de Danse Écossaise de Montpellier
 Creat Fil
 Dominote
 École Chevaleresque
 Encre Sauvage
 Gymnastique Volontaire la Chamberte
 Handic Art

Kehebatan Silat
 Kerozen et Gazoline
 La Ronde
 Les amis de la Sicile. Association Montpellier-Palermes.
 Passeurs d'Histoires
 Raiponce
 Urban Movement
 Yoga la Martelle
 Yoga Passion



MAISON POUR TOUS

JEAN-PIERRE CAILLENS

RESPONSABLE

Arsène Bouakira

ADRESSE

Place de Tibériade,
Tournezy, 34070 Montpellier
Tél. 04 48 18 62 12
mpt.caillens@montpellier.fr

TAM

Bus n°11 : arrêts Mas Saint-Pierre ou Tournezy

ACCUEIL

Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00,
vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00 (vacances
scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

ACTIVITÉS

ACTIVITÉS DANSES

Danses de salon et danses de couple
Salsa

ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

Français langue étrangère (FLE)
Français langue étrangère (FLE)

ACTIVITÉS LOISIRS

Arts culinaires
Cuisine du monde

Loisirs créatifs
Atelier créatif
Couture
Couture et crochet
Crochet et tricot

ACTIVITÉS MUSICALES

Chant 113
Chant
Instruments de musique 116
Batucada
Piano

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

80 Arts martiaux et sports d'opposition 125
Boxe anglaise
Boxe thaï
Catch
Karaté
Préparation physique
93 Sabre thaïlandais Krabi Krabong
Gymnastique et disciplines associées 130
Éveil sportif
Gym et marche
Gym tonique
107 Relaxation et disciplines associées 139
110 Yoga

PERMANENCES ET SERVICES

Centre APAJ (Accompagnement de Parcours Adultes et Jeunes)	Insertion professionnelle et création de CV	Mardi et vendredi 14:00-16:00
Familles Rurales Fédération Départementale de l'Hérault	Aides administratives aux familles	Mercredi 09:30-12:00
Mission Locale des jeunes de Montpellier Méditerranée Métropole	Permanence d'information emploi, santé, mobilité, logement pour les jeunes de 16 à 25 ans	Vendredi 14:00-17:00

ASSOCIATIONS

Association Alchimie
Association Biterroise de Catch
Association Spectacle Haley
Centre APAJ (Accompagnement de Parcours Adultes
et Jeunes)
Comité de Quartier de Tournezy
Familles Rurales Fédération Départementale de
l'Hérault
Gym aux Prés

Jeunesse Sportive Montpellier
L'Etoile des Mères
Mission Locale des jeunes de Montpellier
Méditerranée Métropole
Pisongo
Pura Vida
Ritmo Loco Sueno de baile
Tama Jam



MAISON POUR TOUS L'ESCOUTAIRE

RESPONSABLE

Grégory Nogré

ADRESSE

67 Rue des Razeteurs,
34070 Montpellier
Tél. 04 48 18 62 10
mpt.escoutaire@montpellier.fr

TAM

Bus n°8 : arrêt Razeteurs ou n°11 : arrêt Collège
Gérard Philippe
Tramway n°4 : station Saint-Martin - Le Jam ou n°2 :
station Saint-Cléophas

ACCUEIL

Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00,
vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00
(vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

Agréée centre social

ACTIVITÉS

ACTIVITÉS ARTISTIQUES

- Artisanat d'art** 71
Mosaïque
Peinture sur porcelaine : technique
impressionniste
Peinture sur porcelaine : technique
traditionnelle
Peinture sur verre
Poterie
Vitrail méthode Tiffany
- Arts graphiques et plastiques** 72
Arts plastiques
Dessin, peinture
Dessin, peinture et histoire de l'art

ACTIVITÉS DANSES

- Danses classiques et danses
modernes** 79
Classique
- Danses de salon
et danses de couple** 80
Danses de bal de Napoléon III à
1900
Salsa
- Danses du monde** 82
Country line dance
- Danses traditionnelles
et régionales** 84
Danses folkloriques traditionnelles
bulgares
- Danses urbaines
et contemporaines** 85
Break dance
K-Pop

ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

- Français langue étrangère
(FLE)** 93
Français langue d'intégration (FLI)
- Langue des signes
et langue universelle** 94
Esperanto
- Langues étrangères** 94
Anglais
Espagnol
Italien

ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

- Théâtre et spectacles vivants** 102
Commedia dell'arte
Écriture, théâtre et image
Théâtre
Théâtre d'improvisation

ACTIVITÉS LOISIRS

- Accueil petite enfance** 107
Parent'Aïse
- Jeux de société et cartes** 108
Jeux de rôles et de société
- Loisirs créatifs** 110
Couture

ACTIVITÉS MUSICALES

- Chant** 113
Ensemble vocal
- Instruments de musique** 116
Guitare
Orchestre (instruments à cordes
et à vents)

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

- Arts martiaux et sports
d'opposition** 125
Baby karaté
Jiu-jitsu brésilien
Karaté-do
- Gymnastique et disciplines
associées** 130
Circuit training
Éveil sportif
Gym, abdos fessiers, renforcement
musculaire
Gym globale
Gymnastique
Gymnastique d'entretien et
renforcement musculaire
Gymnastique douce
Pilates
Pilates, stretching
Postural Ball
Renforcement musculaire
Sport adapté aux séniors
Stretching
- Relaxation et disciplines
associées** 139
Relaxation, méditation
Yoga
Yoga Hatha
Yoga Iyengar
Yoga parents/enfants
Yoga Sivananda
Yoga Vinyasa

ACTIVITÉS SOLIDARITÉ, MÉDIATION ET PARTAGE

Aides à la scolarité

Accompagnement à la scolarité

145

ACTIVITÉS TECHNOLOGIE DE L'INFORMATION, SCIENCES ET DIVERS

Expériences scientifiques

Club sciences

149

PERMANENCES ET SERVICES

À Domicile Hérault	Service d'accompagnement à la parentalité et la scolarité, atelier de loisirs créatifs	Lundi 14:00-16:00
Accueil jeunes	Accueil des jeunes de 11 à 17 ans sans réservation	Lundi 17:00-19:00 Mardi au jeudi 16:30-19:00 Vendredi 15:00-18:00
Adoventurier	Accueil des jeunes de 11 à 15 ans sans réservation	Mercredi 14:30-16:00
ALSH ados	Activités de loisirs, de découverte, sorties sportives et nature, projets jeunes et animations ludiques sont au programme. Adolescents de 12 à 17 ans Tarif : barème selon quotient familial, sur inscription	Du lundi au vendredi 10:00-18:00 Pendant les vacances scolaires
Association pour l'Emploi et le Développement des Entreprises - Boutique de Gestion	CitésLab / BGE Montpellier Cœur d'Hérault Sensibilisation et accompagnement à la création d'entreprise	Jeudi 09:00-12:00 Sauf le 3e jeudi du mois
Cité Citoyenne	Accompagnement démarche administrative	Mardi 14:00-16:00
Les Pâtes au beurre - L'APPART	Permanences d'accueils collectifs assurés par des professionnels de la santé psychique, Prévention des difficultés d'ordre psychique, relationnel et social des enfants, des parents, des familles	Vendredi 09:00-11:30
Lieu d'Accueil Enfants/ Parents (LAEP) - Chat perché - Jouons en Ludothèques	Ateliers-jeux et groupes de parole sur la parentalité	Mercredi 08:30-12:30
Mission Locale des jeunes de Montpellier Méditerranée Métropole	Permanence d'information emploi, santé, mobilité, logement pour les jeunes de 16 à 25 ans	Jeudi 14:00-17:00 Avec ou sans RDV
Montpellier Club Handisport	Permanence d'accueil et d'inscription	Mardi 14:00-17:00
Point Accueil Écoute Jeunes - Groupe SOS solidarités	Permanence pluridisciplinaire, le développement du pouvoir d'agir et réduction des risques	Jeudi 14:00-17:00

ASSOCIATIONS

À Domicile Hérault
Ajna Yoga
Alpha Dance Company
Angasana
Association BGE Sud-Ouest
Association Féminine Jasmin d'Orient
Association pour la Diffusion de l'Expression Artistique
Attitude
Bergamote
Centre Culturel Espéranto de Montpellier
Centre Culturel Italien Dante Alighieri
Chemin des Cimes
Cité Citoyenne
Compagnie Intermezzo
Compagnie Solhys
Crazy REBELS 34
Damier Club de Montpellier et d'Occitanie
Danse et guitare passion
Des Mains pour le Faire
Ensemble Instrumental Récréason
Groupe SOS Solidarités
H2o' Studio

Italia e basta
Jeunesse Sportive Montpellier
Jouons en Ludothèques
La Culture Bulgare en Languedoc
L'appart
Les louveteaux de l'impro
Les Petits Débrouillards Occitanie
Les P'tits Loups de Saint Martin
Magdanes
Mission Locale des jeunes de Montpellier
Méditerranée Métropole
Montpellier Club Handisport
My Linguae
Papalote 34 Espace de Vie
Prana Family
Récrea Son
Sport - Équi - Fit
Terra - Ludis Association Ludique Montpelliéraine
Tous en Danse
Union départementale et sportive Léo Lagrange de l'Hérault
Yogasphère





MAISON POUR TOUS **BORIS VIAN**

RESPONSABLE

Nancy Géraud

ADRESSE

14 Rue de l'Améthyste,
34070 Montpellier
Tél. 04 48 18 62 45
mpt.vian@montpellier.fr

TAM

Bus n°8 : arrêts Collège des Aiguerelles ou
Tourmalines
Tramway n°4 : station Georges Frêche - Hôtel de
Ville ou n°1 ou n°3 station Moularès (Hôtel de Ville)

ACCUEIL

Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00,
vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00
(vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

ACTIVITÉS

ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Arts graphiques et plastiques 72
Dessin, peinture

Photographie 75
Photographie

ACTIVITÉS DANSES

Danses classiques et danses modernes 79
Modern jazz

Danses de salon et danses de couple 80
Salsa
Salsa rueda casino

Danses du monde 82
Orientale

Danses urbaines et contemporaines 85
Street jazz

ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

Français langue étrangère (FLE) 93
Alphabétisation

Langues étrangères 94
Italien

ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Théâtre et spectacles vivants 102
Théâtre comédie
Théâtre d'improvisation

ACTIVITÉS LOISIRS

Accueil petite enfance 107
Club pitchouns

ACTIVITÉS MUSICALES

Chant 113
Chorale du monde

Instruments de musique 116
Flûte à bec, flûte traversière

Piano
Saxophone

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

Arts martiaux et sports d'opposition 125
Judo

Karaté
Self défense et krav maga

Gymnastique et disciplines associées 130
Gymnastique

Pilates

Relaxation et disciplines associées 139
Yoga Sivananda

ASSOCIATIONS

Agglo Montpellier Karaté
Ajna Yoga
Asso. Régionale de Promotion d'Ensembles et
Groupe Européens
Association Féminine Jasmin d'Orient
Association Maqamat
Association pour la Diffusion de l'Expression
Artistique
Body Sport La Rauze
Étudiants Institut Formation Soins Infirmiers du CHU
Formation Européenne de Tonfa, Self Défense et
Sports de Combat

Italia e basta
L'Art d'être soi
L'atelier de la danse By F
Le Big Band de Montpellier
Les Ours Molaires
Montpellier Sporting Club Judo Sambo
Musiques Actuelles
Octopus Expression
Rueda Social Club
Slow Mouv



MAISON POUR TOUS ALBERT CAMUS

RESPONSABLE

Alexandra Myr

ADRESSE

118 Allée Maurice Bonafos,
34070 Montpellier
Tél.04 34 88 76 84
mpt.camus@montpellier.fr

TAM

Bus n°17 : arrêt Stade Sabathé
Tramway n°2 : station Mas Drevon

ACCUEIL

Accueil : Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00, vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00
(vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

ACTIVITÉS

ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Arts graphiques et plastiques 72
Aquarelle
Arts plastiques
Dessin libre d'après modèle vivant
Dessin, peinture
Manga

ACTIVITÉS DANSES

Danses classiques et danses modernes 79
Classique
Modern jazz

Danses de salon et danses de couple
Danse de salon

Danses du monde 82
Africaine
Afro dance
Country line dance

Danses traditionnelles et régionales
Danse traditionnelle et folklore du Massif Central

Danses urbaines et contemporaines 85
Break dance
Danse contemporaine

Éveil danse 88
Danse
Éveil corporel

ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

Français langue étrangère (FLE) 93
Atelier socio-linguistique

Langues étrangères 94
Anglais
English playtime
Espagnol
Italien

Langues régionales 98
Corse

ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Conférences, débats et découvertes 101
Généalogie corse
Histoire de l'art

L'atelier du regard 84
Mémoire, actualités et réseaux sociaux

Écriture et poésie 101
Atelier d'écriture

Théâtre et spectacles vivants 102
Stand up et sketches
Théâtre

Théâtre d'improvisation 88
Théâtre (éveil)

ACTIVITÉS LOISIRS

Arts culinaires 107
Découverte des produits du terroir : œnologie

Bricolage et jardinage 108
Réparation de vélo

Jeux de société et cartes 108
Échecs
Scrabble

Loisirs créatifs 110
Café couture
Tissage

ACTIVITÉS MUSICALES

Chant 113
Chant collectif
Chant individuel

Éveil musical 116
Expression vocale et corporelle

Instruments de musique 116
Accordéon, bandonéon
Guitare
Piano
Orchestre atelier arabo-andalou

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

Arts martiaux et sports d'opposition 125
Baby judo
Judo
Judo et sambo
Self défense
Tai Chi Chuan

Gymnastique et disciplines associées 130
Activité physique adaptée
Assouplissement
Cuisses abdos fessiers
Gymnastique Âge d'Or
Gymnastique fondamentale
Naturo training
Pilates
Pilates, stretching
Postural Ball
Qi gong
Stretching

Relaxation et disciplines associées 139
Sophrologie
Yoga Ashtanga et Vinyasa

ACTIVITÉS SOLIDARITÉ, MÉDIATION ET PARTAGE

Aides à la scolarité 145
Accompagnement à la scolarité

ACTIVITÉS TECHNOLOGIE DE L'INFORMATION, SCIENCES ET DIVERS

Expériences scientifiques 149
Club sciences

Informatique, internet 149
Atelier d'initiation à la programmation et création de jeux vidéo
Atelier numérique (Informatique, ordinateur PC et portable, IA)
IA, créativité et citoyenneté numérique

PERMANENCES ET SERVICES

Association pour l'Emploi et le Développement des Entreprises - Boutique de Gestion	CitésLab / BGE Montpellier Cœur d'Hérault Sensibilisation et accompagnement à la création d'entreprise	Mardi 09:00-12:00
Confédération Syndicale des Familles de l'Hérault (34)	Assurer la défense et la représentation des intérêts généraux des familles en leur qualité d'usagers, notamment de locataires ou accédant à la propriété et de consommation de biens et services.	Vendredi 09:00-12:00

ASSOCIATIONS

Africa Tala
Association BGE Sud-Ouest
Association Couloub'Art
ASSOCIATION SPIRA
Atelier des Pelotes
Attitude
Chemin des Cimes
Club Archéologique du Languedoc
Cock - a - doodle - doo
Cocotte-Minute
Comité France Parkinson de l'Hérault
Compagnie d'Autre Part
Compagnie Imagine
Confédération Syndicale des Familles de l'Hérault (34)
Culture Physique Fondamentale Tiens Bon la Barre
Danse Évasion
Dard'art
Dominote
Échecs Club Montpellier
École Accordéon de Montpellier
Eiki l'Ame des Créatifs
En Corps
Ensemble Instrumental Les Résonances
Entre & Avec
Fraternité Corse
Irri - Yu
Italia e basta
Journalistes Médiateurs

Kidotech
La Bourrèio del Clapas
La Synergie des Mémoires Humaines
La Voix de Soi
L'atelier de la danse By F
Les Crobarts d'Assise
Les Francas de l'Hérault
Les louveteaux de l'impro
Les petits bouchons
Les Petits Débrouillards Occitanie
Los Cumbiamberos del Sur
Ma Vie
Montpellier Sporting Club Judo Sambo
Mosaïque des Hommes et des Jardins
Mouvement du Nid - Délégation de l'Hérault
Nonuple Scrabble
Poézika
Puntzero
Quartier santé - Centres de santé de proximité
Racing - Club Lemasson Montpellier
Radio Fig Figuerolles
Rank'Art
Sismographes
Sport - Équi - Fit
Texas Kid
Trajectoire (s)
Tremplin
Vins d'Elles
Yoga Respiro

MAISON POUR TOUS **MICHEL COLUCCI**

RESPONSABLE

Emmanuelle Amans

ADRESSE

205 Rue de Cheng Du,
34070 Montpellier
Tél. 04 48 18 62 13
mpt.colucci@montpellier.fr

TAM

Bus n°15, n°17 ou n°20 : arrêt Parc Font-Colombe
Tramway n°5 : arrêt Parc Bagatelle

ACCUEIL

Accueil : Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00, vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00
(vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

Agréée centre social

ACTIVITÉS

ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Artisanat d'art

Peinture sur porcelaine

ACTIVITÉS DANSES

Danses classiques et danses modernes

Danse
Danse en talons
Danse lyrical

Danses du monde

Antillaise
Bollywood
Fitness flamenco
Orientale égyptienne

Divers danses

Danse expression

ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

Français langue étrangère (FLE)

Alphabétisation

ACTIVITÉS LOISIRS

Bricolage et jardinage

Jardin partagé

Jeux de société et cartes

Échecs

Loisirs créatifs

Couture

ACTIVITÉS MUSICALES

71 Instruments de musique 116

Accordéon
Darbouka (percussion orientale)
Flûte à bec, guitare, violon
Guitare jazz, blues, électrique,
basse
79 Percussions africaines
Percussions antillaises
Percussions brésiliennes

82 ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

Arts martiaux et sports d'opposition 125

Capoeira Angola
Taekwondo
Viet Vo Dao

Gymnastique et disciplines associées 130

Cardio dance et renforcement musculaire
93 Gymnastique douce
Gym taoïste
Pilates
Qi gong
108 Stretching bâtons
Tabata et marche

108 Relaxation et disciplines associées 139

Yoga

110

ACTIVITÉS SOLIDARITÉ, MÉDIATION ET PARTAGE

Aides à la scolarité 145

Accompagnement à la scolarité

PERMANENCES ET SERVICES

Accompagnement proposé par la Maison pour tous	Aide aux démarches administratives	Lundi et mercredi 10:00-12:00 Sur rendez-vous
ALSH - 3MTKD Sport Culture Social	Activités de loisirs et créatives Accueil des enfants de 6 à 11 ans Club ados de 12 à 17 ans	Mercredi 08:00-18:00
Espace public numérique	Poste informatique à disposition	Lundi au vendredi 09:00-12:00 et 14:00-18:00
Halte Garderie Crèche La Belle Journée	Crèche La Belle Journée	Mardi 10:00-11:30
La Leche League France - La ligue pour l'allaitement maternel	Réunion de soutien à l'allaitement maternel	Jeudi 14:30-17:00 Le 1er jeudi du mois
Lieu d'Accueil Enfants/ Parents LAEP - Les petites guirlandes - Jouons en Ludothèques	Ateliers-jeux et groupes de parole sur la parentalité	Jeudi 14:00-18:00

ASSOCIATIONS

Aljamia
 Arte Cabocla
 Association Montpelliéraine de Sport au Féminin
 Berimbaus de Guatambu
 Des Mains pour le Faire
 École Accoréon de Montpellier
 Entre & Avec
 Folikili
 Halte-Garderie Crèche la Belle Journée
 Jouons en Ludothèques
 La Leche League France la Ligue pour l'Allaitement Maternel

La Part D'Éole
 Languedoc Qi - Gong
 L'atelier de la danse By F
 Les petits bouchons
 M-A-T (Mouvement-Art-Total)
 Montpellier Viet Vo Dao
 Passion de Scène
 Satya Yoga
 Ti Conodo
 3MTKD Sport Culture Social



MAISON POUR TOUS **FRIDA KAHLO**

RESPONSABLE

Johanna Schlesinger

ADRESSE

240 Rue Claude Lévi-Strauss,
34000 Montpellier
Tél. 04 48 18 62 17
mpt.kahlo@montpellier.fr

TAM

Tramway n°3 : station Pablo Picasso ou n°1 : station
Port Marianne

ACCUEIL

Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00,
vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00
(vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

ACTIVITÉS

ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Arts graphiques et plastiques 72

Carnet de voyage : dessin,
aquarelle, encre de Chine
Dessin, peinture
Dessin, peinture, sculpture
Techniques fondamentales du
dessin

ACTIVITÉS DANSES

Danses de salon et danses de couple

Blues et fusion
Danse en ligne

Danses du monde

Indienne

Danses urbaines et contemporaines

Break dance
K-Pop
Reggaeton
Street jazz

Éveil danse

Éveil danse
Expression corporelle

ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

Français langue étrangère (FLE)

Conversation en français

Langues étrangères

Anglais
Italien
Portugais brésilien

ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Écriture et poésie

Cogit'écrits
Dictée pour tous

Théâtre et spectacles vivants 102

Théâtre
Théâtre d'improvisation

ACTIVITÉS LOISIRS

Jeux de société et cartes

Échecs
Jeux de figurines

Loisirs créatifs

Café couture
Tissage

Rencontres et convivialité

Café ludique du mardi

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

Gymnastique et disciplines associées

Gymnastique douce
Pilates
Qi gong
Qi gong, Taï Chi Chuan
Renforcement musculaire, circuit
training
Seonmudo
Zumba

Relaxation et disciplines associées

Acroyoga
Atelier bien-être
Yoga

ACTIVITÉS SOLIDARITÉ, MÉDIATION ET PARTAGE

Autres partages

Atelier mémoire
Groupe de parole TND (trouble du
neurodéveloppement)

ASSOCIATIONS

Accorderie de Montpellier
Acrojongle
Agua Danse
Anjali
Association Ananda - Cercle de Yoga
Association Fantasmagoria
Atelier des Pelotes
Attitude
Bataille Pour 1D6
Bouncy
CAFOFO - Association franco-brésilienne de Montpellier
Caractère Class
Compagnie Imagine
Corée'graphie
Dip In Pulse
Échecs Club Montpellier

Fit'Dance Montpellier
La Cortina
Les Ateliers de Vinci
Octopus Expression
Ola! Form & Bien-Être
Outaka
Pa ti pa mi
Retraite Sportive de Montpellier
Sonmudo - Qi Gong
Syllabe
Vie Atypique (Parhands 34)



MAISON POUR TOUS MÉLINA MERCOURI

RESPONSABLE
Lahouari Maachou

TAM
Bustram A ou bus n°15 : arrêt Pinville

ADRESSE
842 Rue de la Vieille Poste,
34000 Montpellier
Tél. 04 48 18 62 05
mpt.mercouri@montpellier.fr

ACCUEIL
Accueil : Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-
19:00, vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00
(vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

ACTIVITÉS

ACTIVITÉS ARTISTIQUES

- Artisanat d'art** 71
Sculpture sur bois
- Arts graphiques et plastiques** 72
Dessin, bande dessinée, manga
Dessin, peinture
Manga
- Audiovisuel** 75
Réalisation vidéo
- Photographie** 75
Photo Club IBM
Photo numérique

ACTIVITÉS DANSES

- Danses classiques et danses modernes**
Danse
- Danses de salon et danses de couple**
Kizomba
Rock
Salsa
Solo swing et charleston
Tango
Valse milonga
- Danses du monde** 82
Flamenco et sévillanas
Flamenco : technique corporelle
Line dance
Samba brésilienne
- Danses traditionnelles et régionales** 84
Grecques

ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

- Langues étrangères** 94
Anglais
Grec moderne
Polonais

ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

- Théâtre et spectacles vivants** 102
Théâtre d'improvisation

ACTIVITÉS LOISIRS

- Accueil petite enfance** 107
Méli'Pitchouns et le Temps des petits
- Arts culinaires** 107
Découverte des produits du terroir : œnologie
- Bricolage et jardinage** 108
Création et entretien de bonsaïs
Jardin partagé
- Jeux de société et cartes** 108
Pyramide
- Loisirs créatifs** 110
Broderie
Couture

ACTIVITÉS MUSICALES

- Chant** 113
Chœur Mélodic
Chorale
Chorale : chœur femmes
Chorale grecque
Groupe vocal
- Créations musicales** 115
Beat Box
- Instruments de musique** 116
Accordéon chromatique
Guitare
Piano

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

- Arts martiaux et sports d'opposition** 125
Boxe éducative
Escrime et évocation médiévale
Judo
Karaté shotokan
Self défense et krav maga
Tai Chi Chuan
- Gymnastique et disciplines associées** 130
Body sculpt
Cardio boxing
Gymnastique douce
Gym tonique
Pilates
Qi gong
Step
Renforcement musculaire
Zumba
- Relaxation et disciplines associées** 139
Méditation
Yoga
Yoga postural

ACTIVITÉS SOLIDARITÉ, MÉDIATION ET PARTAGE

- Aides à la scolarité** 145
Accompagnement à la scolarité

PERMANENCES ET SERVICES

Atelier de numérisation et permanence sociale	Atelier de numérisation et permanence sociale	Mardi 09:00-12:00
Espace public numérique	Poste informatique à disposition	Lundi au vendredi 09:00-12:00 et 14:00-18:00 Sur réservation
Gammes Union des Associations du CSP Espoir	Atelier linguistique et savoirs de base	Mardi 14:00-16:00
Gammes Union des Associations du CSP Espoir	Atelier vie quotidienne	Jeudi 14:00-16:00

ASSOCIATIONS

Asso. Régionale de Promotion d'Ensembles et Groupe Européens
 Association Bouncy
 Association de Soi
 BlablaCooks
 Bonsaï Club Montpellier
 Calor Danse
 Camin aktion
 Centre APAJ (Accompagnement de Parcours Adultes et Jeunes)
 Chevaliers de l'Ordre des quatre Vents
 Chœur d'ô
 Club Franco - Polonais
 Club Pyramide Philaé 34
 Club Sportif IBM Montpellier
 Cocotte-Minute
 Crazy REBELS 34
 Desde el Alma
 Euro - Grèce France
 ESPERANZA
 Flamenco Puro
 Formation Européenne de Tonfa, Self Défense et Sports de Combat
 Gammes Union des Associations du CSP Espoir
 Jazz à tous les étages
 Jita Kyoei Judo 34
 Kabia Club Karaté
 Kiz Relax Montpellier
 Le Camescope Apprivoisé - Vidéastes Amateurs Montpelliérains
 Les Ateliers de Vinci
 Les photographes anonymes
 LET'S DANCE
 Ola! Form & Bien-Être
 Papot Croix
 Photo ciné-club IBM Montpellier
 Senzala
 Tropik'mouv
 Université de Montpellier Paul-Valéry
 Vins d'Elles



MAISON POUR TOUS

ALBERT DUBOUT

RESPONSABLE

Delphine Petit

ADRESSE

2 rue des Tourterelles

34090 Montpellier

Tél. 04 30 78 30 95

mpt.dubout@montpellier.fr

TAM

Bus n°15 : arrêt Tourterelles

Tramway n°2 : station Aiguelongue

ACCUEIL

Accueil : Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-

19:00, vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00

(vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

Agréée centre social

ACTIVITÉS

ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Arts graphiques et plastiques 72

Arts plastiques

Manga

ACTIVITÉS DANSES

**Danses urbaines
et contemporaines**

Break dance

Street dance

Street jazz

Éveil danse

Éveil corporel

ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

**Français langue étrangère
(FLE)**

Français langue étrangère
(FLE) pour russophones et
ukrainophones

Langues étrangères

Anglais

Espagnol

Italien

Russe

Langues régionales

Occitan

ACTIVITÉS LITTÉRAIRE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

**Conférences,
débats et découvertes**

Histoire de l'art

Théâtre et spectacles vivants

Théâtre d'improvisation

Théâtre en russe

ACTIVITÉS LOISIRS

Accueil petite enfance

Atelier parentalité

Multi-activités

Jeux de société et cartes

Scrabble

ACTIVITÉS MUSICALES

Chant

Chant collectif

Chant individuel

Instruments de musique

Guitare

Handpan, percussions mélodiques

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

**Arts martiaux et sports
d'opposition**

Capoeira

Judo

**Gymnastique et disciplines
associées**

Fit Pilates

Gym adaptée prévention des
chutes

Gymnastique

Gymnastique douce

Gymnastique douce, Pilates

Marche en extérieur

Pilates

Qi gong

**Relaxation
et disciplines associées**

Acroyoga

Tai Chi

Yoga adapté (sur chaise et tapis
avec la méthode De Gasquet)

Yoga détente

Yoga Hatha

Yoga Vinyasa

PERMANENCES ET SERVICES

ALSH ados	Activités de loisirs, de découverte, sorties sportives et nature, projets jeunes et animations ludiques sont au programme. Adolescents de 12 à 17 ans Tarif : barème selon quotient familial, sur inscription	Du lundi au vendredi 10:00-18:00 Pendant les vacances scolaires de l'été
Jonathan Pierres Vivantes - antenne de l'Hérault	Écoute individuelle suite à un deuil d'un enfant, frère ou sœur	Vendredi 16:30-18:30 Un vendredi par mois
Mission Locale des jeunes de Montpellier Méditerranée Métropole	Permanence d'information emploi, santé, mobilité, logement pour les jeunes de 16 à 25 ans	Jeudi 14:00-17:00
Permanence Association Française des Malades du Myélome Multiple	Groupe de parole	Mardi 10:00-11:30 Selon planning
Vivre Son Deuil Languedoc	Permanences d'accompagnement pour toute personne confrontée à la perte d'un proche	Mardi 14:00-18:00 Sur rendez-vous

ASSOCIATIONS

Art Création Cultures Loisirs
 Association de danses les Mask'a's
 Association Française des Malades du Myélome Multiple
 Berimbaus de Guatambu
 Douzarts
 Eiki l'Ame des Créatifs
 Fitness ma vie - Sport et bien-être
 Fresh Vibe
 Italia e basta
 Jonathan Pierres Vivantes - antenne de l'Hérault
 La Maison du Judo
 La Synergie des Mémoires Humaines
 La Voix de Soi

Les enfants russes de Montpellier
 Les Ours Molaires
 Los Cumbiamberos del Sur
 Ma Vie
 Mission Locale des jeunes de Montpellier Méditerranée Métropole
 NoW MoW
 Oxygène
 Union dansons la vie
 Univers Handpan
 Vivre Son Deuil Languedoc
 Wuji
 Yoga Step By Steph



MAISON POUR TOUS ROSA-LEE PARKS

RESPONSABLE
Frédéric Barrandon

ADRESSE
10 Rue François-Henry
d'Harcourt,
34080 Montpellier
Tél. 04 48 18 62 03
mpt.parks@montpellier.fr

TAM
Bus n°24 : arrêt Malbosc - Domaine d'O
Tramway n°1 : station Malbosc - Domaine d'O

ACCUEIL
Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00,
vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00
(vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

ACTIVITÉS

ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Arts graphiques et plastiques 72
Arts plastiques
Manga

ACTIVITÉS DANSES

Danses classiques et danses modernes 79
Modern jazz

Danses de salon et danses de couple
West coast swing

Danses du monde
Bollywood
Danses du monde
Indienne Odissi
Orientale

Danses urbaines et contemporaines
Break dance

ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

Langues étrangères 94
Italien

ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Écriture et poésie 101
Atelier d'écriture créative
Atelier d'écriture et d'éloquence

Théâtre et spectacles vivants 102
Création théâtrale
Théâtre d'improvisation
Théâtre féministe queer

ACTIVITÉS LOISIRS

Bricolage et jardinage 108
Rencontres des jardiniers de VerPoPa

Loisirs créatifs 110
Couture
Patchwork
Tissage

Rencontres et convivialité 111
Partage café

ACTIVITÉS MUSICALES

Chant 113
Chant
Chorale
Chorale arabo-andalouse

Créations musicales 115
Comédie musicale
Création musicale

Éveil musical 116
Éveil musical

Instruments de musique 116
Guitare
Piano

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

Arts martiaux et sports d'opposition 125
Capoeira
Judo
Taïso

Éveil corporel et cérébral 130
Baby gym

Gymnastique et disciplines associées 130
Body sculpt
Fit danse
Kid gym
Pilates

Relaxation et disciplines associées 139
Méditation pleine conscience
Qi gong
Yoga
Yoga Hatha

ACTIVITÉS SOLIDARITÉ, MÉDIATION ET PARTAGE

Aides à la scolarité 145
Accompagnement à la scolarité

Autres partages 146
Groupe de parole AMTIS

ACTIVITÉS TECHNOLOGIE DE L'INFORMATION, SCIENCES ET DIVERS

Informatique, internet 149
Informatique et internet

PERMANENCES ET SERVICES

Espace public numérique

Poste informatique à disposition

Lundi au vendredi
09:00-12:00
et 14:00-18:00

ASSOCIATIONS

Art Création Cultures Loisirs
Asso. Régionale de Promotion d'Ensembles et
Groupe Européens
Atelier des Pelotes
Attitude
Bayati Musique
BERIMBAUS DE GUATAMBU
Carthage
Comédie Musicale Amélie Deux Ailes
Danselavie
Écriture et Rêverie Créatives
Eiki l'Ame des Créatifs
Gymnastique Volontaire des Cévennes
Happy Qui Chante

Jita Kyoei Judo 34
La Compagnie des Grands Enfants
La Voix de Soi
Les Ateliers de Marie
Malbosc Bouge Comité de Quartier
M-A-T (Mouvement-Art-Total)
Natyamandir Danses de l'Inde
Patch et Tchatche
Satya Yoga
Step Up
Vasudevo Yoga
Verger Potager Partagé (VERPOPA)
Vox Attitude Music



MAISON POUR TOUS

ALBERTINE SARRAZIN

RESPONSABLE

Noémie Favier

ADRESSE

2 Rue du Mas de Merle,
34070 Montpellier
Tél. 04 67 47 31 74
mpt.sarrazin@montpellier.fr

TAM

Bus n°11 : arrêts Mas de Merle ou Étoile
Tramway n°5 : station Chamberte - Les Roses ou
n°3 : stations Les Arceaux ou Plan Cabanes

ACCUEIL

Du lundi au vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00
(vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

ACTIVITÉS

ACTIVITÉS DANSES

Danses urbaines et contemporaines 85
Danse
Urban contemporain

ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

Français langue étrangère (FLE) 93
Alphabétisation

ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Arts du cirque 101
Arts du cirque
Théâtre et spectacles vivants 102
Théâtre

ACTIVITÉS MUSICALES

Chant 113
Chorale chants divers ou d'ailleurs
Instruments de musique 116
Batucada

ACTIVITÉS SOLIDARITÉ, MÉDIATION ET PARTAGE

Autres partages 146
Atelier de développement local social



PERMANENCES ET SERVICES

Centre APAJ (Accompagnement de Parcours Adultes et Jeunes)	MédiNum - Atelier d'aide administrative numérique	Lundi 16:00-18:00 Mercredi 14:00-16:00
Centre APAJ (Accompagnement de Parcours Adultes et Jeunes)	Permanence d'accès aux droits	Lundi 16:00-18:00
Comité Départemental d'Éducation pour la Santé de l'Hérault	Accompagnement de médiation en santé	Mardi 09:30-12:00
Comité Départemental d'Éducation pour la Santé de l'Hérault	Accompagnement de médiation en santé	Mercredi 10:00-16:30
Conciliateur en justice du Ministère de la Justice et du Droit	Accompagnement des parties dans la recherche d'une solution amiable à leur différend	Jeudi 09:30-12:00 Un jeudi sur deux
Espace public numérique	Poste informatique à disposition	Lundi au vendredi 09:00-12:00 et 14:00-18:00
Mission Locale des jeunes de Montpellier Méditerranée Métropole	Permanence d'information emploi, santé, mobilité, logement pour les jeunes de 16 à 25 ans	Lundi 09:30-12:00
Via Voltaire	Soutien aux démarches d'accès aux soins, aux droits, d'insertion sociale et professionnelle	Mardi 14:30-16:30

ASSOCIATIONS

Balthazar Centre des Arts du Cirque
Centre APAJ (Accompagnement de Parcours Adultes
et Jeunes)
Comité Départemental d'Éducation pour la Santé de
l'Hérault
Croix Rouge Française - Délégation de Montpellier
L'Usine à Rêves

Les petits bouchons
Lidante
Mission Locale des jeunes de Montpellier
Méditerranée Métropole
Montpellier Breaking Métropole
O Lala
Via Voltaire

MAISON POUR TOUS VOLTAIRE

RESPONSABLE

Sandrine André

ADRESSE

3 Square Jean Monnet,
34070 Montpellier
Tél. 04 48 18 62 16
mpt.voltaire@montpellier.fr

TAM

Tramway n°3 : station Voltaire

ACCUEIL

Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00,
vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00
(vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

ACTIVITÉS

ACTIVITÉS ARTISTIQUES

- Artisanat d'art** 71
Art floral
- Arts graphiques et plastiques** 72
Dessin
Dessin, bande dessinée
Philo' Art et Mouvement

ACTIVITÉS DANSES

- Danses classiques et danses modernes** 79
Modern jazz
- Danses de salon et danses de couple**
Lindy hop
Rock
Salsa
West coast swing
- Danses du monde** 82
Africaine
Danses du monde
Flamenco
- Danses urbaines et contemporaines** 85
Danse contemporaine
Street jazz
- Divers danses** 88
Danse bébé/parent
Inclusive
Mouvement, émotions et danse
- Éveil danse** 88
Danse
Éveil danse

ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

- Langues étrangères** 94
Anglais
Espagnol
Italien
Italien (conversation)

ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

- Arts du cirque** 101
Cirque
- Écriture et poésie** 101
Atelier d'écriture
Atelier d'écriture créative
- Théâtre et spectacles vivants** 102
Théâtre
Théâtre d'improvisation
Théâtre et anglais (initiation)
Théâtre (initiation)

ACTIVITÉS LOISIRS

- Loisirs créatifs** 110
Couture

ACTIVITÉS MUSICALES

- Chant** 113
Atelier pop
Chant
Chorale classique
Chorale pop
Chorale VOX
Gospel
- Éveil musical** 116
Éveil musical
- Instruments de musique** 116
Guitare, basse, harmonica, banjo
Musique africaine
Percussions brésiliennes
Piano
Ukulélé en chantant

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

- Arts martiaux et sports d'opposition** 125
Tai Chi Chuan
- Gymnastique et disciplines associées** 130
Fitness
Gymnastique d'entretien
Pilates
Qi gong
Stretching
- Relaxation et disciplines associées** 139
Méditation et gestion du stress
Respiration et méditation
Yoga
Yoga adapté
Yoga détente
Yoga du rire
Yoga Hatha

ACTIVITÉS TECHNOLOGIE DE L'INFORMATION, SCIENCES ET DIVERS

- Informatique, internet** 149
Initiation aux jeux vidéo et à la programmation IA

PERMANENCES ET SERVICES

Lieu d'Accueil Enfants/ Parents (LAEP) - Association Le Baobab	Accueil des enfants jusqu'à 3 ans et de leurs parents pour partager un moment d'échange, de jeux et de découvertes	Mardi 14:00-17:00
Outremangeurs Anonymes	Groupe de parole autour des troubles du comportement alimentaire (anorexie, boulimie...)	Dimanche 17:30-20:00
Rando Loisirs Association Languedocienne	Permanence club de randonnée	Vendredi 17:00-18:00

ASSOCIATIONS

Afrikanté
 Art Floral So And You
 Asso. Régionale de Promotion d'Ensembles et
 Groupe Européens
 Association Le Baobab
 BlaBlacooks
 Blues de Vache
 Club Services Loisirs (GEM Rabelais)
 Coco Fanfare Club
 Compagnie Imagine
 Compagnie Saimiri
 Écriture et Rêverie Créatives
 Fitness ma vie - Sport et bien-être
 Italia e basta
 Jazz à Tous les Etages
 Joke ere
 Kerozen et Gazoline
 Kidotech
 La Voix de Soi
 Langues et Cultures Étrangères
 L'Arbre de Vie - Qi Gong
 Les Trois Étoiles
 Loly Danse

Los Cumbiamberos del Sur
 Mezcl'art
 Mozaïk
 My groove
 NoW MoW
 Octopus Expression
 Outremangeurs Anonymes
 Pixtime
 Rando Loisirs Association Languedocienne
 Sentido Flamenco
 Sismographes
 Slow Mouv
 Steeldrum - Languedoc
 Step Up
 Swing Jammerz
 Tagadazik
 Temps Danse
 Tous en Danse



MAISON POUR TOUS FRÉDÉRIC CHOPIN

RESPONSABLE

Thomas Roudet

ADRESSE

1 Rue du Marché aux Bestiaux,
34000 Montpellier
Tél. 04 34 46 67 87
mpt.chopin@montpellier.fr

TAM

Tramway n°1 ou n°4 : station Corum ou n°2 : station
Beaux-Arts

ACCUEIL

Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00,
vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00
(vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

ACTIVITÉS

ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Arts graphiques et plastiques 72
Dessin, bande dessinée, manga
Peinture et histoire de l'art
Poterie, sculpture, modelage
Sculpture et modelage

ACTIVITÉS DANSES

**Danses de salon
et danses de couple** 80
Lindy hop

Danses du monde 82
Danses du monde
Flamenco

**Danses urbaines
et contemporaines**
Danse contemporaine
Hip hop et break dance

Éveil danse
Expression corporelle

ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

**Français langue étrangère
(FLE)**
Français langue étrangère et
ateliers de loisirs

Langues étrangères
Anglais du voyage
Italien
Italien (conversation)

ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Arts du cirque 101
Arts du cirque

**Conférences,
débats et découvertes** 101
Histoire de l'art

Écriture et poésie 101
Atelier d'écriture créative
Écriture et rêverie créatives

Théâtre et spectacles vivants 102
Théâtre
Théâtre d'improvisation

ACTIVITÉS LOISIRS

Bricolage et jardinage 108
Construction en bois

Jeux de société et cartes 108
Créaludik juniorFamily
Échecs
Jeux de société
Mahjong

ACTIVITÉS MUSICALES

Chant 113
Chorale
Chorale Jeepies
Chorale Jivana (chants russes,
ukrainiens et tziganes)
Chorale VOX

Créations musicales 115
Comédie musicale

Instruments de musique 116
Guitare
Piano
Saxophone, flûtes à bec et
traversière
Solfège
Violon

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

Éveil corporel et cérébral 130
Mobilité (développement général
des capacités physiques et
mentales)

**Gymnastique
et disciplines associées** 130
Fitness*
Pilates*
Postural Ball
Qi gong
Sport
Street work out
Stretching et relaxation

**Relaxation
et disciplines associées** 139
Yoga
Yoga Ashtanga
Yoga Hatha
Yoga Vinyasa

* (Certains créneaux de
ses activités bénéficient du
dispositif ouvert aux familles
monoparentales avec l'activité
Créaludik pour les enfants)

PERMANENCES ET SERVICES

Association pour le Droit de Mourir dans la Dignité

Permanence association pour le droit de mourir dans la dignité

Lundi
14:00-16:00
Les 1er et 3e lundis
de chaque mois
(hors vacances
scolaires)

ASSOCIATIONS

Artsana

Asso. Régionale de Promotion d'Ensembles et Groupe Européens

Association Espace et lumière Yoga

Association pour le Droit de Mourir dans la Dignité

Attitude

Au Coeur de sa Voix Cie Marie Trezanini

BlaBlacooks

Compagnie Chantier Public

Compagnie de l'art passager

Compagnie Imagine

Crealead

Cultures Est

Douzarts

Échiquier du Dragon Cercle de Jeux de Stratégie

Écriture et Rêverie Créatives

Escal'Kreyol

Fanfar'ov

Flamenco Puro

Italia e basta

Kalos Sthenos Athletics

Kerozen et Gazoline

La Compagnie des Sherpas

La Fanfare des kadors

L'Arbre de Vie - Qi Gong

L'atelier de MO, une école d'art pour tous

Les Ateliers Ludosophiques

Les Jeepies

Loly Danse

MA Vie

Mahjong club Montpellier

Meeple Yeah

Miss Terre

Musiques Actuelles

Musiques Expressions

Sport - Équi - Fit

Swing Jammerz

Travelling Abroad

Voix à tous les Étages

Yoga Respiro



MAISON POUR TOUS GEORGE SAND

RESPONSABLE

Marilyne Coste-Frayard

ADRESSE

25 bis Av. Saint-André
de Novigens
34000 Montpellier
Tél. 04 48 18 62 08
mpt.sand@montpellier.fr

TAM

Bus n°14 : arrêts Palombes ou Foyer des Aubes
Tramway n°1 : station Léon Blum (correspondance
bus n°14) ou n°4 : station Les Aubes

ACCUEIL

Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00,
vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00
(vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

ACTIVITÉS

ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Arts graphiques et plastiques 72
Dessin, bande dessinée, manga
Dessin libre d'après modèle vivant
Dessin, peinture
Dessin, peinture, aquarelle

ACTIVITÉS DANSES

**Danses classiques
et danses modernes**
Fit danse
Modern jazz

Danses du monde
Africaine
Indienne

**Danses urbaines
et contemporaines**
Break dance
Danse contemporaine
Entraînement du danseur
Street dance
Street jazz

Éveil danse
Éveil danse

ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

Langues étrangères 94
Espagnol
Italien

ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Arts du cirque 101
Arts du cirque

82 **Conférences,
débat et découvertes**
Histoire de l'art

85 **Écriture et poésie**
Atelier d'écriture

Théâtre et spectacles vivants 102
Théâtre
Théâtre d'improvisation

ACTIVITÉS LOISIRS

88 **Loisirs créatifs** 110
Couture
Patchwork

ACTIVITÉS MUSICALES

Chant 113
Chorale créative, voix d'Orient et
de Méditerranée
Chorale, ensemble vocal

Instruments de musique 116
Guitare
Piano et solfège
Solfège spécial guitare

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

**Arts martiaux
et sports d'opposition** 125
Capoeira
Escrime historique
Tai Chi Chuan

**Gymnastique
et disciplines associées** 130
Gymnastique Âge d'Or
Gymnastique fondamentale
Pilates
Qi gong
Stretching, Pilates
Stretching

**Relaxation
et disciplines associées** 139
Relaxation, méditation
Yoga adapté (sur chaise) handicap
et pratiques douces sur tapis
Yoga Ashtanga
Yoga Guerrier
Yoga Hatha
Yoga Vinyasa

PERMANENCES ET SERVICES

CoworkSand

Espace de coworking proposé par la Maison pour tous sur réservation

Lundi
09:00-12:30 et
14:00-17:30
Mardi et vendredi
09:00-12:30
Sur réservation

ASSOCIATIONS

À Corps de l'Être
Association Country Patchwork
Association Pirouette
Au Coeur de sa Voix Cie Marie Trezani
Bakchich - Musique de rue
Compagnie Imagine
Compagnie Ophrys
Culture Physique Fondamentale Tiens Bon la Barre
Des Mains pour le Faire
Douzarts
École Chevaleresque
Kerozen et Gazoline
LAM
Les Amandises
Les Ateliers de Vinci

L'oiseau Lyre
Los Cumbiamberos del Sur
M-A-T (Mouvement-Art-Total)
Montpellier Breaking Métropole
Musiques Expressions
Natyamandir Danses de l'Inde
Pixtime
Satnam Yoga
Senzala
Sport - Équi - Fit
Swing Jammerz
Syllabe
Tous en Danse
Union dansons la vie
Zéphyr et Maelstrom



MAISON POUR TOUS

JOSEPH RICÔME ET THÉÂTRE GÉRARD PHILIPPE

RESPONSABLE

Sophie Gaudin

TAM

Tramway n°3 : station Plan Cabanes

ADRESSE

7 Rue Pagès,
34070 Montpellier
Tél. 04 48 18 62 21
mpt.ricome@montpellier.fr

ACCUEIL

Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00,
vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00
(vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

ACTIVITÉS

ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Artisanat d'art

Modelage

Arts graphiques et plastiques

Dessin

ACTIVITÉS DANSES

**Danses classiques
et danses modernes**

Danse en talons
Danse moderne
Fit danse

**Danses de salon
et danses de couple**

Lindy hop
Solo swing

Danses du monde

Indienne
Orientale

**Danses urbaines et
contemporaines**

Danse contemporaine
Hip hop
Hip hop girly
Street dance
Street jazz

Éveil danse

Éveil danse

71

72

79

80

82

85

88

ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

**Français langue étrangère
(FLE)**

Alphabétisation

Langues étrangères

Anglais
Coréen
Italien et culture italienne
Russe

ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Écriture et poésie

Atelier d'écriture
Éveil artistique

Théâtre et spectacles vivants

Danse et théâtre d'improvisation
Théâtre
Théâtre d'improvisation
Théâtre en anglais

93

94

101

102

ACTIVITÉS MUSICALES

Chant

Chorale : chœur mixte
Chorale Cuba Canta
Chorale latine Mamayema
Groupe vocal a capella

Éveil musical

Éveil musical
Petites histoires et chansonnettes
pour bébés

Instruments de musique

Piano

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

**Arts martiaux
et sports d'opposition**

Capoeira
Hung gar kung fu

**Gymnastique
et disciplines associées**

Gymnastique douce
Pilates
Qi gong
Renforcement musculaire
Stretching postural

Relaxation

et disciplines associées
Barre à terre contemporaine
Méditation et gestion du stress
Yoga

113

116

116

125

130

139

Théâtre Gérard Philippe

Le théâtre dispose de 102 sièges en placement libre. Il développe des projets innovants et facilite la venue de tous les publics. Véritable atelier de création, il favorise, à travers ses résidences d'artistes, la découverte de nouveaux univers originaux, afin de partager des moments passionnants.

Retrouvez le programme du théâtre Gérard Philippe à l'accueil de votre Maison pour tous ou sur mpt.montpellier.fr

PERMANENCES ET SERVICES

Association pour l'Emploi et le Développement des Entreprises - Boutique de Gestion	CitésLab / BGE Montpellier Cœur d'Hérault Sensibilisation et accompagnement à la création d'entreprise	Mardi 14:00-17:00
Confédération Syndicale des Familles de l'Hérault (34)	Assurer la défense et la représentation des intérêts généraux des familles en leur qualité d'usagers, notamment de locataires ou accédant à la propriété et de consommation de biens et services.	Lundi 14:00-17:00
France Services	Un conseiller est présent afin de vous accompagner dans vos démarches administratives en ligne (CAF, CPAM, TaM, ACM, France Travail, Impôts, Préfecture, etc.), mais aussi pour vous aider à la prise en main de vos PC, tablette, smartphone...	Accueil : lundi, mercredi et jeudi 09:00-12 :30 et 13:30-18 :30, Mardi 13:30-18:30, Vendredi 09:00-12 :30 et 13:30-17:30 Suivi individuel sur rendez-vous : Lundi et jeudi 09:00-12:00 et 14:00-18:00, Mardi 14:00-18:00, Vendredi 09:00-12:00 et 14:00-17:00
Maison de la justice	Permanence des défenseurs du droit	Mercredi 09:30-11:30
Service d'Orientatation et de Médiation pour l'Insertion Sociale	Permanence écrivain public	Lundi et jeudi 09:30-12:00 et 14:00-17:00 Sur rendez-vous

ASSOCIATIONS

Ashadah
 Association BGE Sud-Ouest
 Association de danses les Maskas
 Bienvenue ! Club Anglophone
 CHU Croix Rouge Française
 Confédération Syndicale des Familles de l'Hérault (34)
 Croix Rouge Française - Délégation de Montpellier
 Cultures Est
 Déli-Art
 École Coréenne de Montpellier
 Êtreacorps
 Figuenotes
 Happy Fit
 Hung Gar Kung Fu
 Italia a due passi
 Kamala
 La Boutique d'Écriture and Co

La Compagnie des Grands Enfants
 La Compagnie du Capitaine
 La Compagnie Nemo
 L'Art d'être soi
 Le murmure
 Le Temps des Couleurs
 Les Doudous de Magnol
 Les petits bouchons
 M-A-T (Mouvement-Art-Total)
 Poézikà
 Salade Culturelle
 Service d'Orientatation et de Médiation pour l'Insertion Sociale
 Si Seulement La
 Slow Mou
 Swing Jammerz
 Vasudevo Yoga

ACTIVITÉS ARTISTIQUES

ARTISANAT D'ART

ARTS GRAPHIQUES ET PLASTIQUES

AUDIOVISUEL

PHOTOGRAPHIE

ARTISANAT D'ART

ART FLORAL

Adultes

Tous niveaux
Lundi 10:00-11:30,
Mardi 16:30-18:00, 18:15-19:45

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

MODELAGE

Adultes

Niveau débutant
Jeudi 18:30-21:00
Activité municipale

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Enfants

Niveau débutant
Mercredi 10:30-12:00
Activité municipale

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Enfants, de 8 à 12 ans

Tous niveaux
Mercredi 09:15-10:45,
10:45-12:15

📍 **Marie Curie**
Mosson

MOSAÏQUE

Adultes

Tous niveaux
Samedi 09:30-12:00,
14:00-17:00
1 fois par mois selon planning

📍 **L'Escoutaïre**
Près d'Arènes

PEINTURE SUR PORCELAINE

Adultes

Tous niveaux
Lundi 14:30-17:30, 18:00-
20:00, Mardi 14:00-16:00
Activité municipale

📍 **Michel Colucci**
Croix d'Argent

Adultes, séniors

Tous niveaux
Jeudi 09:00-17:30

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

PEINTURE SUR PORCELAINE : TECHNIQUE IMPRESSIONNISTE

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Vendredi 09:30-12:00, 14:00-
17:00, Samedi 09:30-12:00,
14:00-17:00

1 vendredi et samedi par mois

📍 **L'Escoutaïre**
Près d'Arènes

PEINTURE SUR PORCELAINE : TECHNIQUE TRADITIONNELLE

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Mardi 14:00-17:00,
Mercredi 09:30-12:30

📍 **L'Escoutaïre**
Près d'Arènes

PEINTURE SUR VERRE

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Jeudi 09:30-12:00, 14:00-17:00
1 fois par mois

📍 **L'Escoutaïre**
Près d'Arènes

POTERIE

Adolescents, de 11 à 17 ans

Tous niveaux
Mercredi 15:00-16:30
Activité municipale

📍 **L'Escoutaïre**
Près d'Arènes

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Lundi 14:00-17:30

📍 **François Villon**
Les Cévennes

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Mardi 13:00-15:00, 15:00-17:00,
17:00-19:00, Mercredi 09:30-
11:30, 12:00-14:00, 17:00-19:00,
19:00-21:00, Jeudi 09:30-
11:30, 13:30-15:30, 15:30-17:30,
17:30-19:30

Activité municipale

📍 **L'Escoutaïre**
Près d'Arènes

Enfants, de 6 à 10 ans

Tous niveaux
Mercredi 14:00-15:00
Activité municipale

📍 **L'Escoutaïre**
Près d'Arènes

RELIURE

Adultes, séniors

Tous niveaux
Lundi 14:00-17:00

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

SCULPTURE SUR BOIS

Adultes

Niveau débutant
Jeudi 09:00-12:00

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

SCULPTURE SUR TERRE

Adultes

Tous niveaux
Mardi 14:30-17:00
Activité municipale
📍 **Paul-Emile Victor**
Les Cévennes

Adultes

Tous niveaux
Lundi 09:30-12:00, 13:15-15:45,
Vendredi 08:45-11:15
Activité municipale
📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Adultes

Tous niveaux
Mardi 12:30-14:30, 17:45-19:45
Activité municipale
📍 **Paul-Emile Victor**
Les Cévennes

VITRAIL MÉTHODE TIFFANY

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Vendredi 14:00-17:00
📍 **L'Escoutaire**
Près d'Arènes

ARTS GRAPHIQUES ET PLASTIQUES

AQUARELLE

Adultes

Tous niveaux
Lundi 14:00-16:00,
Jeudi 18:30-20:30
Activité municipale
📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Adultes

Tous niveaux
Mardi 09:30-11:30, 14:00-15:30
Activité municipale
📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

ARTS PLASTIQUES

Adultes

Tous niveaux
Mercredi 18:30-20:30
Matériel non fourni
📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

Adultes

Tous niveaux
Mardi 18:00-21:00
📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

Enfants, de 10 à 13 ans

Tous niveaux
Mercredi 15:00-16:30
Activité municipale
📍 **L'Escoutaire**
Près d'Arènes

Enfants, de 6 à 9 ans

Tous niveaux
Mercredi 14:00-15:00
Activité municipale
📍 **L'Escoutaire**
Près d'Arènes

Enfants, de 7 à 12 ans

Tous niveaux
Mercredi 16:00-17:30
Activité municipale
📍 **André Chamson**
Les Cévennes

Enfants, de 7 à 12 ans

Tous niveaux
Mercredi 14:00-15:30
📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Enfants, de 7 à 8 ans

Tous niveaux
Mercredi 10:30-11:30
Activité municipale
📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Enfants, de 9 à 10 ans

Tous niveaux
Mercredi 09:30-10:30
Activité municipale
📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

CALLIGRAPHIE CHINOISE

Tout public, à partir de 14 ans

Tous niveaux
Vendredi 10:00-11:30
📍 **André Chamson**
Les Cévennes

Tout public, à partir de 7 ans

Tous niveaux
Mercredi 10:00-11:30
📍 **André Chamson**
Les Cévennes

CARNET DE VOYAGE : DESSIN, AQUARELLE, ENCRE DE CHINE

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Tous niveaux
Mercredi 18:00-20:00,
Vendredi 18:15-20:15
📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

Adultes, à partir de 16 ans

Tous niveaux
Mercredi 12:00-14:00,
Vendredi 14:30-16:30
📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

DESSIN

Adolescents, adultes

Tous niveaux
Mercredi 18:30-20:30

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Lundi 14:00-16:00

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Adultes, à partir de 18 ans

Niveaux intermédiaire et confirmé

Lundi 17:00-18:00

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

DESSIN, BANDE DESSINÉE

Adolescents, de 11 à 18 ans

Tous niveaux
Samedi 10:00-12:00

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Enfants, de 8 à 10 ans

Tous niveaux
Mercredi 13:00-14:30

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

DESSIN, BANDE DESSINÉE, MANGA

Adolescents, adultes, à partir de 13 ans

Tous niveaux
Mercredi 16:00-17:30

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

Adolescents, adultes, à partir de 15 ans

Tous niveaux
Vendredi 19:00-20:30

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

Enfants, adolescents, de 10 à 15 ans

Tous niveaux
Jeudi 17:30-18:30
Activité municipale

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Enfants, adolescents, de 11 à 17 ans

Tous niveaux
Mercredi 16:30-18:00,
Vendredi 17:15-18:45

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

Enfants, de 8 à 10 ans

Tous niveaux
Mercredi 10:00-11:30

📍 **George Sand**
Montpellier centre

Enfants, à partir de 6 ans

Tous niveaux
Mercredi 10:00-11:30

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

DESSIN ET TECHNIQUES MIXTES

Adultes

Tous niveaux
Jeudi 09:30-11:30, 14:00-16:00
Activité municipale

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

DESSIN LIBRE D'APRÈS MODÈLE VIVANT

Adultes

Tous niveaux
Jeudi 20:15-21:45

📍 **George Sand**
Montpellier centre

Adultes

Tous niveaux
Mardi 19:30-21:30

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

DESSIN, PEINTURE

Adolescents, adultes

Niveau débutant
Mercredi 19:00-21:00

📍 **Antoine de Saint-Exupéry**
Les Cévennes

Adolescents, adultes, à partir de 15 ans

Tous niveaux
Lundi 19:00-21:00
Activité municipale

📍 **L'Escoutaire**
Près d'Arènes

Adolescents, adultes, à partir de 15 ans

Tous niveaux
Lundi 19:30-21:30
Mercredi 09:00-12:00

📍 **Paul-Emile Victor**
Les Cévennes

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Tous niveaux
Jeudi 19:00-21:00

📍 **Boris Vian**
Près d'Arènes

Adultes

Tous niveaux
Mardi 17:45-19:45
Activité municipale

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Adultes

Niveau débutant
Lundi 09:00-12:00,
Mardi 09:00-12:00

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

Adultes

Niveau intermédiaire
Lundi 13:30-16:30

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

Adolescents, adultes à partir de 16 ans

Tous niveaux
Vendredi 10:00-12:00,
12:00-14:00

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

Adultes

Tous niveaux
Mardi 10:00-12:00,
Jeudi 15:00-17:00

📍 **L'Escouteire**
Prés d'Arènes

Enfants, adolescents, de 9 à 14 ans

Tous niveaux
Mercredi 16:00-17:30

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

Enfants, adolescents, de 9 à 14 ans

Tous niveaux
Mercredi 15:30-17:00

📍 **George Sand**
Montpellier centre

Enfants, de 6 à 9 ans

Tous niveaux
Mercredi 14:00-15:15

📍 **George Sand**
Montpellier centre

Enfants, de 7 à 10 ans

Tous niveaux
Mercredi 14:30-16:00

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

DESSIN, PEINTURE, AQUARELLE

Adolescents, adultes, à partir de 15 ans

Tous niveaux
Jeudi 19:00-21:00,
Vendredi 14:30-16:30

📍 **Marie Curie**
Mosson

Adolescents, adultes, à partir de 15 ans

Tous niveaux
Jeudi 18:15-20:15

📍 **George Sand**
Montpellier centre

DESSIN, PEINTURE ET HISTOIRE DE L'ART

Adultes

Tous niveaux
Lundi 14:00-17:00, 17:00-19:00
Activité municipale

📍 **L'Escouteire**
Prés d'Arènes

DESSIN, PEINTURE, SCULPTURE

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Tous niveaux
Samedi 09:00-13:00

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

MANGA

Adolescents, adultes, à partir de 10 ans

Tous niveaux
Samedi 10:00-12:00

📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

Enfants, adolescents, de 10 à 14 ans

Tous niveaux
Mercredi 13:30-15:30

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Enfants, adolescents, de 8 à 13 ans

Tous niveaux
Mercredi 14:00-15:30

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

Enfants, adolescents, de 8 à 14 ans

Niveau débutant
Mercredi 16:30-18:30

📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

PASTEL

Adultes

Tous niveaux
Jeudi 09:30-11:30
Activité municipale

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

PEINTURE

Adultes

Niveau intermédiaire
Lundi 14:00-16:00

📍 **André Chamson**
Les Cévennes

PEINTURE À L'HUILE ET ACRYLIQUE

Adultes

Tous niveaux
Jeudi 12:45-14:45, 14:45-16:45
Activité municipale

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

PEINTURE À L'HUILE ET PASTEL

Adultes

Tous niveaux
Lundi 14:00-16:00,
Vendredi 14:00-16:00
Activité municipale

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

PEINTURE ET HISTOIRE DE L'ART

Adultes

Tous niveaux
Lundi 09:30-12:00,
Vendredi 09:30-12:00,
13:00-15:30
Activité municipale

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

PHILO' ART ET MOUVEMENT

Enfants, de 6 à 10 ans

Tous niveaux

Mercredi 17:45-18:45

📍 **Voltaire**

Montpellier centre

POTERIE, SCULPTURE, MODELAGE

**Adolescents, adultes,
à partir de 16 ans**

Tous niveaux

Lundi 17:45-19:45

Activité municipale

📍 **Frédéric Chopin**

Montpellier centre

Enfants, de 6 à 11 ans

Tous niveaux

Lundi 16:45-17:45

Activité municipale

📍 **Frédéric Chopin**

Montpellier centre

SCULPTURE ET MODELAGE

**Adolescents, adultes
à partir de 16 ans**

Tous niveaux

Jeudi 14:00-16:00, 16:15-18:15

📍 **Frédéric Chopin**

Montpellier centre

TECHNIQUES FONDAMENTALES DU DESSIN

**Adolescents, adultes,
à partir de 16 ans**

Tous niveaux

Vendredi 16:45-18:15

📍 **Frida Kahlo**

Port Marianne

AUDIOVISUEL

CINÉMA D'ANIMATION (INITIATION)

Enfants, de 6 à 12 ans

Initiation / découverte

1 fois par mois

📍 **Louis Feuillade**

Mosson

RÉALISATION VIDÉO

Adultes

Tous niveaux

Mardi 20:00-23:00

📍 **Mélina Mercouri**

Port Marianne

PHOTOGRAPHIE

PHOTO CLUB IBM

Adolescents, adultes

Tous niveaux

Mercredi 18:45-22:00

Tous les 1^{ers} et 3^{es} mercredis
du mois

📍 **Mélina Mercouri**

Port Marianne

PHOTOGRAPHIE

Adultes

Niveaux intermédiaire
et confirmé

Mardi 18:30-20:30

Activité municipale

📍 **Boris Vian**

Prés d'Arènes

Adultes

Niveaux débutant
et intermédiaire

Mercredi 18:30-20:30

Activité municipale

📍 **Boris Vian**

Prés d'Arènes

PHOTO NUMÉRIQUE

Adolescents, adultes

Niveau intermédiaire

Jeudi 14:15-16:15

Activité municipale

📍 **Mélina Mercouri**

Port Marianne

Adolescents, adultes

Niveau débutant

Jeudi 16:30-18:30

Activité municipale

📍 **Mélina Mercouri**

Port Marianne





ACTIVITÉS DANSE

DANSES CLASSIQUES ET DANSES MODERNES

DANSES DE SALON ET DANSES DE COUPLE

DANSES DU MONDE

DANSES TRADITIONNELLES ET RÉGIONALES

DANSES URBAINES ET CONTEMPORAINES

DIVERS DANSES

ÉVEIL DANSE

DANSES CLASSIQUES ET DANSES MODERNES

CLASSIQUE

Enfants, de 6 à 7 ans

Tous niveaux
Mercredi 14:00-15:00
Activité municipale
📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Enfants, de 6 à 8 ans

Niveaux débutant et
intermédiaire
Mercredi 13:45-14:45
Activité municipale
📍 **L'Escoutaire**
Prés d'Arènes

DANSE

Adolescents, adultes

Tous niveaux
Samedi 14:00-18:00
1 fois par mois - Inspirations
urbaines et afro-diasporiques
📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

Enfants, de 5 à 7 ans

Niveau débutant
Mercredi 11:30-12:30
📍 **Michel Colucci**
Croix d'Argent

DANSE EN TALONS

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Niveau débutant
Lundi 20:00-21:30
📍 **Antoine de Saint-Exupéry**
Les Cévennes

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Niveau débutant
Jeudi 19:00-20:00
📍 **Michel Colucci**
Croix d'Argent

Adultes

Tous niveaux
Jeudi 20:45-22:15
📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Adultes

Niveau débutant
Lundi 19:00-20:00
📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Adultes

Niveau intermédiaire
Lundi 20:00-21:30
📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

DANSE LYRICAL

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Niveau débutant
Jeudi 20:00-21:30
📍 **Michel Colucci**
Croix d'Argent

DANSE MODERNE

Adultes

Niveau débutant
Jeudi 19:45-20:45
📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

FIT DANSE

Adolescents, adultes

Tous niveaux
Mercredi 18:00-19:00
📍 **George Sand**
Montpellier centre

Adolescents, adultes

Tous niveaux
Vendredi 12:30-13:30
📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

JAZZ

Enfants, de 8 à 11 ans

Tous niveaux
Mercredi 16:00-17:30
Activité municipale
📍 **André Chamson**
Les Cévennes

LYRICAL JAZZ

Enfants, de 8 à 10 ans

Tous niveaux
Mercredi 11:00-12:30,
13:00-14:30
📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

MODERN JAZZ

Adolescents, adultes

Niveau débutant
Vendredi 18:30-19:30
📍 **Boris Vian**
Prés d'Arènes

Adolescents, adultes, à partir de 12 ans

Tous niveaux
Vendredi 18:30-20:00
Activité municipale
📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

Adolescents, adultes, à partir de 15 ans

Tous niveaux
Jeudi 18:15-19:45
📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Adolescents, de 12 à 14 ans

Tous niveaux
Mercredi 15:00-16:30
📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Adolescents, de 13 à 17 ans

Tous niveaux
Mercredi 15:15-16:45
📍 **George Sand**
Montpellier centre

Adolescents, de 15 à 17 ans

Tous niveaux
Mercredi 16:30-18:00
📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Adultes

Tous niveaux
Lundi 19:30-20:00
📍 **George Sand**
Montpellier centre

Adultes

Niveau intermédiaire
Jeudi 19:00-20:30

◆ **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Adultes

Niveau débutant
Mardi 19:00-20:30

◆ **Boris Vian**
Prés d'Arènes

Adultes

Niveau intermédiaire
Mardi 20:30-22:00

◆ **Boris Vian**
Prés d'Arènes

Enfants

Niveau débutant
Mardi 18:15-19:15

◆ **Antoine de Saint-Exupéry**
Les Cévennes

Enfants, de 10 à 12 ans

Tous niveaux
Mercredi 12:30-14:00

◆ **Albert Camus**
Croix d'Argent

Enfants, de 10 à 13 ans

Tous niveaux
Mardi 18:10-19:25

◆ **George Sand**
Montpellier centre

Enfants, de 4 à 5 ans

Initiation / découverte
Mercredi 09:00-10:00

◆ **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Enfants, de 6 à 7 ans

Initiation / découverte
Mercredi 10:00-11:00

◆ **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Enfants, de 6 à 9 ans

Tous niveaux
Mardi 17:00-18:00

◆ **George Sand**
Montpellier centre

Enfants, de 8 à 10 ans

Tous niveaux
Mercredi 11:00-12:30

◆ **Albert Camus**
Croix d'Argent

Enfants, de 8 à 10 ans

Tous niveaux
Vendredi 17:15-18:15

Activité municipale
◆ **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

Enfants, de 8 à 10 ans

Tous niveaux
Lundi 17:00-18:00

◆ **Voltaire**
Montpellier centre

Enfants, de 9 à 11 ans

Tous niveaux
Mercredi 16:45-17:45

◆ **George Sand**
Montpellier centre

DANSES DE SALON ET DANSES DE COUPLE

BLUES ET FUSION

Adultes, de 18 à 90 ans

Niveau faux débutant
Jeudi 19:15-21:15

◆ **Frida Kahlo**
Port Marianne

DANSE DE SALON

Adultes

Niveau débutant
Mardi 20:30-22:00

◆ **Albert Camus**
Croix d'Argent

Adultes

Niveau intermédiaire
Jeudi 20:30-22:00

◆ **Albert Camus**
Croix d'Argent

DANSE DU 19^E SIÈCLE

Adolescents, adultes

Niveau débutant
Jeudi 19:00-20:30

◆ **Antoine de Saint-Exupéry**
Les Cévennes

Adultes, seniors

Niveaux intermédiaire
et confirmé

Vendredi 18:30-21:00
1 fois par quinzaine

◆ **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

DANSE EN LIGNE

Adultes

Tous niveaux
Lundi 14:30-16:00

◆ **André Chamson**
Les Cévennes

Adultes

Tous niveaux
Mardi 19:00-20:30

◆ **Marie Curie**
Mosson

Adultes, seniors

Tous niveaux
Mardi 14:15-16:15

◆ **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Adultes, seniors, à partir de 60 ans

Niveau débutant
Jeudi 14:00-16:00

◆ **Frida Kahlo**
Port Marianne

DANSES DE BAL DE NAPOLÉON III À 1900

Adolescents, adultes à partir de 17 ans

Niveaux débutant et
intermédiaire
Mercredi 19:30-21:00

◆ **L'Escouteire**
Prés d'Arènes

DANSES DE SALON ET DANSES DE COUPLE

Adultes

Niveau débutant
Mercredi 19:15-20:45

📍 **Marie Curie**
Mosson

Adultes

Niveau confirmé
Mercredi 20:45-22:15

📍 **Marie Curie**
Mosson

KIZOMBA

Adultes

Niveau intermédiaire
Jeudi 21:15-22:15

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

Adultes

Niveau débutant
Vendredi 20:30-21:30

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

LINDY HOP

Adolescents, adultes

Niveau intermédiaire
Lundi 20:45-21:45

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Adolescents, adultes

Niveau intermédiaire
Mardi 21:00-22:00

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Adolescents, adultes

Niveau débutant
Lundi 19:45-20:45

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Adolescents, adultes

Niveau débutant
Mardi 20:00-21:00

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Niveau débutant
Lundi 21:00-22:00

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Niveau intermédiaire
Lundi 20:00-21:00

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Tous niveaux
Lundi 22:00-23:00

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

ROCK

Adultes

Tous niveaux
Mardi 14:30-15:30

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Adultes

Niveau intermédiaire
Mercredi 20:00-21:00

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

Adultes

Niveau débutant
Mercredi 19:00-20:00

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

SALSA

Adolescents, adultes

Niveau confirmé
Jeudi 19:30-21:30

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

Adolescents, adultes

Niveau intermédiaire
Jeudi 20:00-21:00

📍 **Boris Vian**
Près d'Arènes

Adolescents, adultes

Niveau débutant
Jeudi 19:00-20:00

📍 **Boris Vian**
Près d'Arènes

Adolescents, adultes, de 15 à 60 ans

Niveau confirmé
Mardi 20:30-22:30

📍 **L'Escoutaire**
Près d'Arènes

Adolescents, adultes, de 16 à 95 ans

Niveau confirmé
Mercredi 21:00-22:00

📍 **Jean-Pierre Caillens**
Près d'Arènes

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Tous niveaux
Vendredi 12:30-14:00

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Adultes

Niveau débutant
Mercredi 21:00-22:00

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

Adultes, de 15 à 80 ans

Niveau débutant
Lundi 18:30-19:30

📍 **L'Escoutaire**
Près d'Arènes

Adultes, de 16 à 95 ans

Niveau débutant
Mercredi 19:00-20:00

📍 **Jean-Pierre Caillens**
Près d'Arènes

Adultes, de 16 à 95 ans

Niveau intermédiaire
Mercredi 20:00-21:00

📍 **Jean-Pierre Caillens**
Près d'Arènes

Adultes, de 18 à 60 ans

Niveau confirmé
Lundi 19:30-21:30

📍 **L'Escoutaire**
Près d'Arènes

SALSA RUEDA CASINO

Adultes

Niveau intermédiaire
Jeudi 21:00-22:00

📍 **Boris Vian**

Prés d'Arènes

SOLO SWING

Adolescents, adultes

Niveau débutant
Mardi 18:00-19:00
19:00-20:00

📍 **Joseph Ricôme**

Montpellier centre

SOLO SWING ET CHARLESTON

Adultes

Tous niveaux
Lundi 12:30-13:30,
Mercredi 12:30-13:30

📍 **Mélina Mercouri**

Port Marianne

TANGO

Adultes

Niveau intermédiaire
Mardi 19:30-20:45

📍 **Mélina Mercouri**

Port Marianne

VALSE MILONGA

Adultes

Tous niveaux
Mardi 20:45-22:00

📍 **Mélina Mercouri**

Port Marianne

WEST COAST SWING

Adolescents, adultes

Niveau intermédiaire
Mardi 21:40-22:40

📍 **Voltaire**

Montpellier centre

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Tous niveaux

Mardi 20:40-21:40

📍 **Voltaire**

Montpellier centre

Adultes

Niveau intermédiaire
Lundi 21:30-22:30

📍 **Rosa-Lee Parks**

Hôpitaux Facultés

Adultes

Niveau débutant
Lundi 20:30-21:30

📍 **Rosa-Lee Parks**

Hôpitaux Facultés

DANSES DU MONDE

AFRICAIN

Adultes

Tous niveaux
Jeudi 20:00-21:30

📍 **George Sand**

Montpellier centre

Adultes

Niveau intermédiaire
Lundi 19:30-21:00

📍 **Georges Brassens**

Mosson

Tout public

Tous niveaux
Mardi 19:00-20:30

📍 **Albert Camus**

Croix d'Argent

Tout public, à partir de 13 ans

Tous niveaux
Mercredi 19:00-20:15

📍 **Voltaire**

Montpellier centre

AFRO-CUBAINE

Adultes

Tous niveaux
Lundi 19:15-20:45

📍 **Marie Curie**

Mosson

AFRO DANCE

Adolescents, adultes

Tous niveaux
Jeudi 18:00-19:30

📍 **Albert Camus**

Croix d'Argent

ANTILLAISE

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Tous niveaux
Jeudi 20:00-21:00

📍 **Michel Colucci**

Croix d'Argent

BOLLYWOOD

Adolescents, adultes

Niveaux intermédiaire
et confirmé

Jeudi 20:30-21:30

📍 **Rosa-Lee Parks**

Hôpitaux Facultés

Adolescents, adultes

Niveau débutant
Lundi 19:00-20:00

📍 **Léo Lagrange**

Mosson

Adolescents, adultes, à partir de 15 ans

Tous niveaux
Lundi 19:30-20:30

📍 **Michel Colucci**

Croix d'Argent

Tout public, à partir de 6 ans

Niveau débutant
Vendredi 18:00-19:30

📍 **Louis Feuillade**

Mosson

BOLLYWOOD SEMI-CLASSIQUE ET CRÉATION CHORÉGRAPHIQUE

**Adolescents, adultes,
à partir de 15 ans**

Niveau confirmé
Mardi 20:15-21:15

📍 **Fanfonne Guillerme**
Les Cévennes

BRÉSILIENNE

Adolescents, adultes

Niveau confirmé
Lundi 19:30-20:30

📍 **Fanfonne Guillerme**
Les Cévennes

COUNTRY LINE DANCE

Adolescents, adultes

Niveau débutant
Mercredi 19:00-20:00

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Adolescents, adultes

Niveau intermédiaire
Mercredi 20:00-21:30

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Adultes

Niveau débutant
Samedi 15:00-16:30
1 samedi par mois

📍 **L'Escoutaire**
Prés d'Arènes

Adultes

Niveau confirmé
Samedi 18:00-19:00
1 samedi par mois

📍 **L'Escoutaire**
Prés d'Arènes

Adultes

Niveau intermédiaire
Samedi 16:30-17:30
1 samedi par mois

📍 **L'Escoutaire**
Prés d'Arènes

DANSES DU MONDE

**Adolescents, adultes,
à partir de 12 ans**

Tous niveaux
Mercredi 18:00-19:00

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

Enfants, de 4 à 10 ans

Tous niveaux
Mercredi 17:00-18:00

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

Enfants, de 4 à 11 ans

Tous niveaux
Mercredi 12:45-13:45

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Enfants, de 6 à 12 ans

Tous niveaux
Jeudi 17:30-18:30

📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

FITNESS FLAMENCO

Enfants de 3 à 8 ans

Tous niveaux
Mercredi 10:00-11:00
Atelier parent/enfant

📍 **Michel Colucci**
Croix d'Argent

FLAMENCO

Adolescents, adultes

Niveau intermédiaire
Mercredi 19:15-20:15

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

Adolescents, adultes

Niveau débutant
Mercredi 20:15-21:15

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

**Adolescents, adultes,
de 11 à 77 ans**

Niveau débutant
Mercredi 18:00-19:15

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

**Adolescents, adultes,
de 11 à 77 ans**

Niveau intermédiaire
Mercredi 19:15-20:30

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

FLAMENCO ET SÉVILLANAS

Adolescents, adultes

Niveau débutant
Mardi 20:15-21:15

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

FLAMENCO : TECHNIQUE CORPORELLE

Adolescents, adultes

Tous niveaux
Mardi 19:00-20:00

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

INDIENNE

**Adolescents, adultes,
de 16 à 85 ans**

Tous niveaux
Lundi 19:00-20:30,
Samedi 10:00-13:00

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

Adultes

Niveaux intermédiaire
et confirmé
Mardi 19:15-20:45

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Adultes

Niveau débutant
Mardi 18:00-19:00

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Enfants, de 5 à 7 ans

Niveau débutant
Mercredi 16:30-17:30

📍 **Marie Curie**
Mosson

Enfants, de 6 à 10 ans

Tous niveaux

Mercredi 16:30-17:30

📍 **George Sand**
Montpellier centre

Enfants, de 8 à 12 ans

Niveaux intermédiaire et confirmé

Mercredi 17:30-18:30

📍 **Marie Curie**
Mosson

INDIENNE ET BOLLYWOOD

Enfants, de 6 à 10 ans

Niveau débutant

Mercredi 14:30-15:30

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

INDIENNE ODISSI

Adolescents, adultes

Niveaux débutant et intermédiaire

Jeudi 19:30-20:30

📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

LINE DANCE

Adolescents, adultes, à partir de 14 ans

Niveau débutant

Mardi 18:30-19:30

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

Adolescents, adultes, à partir de 14 ans

Niveaux débutant et intermédiaire

Mardi 19:30-20:30

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

Adolescents, adultes, à partir de 14 ans

Niveau intermédiaire

Mardi 20:30-22:00

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

ORIENTALE

Adolescents, adultes

Niveau intermédiaire

Jeudi 20:30-21:30

📍 **Antoine de Saint-Exupéry**
Les Cévennes

Adolescents, adultes

Niveau débutant

Jeudi 19:30-20:30

📍 **Antoine de Saint-Exupéry**
Les Cévennes

Adolescents, adultes

Niveau confirmé

Mardi 19:30-20:30, 20:30-21:30

📍 **Antoine de Saint-Exupéry**
Les Cévennes

Adolescents, adultes

Tous niveaux

Mardi 18:30-20:00

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Adultes

Niveaux intermédiaire et confirmé

Jeudi 18:30-19:30

📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

Adultes

Tous niveaux

Lundi 18:30-20:30

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Adultes

Tous niveaux

Lundi 19:00-20:30

📍 **Boris Vian**
Prés d'Arènes

Adultes, à partir de 18 ans

Niveau débutant

Mercredi 19:30-20:30

📍 **Fanfonne Guillierme**
Les Cévennes

Enfants, de 6 à 12 ans

Tous niveaux

Mercredi 18:30-19:30

📍 **Fanfonne Guillierme**
Les Cévennes

Tout public

Niveau débutant

Mercredi 17:00-19:00

📍 **Louis Feuillade**
Mosson

ORIENTALE ÉGYPTIENNE

Adolescents, adultes, à partir de 15 ans

Tous niveaux

Lundi 18:30-19:30, 20:30-21:30

📍 **Michel Colucci**
Croix d'Argent

SAMBA BRÉSILIENNE

Adultes

Tous niveaux

Jeudi 20:00-21:00

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

DANSES TRADITIONNELLES ET RÉGIONALES

DANSE ET CHANTS TRADITIONNELS DU PORTUGAL

Tout public

Tous niveaux

Dimanche 10:00-12:00

1 dimanche sur 2 selon planning

📍 **Marie Curie**
Mosson

DANSES ÉCOSSAISES

Adultes

Tous niveaux

Mardi 19:45-22:00

📍 **André Chamson**
Les Cévennes

DANSES FOLKLORIQUES TRADITIONNELLES BULGARES

Adolescents, adultes, de 12 à 75 ans

Niveau confirmé

Dimanche 10:30-12:00

📍 **L'Escoutaire**
Prés d'Arènes

DANSES TRADITIONNELLES

Adolescents, adultes

Niveaux débutant
et intermédiaire
Jeudi 19:00-21:00

📍 **Marie Curie**
Mosson

DANSES TRADITIONNELLES FOLKLORIQUES

Adultes

Tous niveaux
Mercredi 20:30-22:30

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

DANSE TRADITIONNELLE CARIBÉENNE

Adultes

Tous niveaux
Mercredi 19:00-21:00

📍 **Fanfonne Guillierme**
Les Cévennes

DANSE TRADITIONNELLE ET FOLKLORE DU MASSIF CENTRAL

Adultes

Tous niveaux
Jeudi 14:00-16:00

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Adultes, séniors

Tous niveaux
Lundi 14:00-16:00

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

GRECQUES

Adultes

Niveau confirmé
Jeudi 20:30-22:30

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

Adultes

Niveau débutant
Jeudi 18:00-19:00

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

DANSES URBAINES ET CONTEMPORAINES

BREAK DANCE

Adolescents, de 12 à 18 ans

Tous niveaux
Mercredi 14:30-16:00

📍 **George Sand**
Montpellier centre

Enfants, adolescents, de 10 à 17 ans

Niveaux intermédiaire et
confirmé

Mercredi 17:30-19:00
📍 **Georges Brassens**
Mosson

Enfants, adolescents, de 6 à 16 ans

Tous niveaux
Mardi 17:30-19:00

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Enfants, adolescents, de 7 à 15 ans

Niveau débutant
Vendredi 17:00-18:30

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

Enfants, adolescents, de 7 à 15 ans

Niveau intermédiaire
Vendredi 18:30-20:00

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

Enfants, adolescents, de 7 à 18 ans

Niveau débutant
Mercredi 18:00-19:30

📍 **L'Escoutaire**
Près d'Arènes

Enfants, adolescents, de 8 à 14 ans

Tous niveaux
Mercredi 13:00-14:30

📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

Enfants, adultes, à partir de 7 ans

Niveau débutant
Mercredi 16:15-17:30

📍 **François Villon**
Les Cévennes

Enfants, adultes, à partir de 7 ans

Niveau intermédiaire
Mercredi 17:30-19:00

📍 **François Villon**
Les Cévennes

Enfants, de 6 à 9 ans

Niveau débutant
Mercredi 17:00-18:00

📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

Enfants, de 7 à 10 ans

Niveau débutant
Mercredi 16:30-17:30

📍 **Georges Brassens**
Mosson

Enfants, de 7 à 11 ans

Tous niveaux
Mercredi 13:30-14:30

📍 **George Sand**
Montpellier centre

Tout public, à partir de 7 ans

Niveau débutant
Vendredi 18:00-19:30

📍 **Paul-Emile Victor**
Les Cévennes

BREAK DANCE, HIP-HOP

Enfants, adolescents

Tous niveaux

Mercredi 13:00-14:30

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

BREAK DANCE TRAINING LIBRE

Adultes

Tous niveaux

Mercredi 19:00-22:00

📍 **François Villon**
Les Cévennes

CORPS ET MOUVEMENT

Adultes

Tous niveaux

Mardi 19:15-20:45

📍 **Marie Curie**
Mosson

DANSE

Enfants, adolescents, à partir de 7 ans

Niveau débutant

Vendredi 17:30-19:00

📍 **Albertine Sarrazin**
Montpellier centre

DANSE CONTEMPORAINE

Adolescents, adultes, de 15 à 70 ans

Tous niveaux

Jeudi 20:00-21:30

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Adolescents, adultes, à partir de 12 ans

Niveau débutant

Mercredi 18:00-19:15

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Adolescents, adultes, à partir de 12 ans

Niveau intermédiaire

Mercredi 19:15-20:30

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Tous niveaux

Mercredi 19:15-20:45

📍 **George Sand**
Montpellier centre

Adultes

Tous niveaux

Samedi 10:00-11:30

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

Adultes

Tous niveaux

Mardi 12:00-13:30

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Adultes

Niveau débutant

Lundi 18:15-19:45

📍 **Antoine de Saint-Exupéry**
Les Cévennes

Enfants, adolescents, de 9 à 15 ans

Tous niveaux

Jeudi 09:45-10:45

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Enfants, de 6 à 8 ans

Tous niveaux

Mercredi 16:00-17:00

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Enfants, de 9 à 12 ans

Tous niveaux

Mercredi 17:00-18:00

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

DISTRICT DANSE

Tout public, de 4 à 85 ans

Tous niveaux

Jeudi 18:30-20:30

📍 **François Villon**
Les Cévennes

ENTRAÎNEMENT DU DANSEUR

Adolescents, adultes

Niveaux débutant et intermédiaire

Mardi 12:00-13:30

📍 **George Sand**
Montpellier centre

HIP HOP

Adolescents, adultes

Niveau débutant

Jeudi 18:00-19:00

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Adolescents, adultes

Niveau intermédiaire

Vendredi 20:00-21:00

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Enfants

Niveau débutant

Mercredi 16:00-17:00

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Enfants, adolescents

Niveau débutant

Lundi 17:30-19:00

📍 **Antoine de Saint-Exupéry**
Les Cévennes

Enfants, adolescents, de 6 à 8 ans

Niveau débutant

Mercredi 17:00-18:00

📍 **André Chamson**
Les Cévennes

Enfants, adolescents, de 9 à 12 ans

Niveau débutant

Lundi 18:00-19:00

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Enfants, adolescents, de 9 à 16 ans

Niveau débutant

Mercredi 18:00-19:00

📍 **André Chamson**
Les Cévennes

Enfants, de 6 à 8 ans

Niveau débutant
Lundi 17:00-18:00

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

HIP HOP ET BREAK DANCE

Enfants, à partir de 7 ans

Niveau débutant
Mardi 17:00-18:30, 18:30-20:00

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

HIP HOP GIRLY

Adolescents, adultes

Niveau débutant
Vendredi 19:00-20:00

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

K-POP

Adolescents, adultes

Niveaux débutant et intermédiaire
Samedi 14:30-15:30

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Adolescents, adultes

Niveaux débutant et intermédiaire
Jeudi 18:00-19:15

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Adolescents, adultes, de 10 à 25 ans

Niveau débutant
Lundi 17:30-18:30

📍 **L'Escoutaire**
Prés d'Arènes

Adolescents, de 13 à 25 ans

Tous niveaux
Samedi 14:00-15:15

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

REGGAETON

Adolescents, adultes, de 14 à 35 ans

Tous niveaux
Lundi 18:00-19:00

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

STREET DANCE

Adultes

Niveaux débutant et intermédiaire

Lundi 19:00-20:30

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Adultes

Tous niveaux
Mardi 18:30-20:00

📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

Adultes

Niveaux débutant et intermédiaire
Mercredi 19:30-21:00

📍 **George Sand**
Montpellier centre

Enfants, de 8 à 14 ans

Niveau débutant
Mercredi 15:00-16:00

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

STREET JAZZ

Adolescents

Tous niveaux
Mardi 18:00-19:00

📍 **Boris Vian**
Prés d'Arènes

Adolescents, adultes

Niveau débutant
Vendredi 18:00-19:00

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Adolescents, adultes, à partir de 15 ans

Tous niveaux
Mercredi 15:00-16:00

📍 **Marie Curie**
Mosson

Adolescents, de 11 à 15 ans

Tous niveaux
Lundi 18:00-19:00

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Adolescents, de 12 à 16 ans

Tous niveaux
Lundi 18:30-19:30

📍 **George Sand**
Montpellier centre

Adolescents, de 13 à 14 ans

Tous niveaux
Mercredi 14:00-15:00

📍 **Marie Curie**
Mosson

Adultes

Tous niveaux
Mercredi 19:45-21:15

📍 **Boris Vian**
Prés d'Arènes

Enfants, adolescents, de 12 à 16 ans

Tous niveaux
Jeudi 17:15-18:15

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Enfants, adolescents, à partir de 11 ans

Tous niveaux
Mercredi 18:30-19:30

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

Enfants, de 6 à 8 ans

Tous niveaux
Mercredi 16:30-17:30

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

Enfants, de 7 à 11 ans

Niveau intermédiaire
Jeudi 17:15-18:15

📍 **Antoine de Saint-Exupéry**
Les Cévennes

Enfants, de 8 à 10 ans

Tous niveaux
Mercredi 17:30-18:30

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

Enfants, de 8 à 12 ans

Niveau débutant
Lundi 18:15-19:15

📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

URBAN CONTEMPORAIN

Adultes

Niveau débutant
Jeudi 19:00-20:30

📍 **Albertine Sarrazin**
Montpellier centre

Enfants, de 9 à 12 ans

Niveaux débutant et intermédiaire
Mardi 17:30-18:30

📍 **Marie Curie**
Mosson

DIVERS DANSES

AFROVIBE

Adolescents, adultes

Tous niveaux
Lundi 09:00-10:00, 17:00-18:00, Mardi 12:30-13:30,
Jeudi 09:00-10:00,
12:30-13:30,
Vendredi 09:00-10:00

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

**DANSE ADAPTÉE
AUX SÉNIORS**

Séniors, à partir de 60 ans

Tous niveaux
Mercredi 11:15-12:15

📍 **François Villon**
Les Cévennes

DANSE BÉBÉ/PARENT

Tout-petits, jusqu'à 3 ans

Initiation / découverte
Mercredi 09:00-09:45

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

DANSE EXPRESSION

Adolescents, adultes

Tous niveaux
Mardi 19:30-20:45

📍 **Michel Colucci**
Croix d'Argent

DANSE LIBRE

Adolescents, adultes

Tous niveaux
Lundi 18:45-20:15

📍 **Fanonne Guillierme**
Les Cévennes

**DANSE PARENTS/
ENFANTS**

**Tout-petits, enfants,
de 1 à 6 ans**

Tous niveaux
Dimanche 10:00-12:00
1 dimanche par mois selon
planning

📍 **Marie Curie**
Mosson

INCLUSIVE

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Mardi 19:00-20:30

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

**MOUVEMENT, ÉMOTIONS
ET DANSE**

**Adolescents, adultes,
à partir de 15 ans**

Tous niveaux
Jeudi 12:15-13:45

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

ÉVEIL DANSE

**CLOWN ET ARTS
TRANSVERSAUX**

**Enfants, adultes,
à partir de 4 ans**

Tous niveaux
Mardi 10:45-12:30, 14:00-17:00

📍 **François Villon**
Les Cévennes

DANSE

Enfants, de 6 à 7 ans

Tous niveaux
Lundi 17:15-18:15
Activité municipale

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Enfants, de 6 à 7 ans
Initiation / découverte
Mercredi 10:00-11:00
📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Tout-petits, de 3 à 5 ans
Tous niveaux
Mercredi 14:00-15:00
📍 **George Sand**
Montpellier centre

ÉVEIL CORPOREL

Enfants
Niveau débutant
Mardi 17:15-18:15
📍 **Antoine de Saint-Exupéry**
Les Cévennes

Enfants, de 4 à 7 ans
Niveau débutant
Lundi 17:15-18:15
📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

Séniors
Tous niveaux
Lundi 09:15-10:30
📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Tout-petits, de 4 à 5 ans
Tous niveaux
Mercredi 09:00-10:00
📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

ÉVEIL DANSE

Enfants, de 4 à 5 ans
Tous niveaux
Mercredi 15:45-16:30
📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

Enfants, de 4 à 6 ans
Niveau débutant
Mercredi 14:00-15:00
📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Enfants, de 5 à 6 ans
Tous niveaux
Mardi 17:15-18:15
Activité municipale
📍 **Voltaire**
Montpellier centre

EXPRESSION CORPORELLE

Enfants, de 6 à 10 ans
Tous niveaux
Mercredi 10:15-11:15
📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

Séniors
Tous niveaux
Mardi 10:00-11:00
📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre





ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTI- SATION

FRANÇAIS LANGUE ÉTRANGÈRE (FLE)

LANGUE DES SIGNES ET LANGUE UNIVERSELLE

LANGUES ÉTRANGÈRES

LANGUES RÉGIONALES

FRANÇAIS LANGUE ÉTRANGÈRE (FLE)

ALPHABÉTISATION

Adultes

Tous niveaux
Lundi 09:30-11:30,
Mardi 09:30-11:30

📍 **Boris Vian**
Près d'Arènes

Adultes

Tous niveaux
Lundi 14:00-16:00,
Jeudi 14:00-16:00

📍 **André Chamson**
Les Cévennes

Adultes

Niveau intermédiaire
Mardi 14:00-16:30

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

Adultes

Niveau débutant
Lundi 09:30-11:00,
Vendredi 09:30-11:00

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Adultes

Niveau débutant
Jeudi 09:30-11:00

📍 **Albertine Sarrazin**
Montpellier centre

Adultes

Niveau débutant
Jeudi 14:00-16:00

📍 **Michel Colucci**
Croix d'Argent

Adultes

Niveau confirmé
Lundi 09:00-11:30

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

Adultes

Niveau intermédiaire
Lundi 09:30-11:30,
Mardi 09:30-11:30,
Jeudi 14:00-16:00,
Vendredi 14:00-16:00

📍 **Fanfonne Guillierme**
Les Cévennes

Adultes

Tous niveaux
Jeudi 09:15-11:45,
Vendredi 09:15-11:45

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

ALPHABÉTISATION (CFG)

Adultes

Niveau confirmé
Lundi 09:30-11:30, 14:30-16:30,
Mardi 09:30-11:30, 14:30-16:30,
Jeudi 09:30-11:00

Préparation au CFG

📍 **Marie Curie**
Mosson

ATELIER DISCUSSION EN FRANÇAIS

Adultes

Niveau faux débutant
Lundi 14:00-15:30,
Jeudi 14:00-15:30

📍 **Marie Curie**
Mosson

ATELIER SOCIO-LINGUISTIQUE

Adultes

Tous niveaux
Lundi 14:00-16:00

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

CONVERSATION EN FRANÇAIS

Adultes, à partir de 18 ans

Niveau faux débutant
Lundi 16:30-18:00
2 fois par mois les semaines
paires

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

FRANÇAIS LANGUE D'INTÉGRATION (FLI)

Adultes

Niveau débutant
Lundi 09:30-11:00,
Jeudi 09:30-11:30

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Adultes

Tous niveaux
Lundi 14:00-16:00, Mardi
09:00-11:00, 14:00-16:00,
Mardi 17:00-19:00, Mercredi
10:00-12:00, Jeudi 09:00-
11:00, 14:00-16:00, Vendredi
09:00-11:00, 09:00-11:00,
15:00-17:00

📍 **François Villon**
Les Cévennes

Adultes, à partir de 18 ans

Niveau débutant
Lundi 09:15-11:15,
Mardi 09:15-11:15

📍 **L'Escoutaire**
Près d'Arènes

FRANÇAIS LANGUE ÉTRANGÈRE ET ATELIERS DE LOISIRS

Adultes

Tous niveaux
Mardi 14:00-16:30

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

FRANÇAIS LANGUE ÉTRANGÈRE (FLE)

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Niveau débutant
Lundi 09:00-11:00,
Mardi 09:00-11:00,
Jeudi 09:00-11:00,
Vendredi 09:00-11:00

📍 **Jean-Pierre Caillens**
Près d'Arènes

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Niveau intermédiaire
Jeudi 14:00-16:00

📍 **Jean-Pierre Caillens**
Près d'Arènes

Adultes

Niveau débutant
Jeudi 09:00-11:00,
Vendredi 09:00-11:00

📍 **Louis Feuillade**
Mosson

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Lundi 14:00-16:00

📍 **François Villon**
Les Cévennes

Adultes, à partir de 20 ans

Niveau intermédiaire
Mardi 14:00-16:00, 14:00-16:00,
Jeudi 14:00-16:00,
14:00-16:00,
Vendredi 14:00-16:00

📍 **Paul-Emile Victor**
Les Cévennes

**FRANÇAIS LANGUE
ÉTRANGÈRE (FLE)
POUR RUSSOPHONES
ET UKRAÏNOPHONES**

Adultes

Tous niveaux
Lundi 17:30-19:00

📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

**FRANÇAIS (LANGUE,
SANTÉ ET CULTURE)**

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Lundi 14:15-16:15,
Mardi 14:15-16:15

📍 **Georges Brassens**
Mosson

**LANGUE DES
SIGNES ET LANGUE
UNIVERSELLE**

ESPERANTO

Adultes, à partir de 18 ans

Niveau débutant
Jeudi 10:00-11:30

📍 **L'Escoutaire**
Prés d'Arènes

Adultes, à partir de 18 ans

Niveau intermédiaire
Mardi 18:10-19:40

📍 **L'Escoutaire**
Prés d'Arènes

**LANGUE DES SIGNES
FRANÇAISE (LSF)**

**Adolescents, adultes,
à partir de 15 ans**

Initiation / découverte
Mardi 19:00-20:00

📍 **Marie Curie**
Mosson

**Adolescents, adultes,
à partir de 15 ans**

Niveau intermédiaire
Lundi 19:00-20:00

📍 **Marie Curie**
Mosson

**LANGUES
ÉTRANGÈRES**

ANGLAIS

Adolescents

Niveau collège
Jeudi 17:30-18:30

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Adolescents, de 12 à 16 ans

Niveau collège
Jeudi 17:30-18:30

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

Adolescents, de 13 à 16 ans

Niveaux collège, lycée
Mardi 17:15-18:15

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Adolescents, adultes

Niveau intermédiaire
Lundi 14:00-15:15

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

Adolescents, adultes

Niveau confirmé
Lundi 15:15-16:30

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

Adultes

Niveau faux débutant
Mardi 09:30-11:00

📍 **Marie Curie**
Mosson

Adultes

Niveau intermédiaire
Mercredi 15:30-17:00

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Adultes

Niveau débutant
Mardi 14:00-15:30

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Adultes

Niveaux intermédiaire
et confirmé

Mardi 15:30-17:00

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Adultes

Niveaux débutant
et intermédiaire
Lundi 19:00-20:15

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Adultes

Niveau intermédiaire
Lundi 19:00-20:30

Activité municipale

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Adultes

Niveau confirmé
Lundi 09:30-11:00

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Adultes

Niveau confirmé
Lundi 15:00-16:30
❖ **Marie Curie**
Mosson

Adultes

Niveau intermédiaire
Lundi 14:00-15:30
❖ **Albert Camus**
Croix d'Argent

Adultes

Niveau débutant
Lundi 11:00-12:30
❖ **Albert Camus**
Croix d'Argent

Adultes

Niveau intermédiaire
Mardi 10:00-11:30
❖ **Marie Curie**
Mosson

Adultes

Niveaux intermédiaire
et confirmé
Lundi 20:15-21:30
❖ **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Adultes, à partir de 18 ans

Niveau débutant
Mardi 18:00-19:30
❖ **Louis Feuillade**
Mosson

Adultes, à partir de 18 ans

Niveau intermédiaire
Mardi 10:30-11:45
❖ **L'Escouteira**
Prés d'Arènes

Adultes, à partir de 18 ans

Niveau débutant
Mardi 09:00-10:30
❖ **L'Escouteira**
Prés d'Arènes

Adultes, à partir de 18 ans

Niveaux débutant et
intermédiaire
Mardi 12:00-13:30
❖ **Voltaire**
Montpellier centre

Adultes, à partir de 18 ans

Niveau débutant
Jeudi 14:00-15:30
❖ **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

Adultes, à partir de 18 ans

Niveau faux débutant
Lundi 17:00-18:15
❖ **Frida Kahlo**
Port Marianne

Adultes, à partir de 18 ans

Niveaux intermédiaire et
confirmé
Lundi 18:15-19:30
❖ **Frida Kahlo**
Port Marianne

Adultes, à partir de 18 ans

Niveau confirmé
Jeudi 09:30-11:00
❖ **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

Adultes, à partir de 18 ans

Niveaux débutant et
intermédiaire
Mardi 10:30-12:00
❖ **Voltaire**
Montpellier centre

Adultes, à partir de 18 ans

Niveau intermédiaire
Jeudi 11:00-12:30
❖ **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

Enfants, de 9 à 11 ans

Tous niveaux
Mercredi 10:30-11:30
❖ **Mélina Mercouri**
Port Marianne

Enfants, adolescents, de 10 à 14 ans

Niveau intermédiaire
Mercredi 14:00-15:30
❖ **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Enfants, adolescents, de 11 à 16 ans

Niveaux collège, lycée
Mardi 16:45-17:45
❖ **Louis Feuillade**
Mosson

Enfants, de 11 à 18 ans

Tous niveaux
Mercredi 19:00-20:00,
Vendredi 19:00-20:00
❖ **Georges Brassens**
Mosson

Enfants, de 6 à 11 ans

Tous niveaux
Mercredi 18:00-19:00,
Vendredi 18:00-19:00
❖ **Georges Brassens**
Mosson

Enfants, de 6 à 8 ans

Niveau débutant
Mercredi 11:00-12:00
❖ **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Enfants, de 6 à 8 ans

Niveau débutant
Samedi 09:30-10:30
❖ **L'Escouteira**
Prés d'Arènes

Enfants, de 6 à 8 ans

Niveau élémentaire
Mercredi 09:30-10:30
❖ **Frida Kahlo**
Port Marianne

Enfants, de 7 à 10 ans

Niveau débutant
Mercredi 15:00-16:00
❖ **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Enfants, de 8 à 10 ans

Niveau intermédiaire
Mercredi 09:30-10:00
❖ **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Enfants, de 8 à 10 ans

Niveau débutant
Samedi 10:30-11:30
❖ **L'Escouteira**
Prés d'Arènes

Enfants, de 9 à 11 ans

Niveau élémentaire
Mercredi 10:30-11:30
❖ **Frida Kahlo**
Port Marianne

Enfants

Niveau débutant
Mercredi 14:15-15:15
❖ **François Villon**
Cévennes

Enfants

Niveau intermédiaire
Mercredi 15:15-16:15
❖ **François Villon**
Cévennes

ANGLAIS DU VOYAGE

Adultes

Niveau confirmé
Jeudi 10:00-11:30

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

Adultes

Niveau intermédiaire
Jeudi 14:00-15:30

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

CHINOIS

Adultes

Niveau débutant
Mardi 17:00-18:30

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Adultes

Niveau débutant
Mercredi 17:15-18:45

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

CORÉEN

Adultes

Tous niveaux
Vendredi 18:00-19:30

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Tout public

Tous niveaux
Mercredi 18:30-20:00,
Samedi 09:30-12:30,
11:00-12:30

📍 **Paul-Emile Victor**
Les Cévennes

ENGLISH PLAYTIME

Enfants

Tous niveaux

Lundi 17:30-18:30

📍 **Antoine de Saint-Exupéry**
Les Cévennes

Enfants, de 6 à 10 ans

Tous niveaux
Jeudi 17:30-18:30

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

ESPAGNOL

Adolescents, adultes

Niveau intermédiaire
Mardi 18:00-19:30

📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

Adolescents, adultes

Niveau intermédiaire
Lundi 14:30-16:00

📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

Adolescents, adultes

Niveau confirmé
Jeudi 16:00-17:30

📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

Adolescents, adultes, à partir de 15 ans

Niveau confirmé
Lundi 17:00-18:30

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Adultes

Niveau confirmé
Mercredi 12:00-13:30

📍 **George Sand**
Montpellier centre

Adultes

Niveau débutant
Mercredi 09:00-10:30

📍 **George Sand**
Montpellier centre

Adultes

Niveau intermédiaire
Mercredi 10:30-12:00

📍 **George Sand**
Montpellier centre

Adultes

Tous niveaux
Vendredi 14:00-15:30

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Adultes

Niveaux intermédiaire
Vendredi 09:00-10:30

📍 **Paul-Emile Victor**
Les Cévennes

Adultes

Niveaux intermédiaire
et confirmé
Vendredi 09:00-10:30,
10:30-12:00

📍 **Paul-Emile Victor**
Les Cévennes

Adultes, à partir de 18 ans

Niveau intermédiaire
Vendredi 10:30-12:00

📍 **L'Escoutaire**
Près d'Arènes

Adultes, à partir de 18 ans

Niveau débutant
Vendredi 09:00-10:15

📍 **L'Escoutaire**
Près d'Arènes

Adultes, à partir de 18 ans

Niveau intermédiaire
Lundi 18:30-20:00

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

GREC

Adolescents, de 12 à 15 ans

Tous niveaux
Samedi 15:00-16:30

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

Enfants, de 3 à 5 ans

Tous niveaux
Samedi 10:00-11:00

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

Enfants, de 9 à 11 ans

Niveau débutant
Samedi 13:00-14:30

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

GREC (INITIATION)

Enfants, de 6 à 8 ans

Tous niveaux
Samedi 11:15-12:45
❖ **Léo Lagrange**
Mosson

GREC MODERNE

Enfants, adolescents, de 8 à 15 ans

Tous niveaux
Mercredi 11:00-14:45
❖ **Mélina Mercouri**
Port Marianne

ITALIEN

Adolescents, adultes

Niveau faux débutant
Mercredi 17:30-18:30
❖ **André Chamson**
Les Cévennes

Adultes

Niveau intermédiaire
Mardi 16:30-17:30,
Jeudi 12:15-13:45,
Vendredi 12:30-14:00
❖ **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

Adultes

Niveau intermédiaire
Mercredi 18:45-20:15
❖ **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

Adultes

Niveau débutant
Mardi 18:45-20:15
❖ **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

Adultes

Niveau intermédiaire
Lundi 18:30-20:00
À partir d'un an d'italien
❖ **Boris Vian**
Prés d'Arènes

Adultes

Niveau élémentaire
Lundi 17:00-18:30
❖ **Boris Vian**
Prés d'Arènes

Adultes

Niveau confirmé
Lundi 19:00-20:30
❖ **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

Adultes

Niveau débutant
Mardi 14:00-15:30
❖ **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

Adultes

Niveau intermédiaire
Mercredi 18:30-20:00
❖ **André Chamson**
Les Cévennes

Adultes

Niveau intermédiaire
Lundi 16:00-17:30
❖ **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

Adultes

Niveaux intermédiaire et confirmé
Jeudi 09:30-11:00, 11:00-12:30
❖ **George Sand**
Montpellier centre

Adultes

Niveaux intermédiaire et confirmé
Lundi 17:30-19:00
❖ **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

Adultes

Niveau faux débutant
Lundi 14:30-16:00
❖ **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

Adultes

Niveau débutant
Jeudi 18:45-20:15
❖ **Albert Camus**
Croix d'Argent

Adultes, seniors, à partir de 18 ans

Niveau confirmé
Mercredi 18:45-20:15
❖ **Voltaire**
Montpellier centre

Adultes, à partir de 18 ans

Niveau intermédiaire
Jeudi 12:15-13:45
❖ **Voltaire**
Montpellier centre

Adultes, à partir de 18 ans

Niveau intermédiaire
Lundi 11:45-13:15
❖ **Voltaire**
Montpellier centre

Adultes, à partir de 18 ans

Niveau débutant
Lundi 09:30-11:00
❖ **L'Escoutaire**
Prés d'Arènes

Tout public, à partir de 17 ans

Niveau débutant
Jeudi 16:00-17:30
❖ **Frida Kahlo**
Port Marianne

ITALIEN (CONVERSATION)

Adultes

Niveau confirmé
Mardi 10:00-11:30,
Jeudi 14:15-15:45
❖ **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

Adultes, à partir de 18 ans

Niveau confirmé
Jeudi 17:15-18:45
❖ **Voltaire**
Montpellier centre

ITALIEN ET CULTURE ITALIENNE

Adultes

Tous niveaux
Mercredi 18:30-20:00
❖ **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

JAPONAIS

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Niveau confirmé
Samedi 13:30-14:50

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Niveau débutant
Samedi 09:00-10:20

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Niveau intermédiaire
Samedi 10:30-11:50

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Niveau intermédiaire
Samedi 12:00-13:20

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

POLONAIS

Adolescents

Niveau débutant
Mardi 18:00-19:00

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

Adultes

Niveau débutant
Lundi 18:00-19:00

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

Adultes

Niveau intermédiaire
Lundi 19:00-20:00

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

PORTUGAIS BRÉSILIEN

Adolescents, adultes, à partir de 15 ans

Tous niveaux
Jeudi 19:00-20:30

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

RUSSE

Adolescents, adultes

Niveau confirmé
Jeudi 15:45-16:45

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Adolescents, adultes

Niveau intermédiaire
Lundi 14:15-15:15,
Jeudi 17:15-18:15

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Adolescents, adultes

Niveau débutant
Jeudi 18:20-19:20

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Adultes

Niveau débutant
Mardi 09:30-10:45

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Adultes

Niveau intermédiaire
Mardi 10:45-12:00

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Adultes

Niveau intermédiaire
Vendredi 09:00-11:00

📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

Adultes

Niveau débutant
Vendredi 11:00-12:00

📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

Enfants, de 4 à 5 ans

Tous niveaux
Samedi 10:00-12:10

📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

Enfants, de 6 à 7 ans

Tous niveaux
Mercredi 10:00-11:45

📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

LANGUES RÉGIONALES

CORSE

Adultes

Niveau intermédiaire
Lundi 18:15-19:15

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

OCCITAN

Adultes

Tous niveaux
Vendredi 14:30-16:30

📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés



ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

ARTS DU CIRQUE

CONFÉRENCES, DÉBATS ET DÉCOUVERTES

ÉCRITURE ET POÉSIE

THÉÂTRE ET SPECTACLES VIVANTS

ARTS DU CIRQUE

ARTS DU CIRQUE

Enfants, de 3 à 5 ans

Tous niveaux
Jeudi 17:00-18:00

📍 **Georges Brassens**
Mosson

Enfants, de 4 à 5 ans

Niveau débutant
Mercredi 15:30-16:30

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

Enfants, de 4 à 5 ans

Tous niveaux
Mercredi 15:30-16:30

📍 **André Chamson**
Les Cévennes

Enfants, de 6 à 10 ans

Niveau débutant
Lundi 17:00-18:00

📍 **Albertine Sarrazin**
Montpellier centre

Enfants, de 6 à 12 ans

Tous niveaux
Mardi 17:00-19:00

📍 **Georges Brassens**
Mosson

Enfants, de 6 à 8 ans

Tous niveaux
Mercredi 14:00-15:30

📍 **André Chamson**
Les Cévennes

Enfants, de 6 à 8 ans

Niveau débutant
Mercredi 14:00-15:30

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

Enfants, de 3 à 4 ans

Tous niveaux
Mercredi 09:30-10:30

📍 **George Sand**
Montpellier centre

Enfants, de 4 à 5 ans

Tous niveaux
Mercredi 10:45-11:45

📍 **George Sand**
Montpellier centre

Enfants, de 4 à 5 ans

Tous niveaux
Mercredi 15:00-16:00

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Enfants, de 6 à 8 ans

Tous niveaux
Mercredi 13:45-14:45

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Tout-petits, jusqu'à 3 ans

Tous niveaux
Mercredi 16:15-17:15

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

CONFÉRENCES, DÉBATS ET DÉCOUVERTES

GÉNÉALOGIE CORSE

Adultes

Tous niveaux
Lundi 19:15-20:15

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

HISTOIRE DE L'ART

Adultes

Tous niveaux
Lundi 14:30-16:00
1 lundi sur 2

📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

Adultes

Tous niveaux
Vendredi 10:00-11:30
1 vendredi sur 2

📍 **George Sand**
Montpellier centre

Adultes

Tous niveaux
Mardi 10:30-12:00
Activité municipale

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Adultes

Tous niveaux
Jeudi 09:00-11:30

📍 **André Chamson**
Les Cévennes

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Jeudi 14:30-16:00

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

L'ATELIER DU REGARD

Adultes

Tous niveaux
Mardi 18:30-20:30
1 fois par mois

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

MÉMOIRE, ACTUALITÉS ET RÉSEAUX SOCIAUX

Adultes

Tous niveaux
Jeudi 09:30-11:30

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

ÉCRITURE ET POÉSIE

ATELIER D'ÉCRITURE

Adolescents, adultes

Tous niveaux
Mercredi 18:15-20:15
1 fois tous les 15 jours

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

**Adolescents, adultes,
à partir de 16 ans**

Tous niveaux
Vendredi 14:00-16:00
Tous les 15 jours selon
calendrier

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Adultes

Tous niveaux
Mardi 18:30-20:30

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Adultes

Tous niveaux
Lundi 14:00-16:00
Tous les 1^{ers} lundis du mois

📍 **George Sand**
Montpellier centre

**ATELIER D'ÉCRITURE
CRÉATIVE**

Adolescents, adultes

Tous niveaux
Lundi 14:00-16:00
Rendez-vous bimensuel

📍 **Paul-Emile Victor**
Les Cévennes

Adultes, à partir de 25 ans

Tous niveaux
Mardi 10:00-12:00

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

Adolescents, de 11 à 15 ans

Tous niveaux
Mercredi 16:45-18:00

📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

Enfants, de 8 à 12 ans

Tous niveaux
Mercredi 14:45-16:00
Dans le cadre de Temps Jeux
Educ'Actifs

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

**ATELIER D'ÉCRITURE
ET D'ÉLOQUENCE**

Adultes

Tous niveaux
Jeudi 17:45-19:45
📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

COGIT'ÉCRIS

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Lundi 14:30-16:00
Activité municipale
2 fois par mois les semaines
impaires

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

DICTÉE POUR TOUS

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Lundi 14:30-16:00
2 fois par mois les semaines
paires

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

**ÉCRITURE ET RÊVERIE
CRÉATIVES**

**Enfants, adolescents,
de 8 à 13 ans**

Tous niveaux
Jeudi 17:00-18:00
📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

ÉVEIL ARTISTIQUE

Enfants, de 4 à 6 ans

Initiation / découverte
Mercredi 11:00-12:00
Enfants accompagnés
d'un adulte

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Tout-petits, jusqu'à 3 ans

Initiation / découverte
Mercredi 09:30-10:30
Enfants accompagnés d'un
adulte

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

**THÉÂTRE ET
SPECTACLES
VIVANTS**

COMMEDIA DELL'ARTE

Adultes, à partir de 18 ans

Niveau confirmé
Mardi 13:45-15:45

📍 **L'Escouteïre**
Prés d'Arènes

CRÉATION THÉÂTRALE

Adultes

Tous niveaux
Mardi 20:30-22:30
📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

**DANSE ET THÉÂTRE
D'IMPROVISATION**

Adultes

Tous niveaux
Jeudi 20:30-22:00
📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

**ÉCRITURE, THÉÂTRE
ET IMAGE**

Adolescents, de 11 à 13 ans

Niveau débutant
Mercredi 13:30-15:30

📍 **L'Escouteïre**
Prés d'Arènes

Adolescents, de 14 à 17 ans

Niveau débutant
Mercredi 15:45-17:45

📍 **L'Escouteïre**
Prés d'Arènes

Enfants, de 7 à 10 ans

Niveau débutant
Mercredi 10:00-12:00

📍 **L'Escoutaire**
Prés d'Arènes

IL ÉTAIT UNE FOIS

Enfants, de 4 à 6 ans

Tous niveaux
Mercredi 10:00-11:00
Autour du livre et de contes créatifs

📍 **André Chamson**
Les Cévennes

IMPROVISATION CLOWNESQUE

Adultes, à partir de 16 ans

Tous niveaux
Mercredi 19:45-21:15

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

IMPROVISATION CLOWN, THÉÂTRE DANSE ET MARIONNETTES CONTEMPORAINES

Adultes

Tous niveaux
Jeudi 19:00-22:30

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

STAND UP ET SKETCHES

Adultes

Tous niveaux
Lundi 18:30-20:30
2 fois par mois

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

THÉÂTRE

Enfants, de 3 à 6 ans

Tous niveaux
Mercredi 15:15-16:15

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Enfants, de 7 à 9 ans

Tous niveaux
Mercredi 16:30-17:30

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Adolescents, adultes

Niveau intermédiaire
Mercredi 20:00-22:00

📍 **Antoine de Saint-Exupéry**
Les Cévennes

Adolescents, adultes

Niveau intermédiaire
Mercredi 18:00-20:00

📍 **Antoine de Saint-Exupéry**
Les Cévennes

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Tous niveaux
Mercredi 18:15-19:45
Activité municipale

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Adolescents, de 11 à 14 ans

Tous niveaux
Mercredi 15:00-16:30

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

Adolescents, de 11 à 15 ans

Niveau débutant
Mercredi 12:45-13:15

📍 **Albertine Sarrazin**
Montpellier centre

Adolescents, de 12 à 15 ans

Tous niveaux
Mercredi 17:15-18:15
Activité municipale

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Adolescents, de 12 à 17 ans

Tous niveaux
Vendredi 18:00-20:00

📍 **François Villon**
Les Cévennes

Adultes

Tous niveaux
Mardi 19:15-21:15

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Adultes

Niveau intermédiaire
Mardi 14:00-16:00

📍 **André Chamson**
Les Cévennes

Adultes

Tous niveaux
Lundi 19:00-21:00

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Adultes, seniors, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Jeudi 19:30-21:30

📍 **Georges Brassens**
Mosson

Adultes, à partir de 16 ans

Tous niveaux
Jeudi 19:30-21:15

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Mercredi 18:45-20:45

📍 **François Villon**
Les Cévennes

Adultes, à partir de 18 ans

Niveaux débutant et intermédiaire
Lundi 19:00-21:00

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

Adultes, à partir de 18 ans

Niveaux débutant et intermédiaire
Mardi 20:15-22:15

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Mercredi 20:00-22:30
Compagnie Des Commères

📍 **L'Escoutaire**
Prés d'Arènes

Enfants

Tous niveaux
Mercredi 13:30-15:00

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Enfants, adolescents, de 10 à 14 ans

Tous niveaux
Jeudi 18:00-19:15

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

Enfants, adolescents, de 12 à 16 ans

Tous niveaux
Mercredi 13:45-15:00

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Enfants, adolescents, de 6 à 14 ans

Niveau débutant
Mercredi 15:00-16:00

📍 **Louis Feuillade**
Mosson

**Enfants, adolescents,
de 9 à 13 ans**

Tous niveaux
Mercredi 11:00-12:30

📍 **Georges Brassens**
Mosson

**Enfants, adolescents,
à partir de 12 ans**

Tous niveaux
Mercredi 13:30-15:00
Activité municipale

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

Enfants, de 12 à 16 ans

Tous niveaux
Mercredi 14:00-15:30

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

Enfants, de 4 à 6 ans

Niveau débutant
Mercredi 09:30-10:30,
10:30-12:00

📍 **George Sand**
Montpellier centre

Enfants, de 6 à 10 ans

Tous niveaux
Mercredi 14:00-15:00

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

Enfants, de 6 à 11 ans

Tous niveaux
Mercredi 11:00-12:00

📍 **Paul-Emile Victor**
Les Cévennes

Enfants, de 6 à 8 ans

Tous niveaux
Mercredi 10:00-11:00

📍 **Georges Brassens**
Mosson

Enfants, de 6 à 8 ans

Tous niveaux
Mercredi 15:15-16:15

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Enfants, de 6 à 9 ans

Tous niveaux
Mercredi 14:00-15:00

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Enfants, de 7 à 10 ans

Niveau débutant
Mercredi 10:45-12:00

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Enfants, de 7 à 11 ans

Tous niveaux
Mercredi 09:30-11:00

📍 **François Villon**
Les Cévennes

Enfants, de 8 à 10 ans

Niveau débutant
Mercredi 14:00-15:00

📍 **Marie Curie**
Mosson

Enfants, de 8 à 11 ans

Niveau débutant
Mercredi 09:30-11:00

📍 **Albertine Sarrazin**
Montpellier centre

Enfants, de 8 à 12 ans

Tous niveaux
Mercredi 11:15-12:45

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

Enfants, de 9 à 11 ans

Tous niveaux
Mercredi 16:15-17:15

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Enfants, de 9 à 12 ans

Tous niveaux
Mercredi 15:00-16:30

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

THÉÂTRE COMÉDIE

Adultes

Niveau confirmé
Jeudi 19:00-21:00
Au moins 4 années de théâtre

📍 **Boris Vian**
Prés d'Arènes

THÉÂTRE CRÉATION

Adultes

Niveau intermédiaire
Lundi 16:15-17:45

📍 **André Chamson**
Les Cévennes

**THÉÂTRE
D'IMPROVISATION**

**Adolescents, adultes,
à partir de 16 ans**

Niveaux intermédiaire
et confirmé
Lundi 18:15-20:15

📍 **Boris Vian**
Prés d'Arènes

**Adolescents, adultes,
à partir de 16 ans**

Tous niveaux
Lundi 18:30-20:00

📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

**Adolescents, adultes,
à partir de 16 ans**

Tous niveaux
Lundi 18:30-20:30

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

**Adolescents, adultes,
à partir de 18 ans**

Tous niveaux
Mardi 20:15-22:15

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

Adolescents, de 10 à 16 ans

Niveau débutant
Mercredi 16:30-17:45

📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

Adolescents, de 12 à 16 ans

Niveau débutant
Samedi 11:00-12:30

📍 **L'Escouteire**
Prés d'Arènes

Adolescents, de 13 à 17 ans

Tous niveaux
Mercredi 17:00-18:00

📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

Adultes

Niveaux débutant
et intermédiaire
Mercredi 18:30-20:00

📍 **Marie Curie**
Mosson

Adultes

Tous niveaux
Lundi 20:30-22:30

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Adultes

Tous niveaux
Mercredi 18:30-20:30

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

Adultes

Niveau débutant
Mardi 20:00-22:00

📍 **Paul-Emile Victor**
Les Cévennes

Adultes, à partir de 16 ans

Niveaux débutant et intermédiaire
Lundi 20:15-22:15,
Mardi 20:15-22:15

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

Adultes, à partir de 17 ans

Niveau débutant
Lundi 20:30-22:30

📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

Adultes, à partir de 18 ans

Niveaux intermédiaire et confirmé
Mercredi 20:00-22:30
Public ayant déjà pratiqué l'improvisation ou le théâtre

📍 **George Sand**
Montpellier centre

Enfants, adolescents, de 11 à 15 ans

Tous niveaux
Mercredi 17:30-19:00

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

Enfants, de 10 à 12 ans

Tous niveaux
Mercredi 16:00-17:00

📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

Enfants, de 6 à 10 ans

Niveau débutant
Mercredi 15:15-16:30

📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

Enfants, de 7 à 11 ans

Niveau débutant
Samedi 10:00-11:00

📍 **L'Escouteire**
Prés d'Arènes

Enfants, de 7 à 9 ans

Tous niveaux
Mercredi 15:00-16:00

📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

Tout public

Tous niveaux
Mercredi 20:40-22:10

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Tout public

Tous niveaux
Jeudi 20:15-22:15

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Tout public

Tous niveaux
Lundi 20:30-22:30

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

THÉÂTRE D'IMPROVISATION (ATELIER DE RECHERCHE)

Adultes

Niveau confirmé
Mercredi 20:00-22:00
3 ans de théâtre d'improvisation requis

📍 **Marie Curie**
Mosson

THÉÂTRE EN ANGLAIS

Adultes

Niveau confirmé
Mercredi 18:00-20:00

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

THÉÂTRE EN RUSSE

Enfants, de 6 à 10 ans

Tous niveaux
Samedi 10:00-12:10

📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

THÉÂTRE ET ANGLAIS (INITIATION)

Enfants, de 7 à 10 ans

Tous niveaux
Mercredi 14:00-15:00

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

THÉÂTRE (ÉVEIL)

Enfants, de 3 à 5 ans

Tous niveaux
Mercredi 11:15-12:15

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

THÉÂTRE FÉMINISTE QUEER

Adultes, à partir de 17 ans

Tous niveaux
Jeudi 19:00-21:00

📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

ACTIVITÉS LOISIRS

ACCUEIL PETITE ENFANCE

ARTS CULINAIRES

BRICOLAGE ET JARDINAGE

JEUX DE SOCIÉTÉ ET CARTES

LOISIRS CRÉATIFS

RENCONTRES ET CONVIVIALITÉ

ACCUEIL PETITE ENFANCE

ANIMATIONS PETITE ENFANCE

Tout-petits, jusqu'à 4 ans

Tous niveaux
Mardi 09:30-11:30
Enfants accompagnés d'un adulte

📍 **André Chamson**
Les Cévennes

ATELIER BAMBINO

Tout-petits, de 1 à 3 ans

Initiation / découverte
Jeudi 10:30-11:30
1 fois par mois
Enfants accompagnés d'un adulte

📍 **Marie Curie**
Mosson

ATELIER BARBOTIN

Tout-petits

Niveau débutant
Lundi 10:00-11:00
1 fois par mois

📍 **Louis Feuillade**
Mosson

ATELIER PARENTALITÉ

Premiers âges, tout-petits, jusqu'à 3 ans

Tous niveaux
Vendredi 10:30-11:30
1 fois par quinzaine

📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

CLUB PITCHOUNS

Tout-petits, jusqu'à 3 ans

Tous niveaux
Mardi 09:30-11:00
Activité gratuite avec la carte MPT

📍 **Boris Vian**
Prés d'Arènes

LES LOUSTICS : ACCUEIL PARENTS/ENFANTS

Premiers âges, tout-petits, jusqu'à 3 ans

Tous niveaux
Vendredi 09:30-11:30
En partenariat avec la médiathèque Jean-Jacques Rousseau

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

LUDOTHÈQUE

Tout-petits, jusqu'à 3 ans

Initiation / découverte
Lundi 09:30-11:30

📍 **Marie Curie**
Mosson

MÉLI'PITCHOUNS ET LE TEMPS DES PETITS

Tout-petits, jusqu'à 5 ans

Tous niveaux
Mercredi 10:00-11:30
1 fois par mois

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

MULTI-ACTIVITÉS

Premiers âges, tout-petits, jusqu'à 3 ans

Tous niveaux
Mardi 09:30-11:00
Éveil musical, sorties, ateliers créatifs...

📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

PARENT'AISE

Tout-petits, enfants, jusqu'à 6 ans

Tous niveaux
Lundi 17:00-18:30,
Mercredi 14:00-18:00,
Jeudi 09:30-11:30
Lieu d'échanges et d'activités
Enfants accompagnés d'un adulte

📍 **L'Escoutaire**
Prés d'Arènes

ARTS CULINAIRES

CUISINE

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Lundi 09:00-12:00
Tous les 1^{ers} mardis du mois

📍 **François Villon**
Les Cévennes

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Vendredi 14:00-17:00
1 fois par mois

📍 **François Villon**
Les Cévennes

CUISINE DU MONDE

Tout public, à partir de 16 ans

Tous niveaux
Vendredi 09:30-12:00
En partenariat avec l'association l'Étoile des Mères

📍 **Jean-Pierre Caillens**
Prés d'Arènes

DÉCOUVERTE DES PRODUITS DU TERROIR : ŒNOLOGIE

Adolescents, adultes

Tous niveaux
Mardi 19:30-21:30,
Mercredi 19:30-21:30
1 fois par mois

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

Adultes

Tous niveaux
Jeudi 19:30-21:30

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Adultes, seniors

Tous niveaux
Mardi 19:30-21:30
Tous les 1^{ers} mardis du mois

📍 **Marie Curie**
Mosson

BRICOLAGE ET JARDINAGE

CONSTRUCTION EN BOIS

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Vendredi 13:00-15:00

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

CRÉATION ET ENTRETIEN DE BONSAÏS

Tout public, à partir de 12 ans

Tous niveaux
Samedi 09:00-17:00
1 samedi par mois

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

JARDIN PARTAGÉ

Adultes

Tous niveaux
Lundi 09:00-19:00
Activité gratuite avec la carte
MPT

📍 **Michel Colucci**
Croix d'Argent

Tout public

Tous niveaux
Samedi 10:00-12:00
Activité gratuite avec la carte
MPT

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

RENCONTRES DES JARDINIERS DE VERPOPA

Adultes

Tous niveaux
Lundi 19:00-21:00
Tous les 1^{ers} lundis du mois

📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

RÉPARATION DE VÉLO

Tout public

Tous niveaux
Mercredi 14:00-17:00

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

JEUX DE SOCIÉTÉ ET CARTES

BELOTE COINCHÉE

Adultes

Tous niveaux
Mardi 14:00-17:00

📍 **Marie Curie**
Mosson

Adultes

Niveaux intermédiaire
et confirmé
Samedi 14:00-18:00
Tournois

📍 **Marie Curie**
Mosson

FABRIK TON JEU

Enfants, de 6 à 11 ans

Tous niveaux
Jeudi 17:00-18:00, 18:00-19:00
Ateliers pour jouer et créer
des jeux

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

ÉCHECS

Adolescents, adultes, à partir de 12 ans

Tous niveaux
Jeudi 19:30-21:00

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

Adultes, à partir de 18 ans

Niveau débutant
Jeudi 17:00-19:00

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

Enfants, adolescents, de 6 à 15 ans

Tous niveaux
Jeudi 18:00-19:00

📍 **Georges Brassens**
Mosson

Enfants, adolescents, de 6 à 17 ans

Tous niveaux
Mercredi 15:30-17:30

📍 **Michel Colucci**
Croix d'Argent

Enfants, adolescents, à partir de 6 ans

Tous niveaux
Mardi 18:00-19:00

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

Tout public, de 6 à 90 ans

Tous niveaux
Mardi 18:00-19:00

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

Tout public, à partir de 6 ans

Tous niveaux
Lundi 17:30-18:30

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

JEUX DE FIGURINES

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Tous niveaux
Mercredi 20:15-23:45,
Samedi 14:00-18:00

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

JEUX DE RÔLES ET DE SOCIÉTÉ

Adolescents, adultes, à partir de 12 ans

Tous niveaux
Dimanche 14:00-22:00

📍 **L'Escoutaire**
Près d'Arènes

JEUX DE SOCIÉTÉ

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Tous niveaux
Mercredi 20:05-23:00

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

MAHJONG

Adolescents, adultes

Tous niveaux
Mercredi 19:30-22:30,
Dimanche 15:00-18:00

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

PYRAMIDE

Adultes

Tous niveaux
Mardi 13:45-16:30, Vendredi
13:45-16:30

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

QUESTIONS POUR UN CHAMPION

Adultes

Tous niveaux
Lundi 14:00-18:00, Mercredi
14:00-18:00, Jeudi 19:00-23:00

📍 **François Villon**
Les Cévennes

SCRABBLE

Adultes

Tous niveaux
Lundi 14:00-16:30

📍 **André Chamson**
Les Cévennes

Adultes

Niveau intermédiaire
Mardi 14:00-17:00,
Vendredi 14:00-17:00

📍 **Marie Curie**
Mosson

Adultes

Tous niveaux
Mardi 14:30-17:30
Venir avec son jeu de scrabble

📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

Adultes

Tous niveaux
Jeudi 19:00-22:00,
Samedi 14:00-17:00

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Enfants, adultes

Tous niveaux
Lundi 20:00-00:00,
Mardi 14:00-18:00,
Jeudi 13:30-18:30,
Vendredi 19:00-00:00,
Samedi 13:30-18:30

📍 **François Villon**
Les Cévennes

LOISIRS CRÉATIFS

ATELIER ARTISTIQUE

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Tous niveaux

Judi 14:00-17:00

En partenariat avec
l'association l'Étoile des Mères

♦ **Jean-Pierre Caillens**

Près d'Arènes

ATELIER CRÉATIF ET ARTISTIQUE

Enfants, adolescents, de 8 à 15 ans

Tous niveaux

Mercredi 15:30-17:00

♦ **Georges Brassens**

Mosson

BRODERIE

Adultes

Tous niveaux

Vendredi 14:00-18:00

♦ **Mélina Mercouri**

Port Marianne

CAFÉ COUTURE

Adultes

Initiation / découverte

Mardi 14:30-16:30,

Vendredi 14:30-16:30

Activité gratuite avec la carte
MPT

♦ **Paul-Emile Victor**

Les Cévennes

Adultes

Tous niveaux

Judi 14:00-17:00

♦ **Albert Camus**

Croix d'Argent

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux

Mardi 14:00-17:00

♦ **Frida Kahlo**

Port Marianne

COUTURE

Adolescents, adultes

Tous niveaux

Judi 09:30-12:30, 14:00-17:00

Activité municipale

♦ **Voltaire**

Montpellier centre

Adultes

Tous niveaux

Mardi 14:00-16:00

♦ **Michel Colucci**

Croix d'Argent

Adultes

Tous niveaux

Vendredi 16:00-18:00,
18:00-20:00

♦ **George Sand**

Montpellier centre

Adultes

Tous niveaux

Judi 14:00-16:00

♦ **Marie Curie**

Mosson

Adultes

Tous niveaux

Mardi 17:00-19:00

♦ **Marcel Pagnol**

Les Cévennes

Adultes

Tous niveaux

Lundi 10:00-12:00,
18:00-20:00, 20:00-22:00

Activité municipale

♦ **Rosa-Lee Parks**

Hôpitaux Facultés

Adultes

Tous niveaux

Lundi 14:00-17:00

Activité municipale

♦ **Rosa-Lee Parks**

Hôpitaux Facultés

Adultes

Tous niveaux

Mercredi 09:30-12:00,

Vendredi 09:00-11:30

♦ **Léo Lagrange**

Mosson

Adultes

Niveau débutant

Mardi 14:00-16:00

♦ **Louis Feuillade**

Mosson

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux

Vendredi 14:00-16:00

♦ **Georges Brassens**

Mosson

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux

Judi 09:30-11:30, 17:30-19:30

♦ **L'Escoutaire**

Près d'Arènes

Tout public

Tous niveaux

Mercredi 09:00-12:00,

Judi 14:00-17:00

Activité municipale

♦ **François Villon**

Les Cévennes

Tout public

Initiation / découverte

Vendredi 09:30-12:30

♦ **Voltaire**

Montpellier centre

Tout public, à partir de 10 ans

Tous niveaux

Vendredi 17:00-20:00

Possibilité de faire seulement
2h

♦ **André Chamson**

Les Cévennes

Tout public, à partir de 10 ans

Tous niveaux

Mercredi 16:00-18:00

Activité municipale

♦ **Mélina Mercouri**

Port Marianne

Tout public, à partir de 16 ans

Niveau débutant

Mercredi 14:00-17:00

♦ **Jean-Pierre Caillens**

Près d'Arènes

Tout public, à partir de 8 ans

Tous niveaux
Mercredi 14:00-16:00
Activité municipale
📍 **Paul-Emile Victor**
Les Cévennes

COUTURE ET CROCHET

**Adolescents, adultes,
à partir de 12 ans**

Tous niveaux
Mardi 14:00-17:00
En partenariat avec
l'association l'Étoile des Mères
📍 **Jean-Pierre Caillens**
Prés d'Arènes

CROCHET ET TRICOT

**Adultes, seniors,
à partir de 9 ans**

Tous niveaux
Mardi 14:30-16:30
En partenariat avec
l'association l'Étoile des Mères
📍 **Jean-Pierre Caillens**
Prés d'Arènes

**INITIATION AUX ARTS
CRÉATIFS**

Adultes

Tous niveaux
Mardi 14:30-16:00
📍 **Léo Lagrange**
Mosson

Enfants, de 6 à 12 ans

Tous niveaux
Mercredi 13:30-15:00
📍 **Léo Lagrange**
Mosson

PATCHWORK

Adultes

Tous niveaux
Jeudi 09:30-12:30, 14:00-17:00
📍 **George Sand**
Montpellier centre

Séniors

Tous niveaux
Jeudi 14:00-17:00
📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

**POINT DE CROIX
BRODERIE**

Adultes, seniors

Tous niveaux
Vendredi 14:00-18:00
📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

TISSAGE

Adultes

Tous niveaux
Mardi 13:00-15:00,
15:45-17:45, 18:30-20:30
📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Adultes

Tous niveaux
Mercredi 18:30-20:30,
Jeudi 10:00-12:00
📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

Adultes

Tous niveaux
Jeudi 14:00-16:00
📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

**RENCONTRES ET
CONVIVIALITÉ**

CAFÉ LUDIQUE DU MARDI

Tout public, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Mardi 14:30-18:30
📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

ENTRE' L

Familles

Tous niveaux
Vendredi 14:00-17:00
Temps de rencontre et de
convivialité entre femmes
📍 **Léo Lagrange**
Mosson

**LES CAUSERIES (JEUX
LIBRES ET DE SOCIÉTÉ)**

Familles

Tous niveaux
Mardi 17:00-19:00
📍 **Léo Lagrange**
Mosson

PARTAGE CAFÉ

Adultes, seniors

Tous niveaux
Jeudi 10:30-12:00
📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

PHILATÉLIE

Tout public

Tous niveaux
Dimanche 10:00-12:00
📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

ACTIVITÉS MUSICALES

CHANT

CRÉATIONS MUSICALES

ÉVEIL MUSICAL

INSTRUMENTS DE MUSIQUE

CHANT

ATELIER POP

Adultes, à partir de 15 ans

Tous niveaux
Jeudi 18:30-19:45

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

CHANT

Adolescents, adultes

Tous niveaux
Lundi 16:00-17:00
Individuel ou en binôme

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Tout public

Tous niveaux
Vendredi 16:00-20:00
Atelier individuel d'1h

📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

Tout public, à partir de 8 ans

Tous niveaux
Lundi 14:00-20:00

📍 **Jean-Pierre Caillens**
Prés d'Arènes

CHANT COLLECTIF

Adolescents, adultes

Tous niveaux
Jeudi 16:30-17:45

📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

**Adolescents, adultes,
à partir de 16 ans**

Tous niveaux
Mercredi 20:00-22:00
Influences cubaines,
brésiliennes, caribéennes et
afro-latines

📍 **Georges Brassens**
Mosson

Adultes

Tous niveaux
Lundi 14:00-15:30

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

CHANT COLLECTIF POP-ROCK

Tout public, à partir de 8 ans

Tous niveaux
Mardi 19:00-20:00

📍 **Marie Curie**
Mosson

CHANT DU MONDE, RYTHME ET PERCUSSIONS CORPORELLES

Adolescents, adultes

Niveau intermédiaire
Lundi 20:00-22:00

📍 **Marie Curie**
Mosson

CHANT (ÉVEIL)

Enfants, de 3 à 6 ans

Tous niveaux
Mercredi 10:45-11:45

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

CHANT INDIVIDUEL

**Adolescents, adultes,
à partir de 15 ans**

Tous niveaux
Lundi 11:30-13:30

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Tout public

Tous niveaux
Jeudi 18:00-20:00

📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

CHANTS TRADITIONNELS À DANSER

Adultes

Niveaux intermédiaire et
confirmé
Mardi 18:30-21:30
Atelier mensuel selon planning

📍 **Marie Curie**
Mosson

CHOEUR MÉLODIC

Adultes

Niveau intermédiaire
Lundi 18:45-20:30

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

CHORALE

Adultes

Tous niveaux
Lundi 18:45-20:00

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

Adultes

Tous niveaux
Lundi 17:30-18:45
Chansons françaises

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

Adultes

Niveau confirmé
Lundi 20:30-22:30
Sur audition

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

Adultes

Tous niveaux
Mardi 19:30-21:30
📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

Adultes

Niveau débutant et intermédiaire
Vendredi 10:45-12:00

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

Adultes

Tous niveaux
Mardi 20:15-22:45
📍 **André Chamson**
Les Cévennes

CHORALE ARABO-ANDALOUSE

**Adolescents, adultes,
à partir de 16 ans**

Tous niveaux
Vendredi 19:00-21:30

📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

CHORALE : CHANT POLYPHONIQUE

Adultes

Niveau confirmé
Vendredi 14:00-16:00

📍 **André Chamson**
Les Cévennes

Adultes, seniors

Tous niveaux
Mercredi 20:15-22:30

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

CHORALE : CHOEUR FEMMES

Adultes

Tous niveaux
Lundi 20:30-22:00
Deux fois par mois

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

CHORALE CHANTS DIVERS OU D'AILLEURS

Adultes

Niveau intermédiaire
Mardi 19:00-21:00

📍 **Albertine Sarrazin**
Montpellier centre

CHORALE : CHOEUR MIXTE

Adultes

Niveau confirmé
Mercredi 20:00-22:00

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

CHORALE (CHŒUR RÉGIONAL FRANCIS POULENC)

Adultes

Tous niveaux
Mardi 20:00-22:30

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

CHORALE CLASSIQUE

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Lundi 18:45-20:00

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

CHORALE CRÉATIVE, VOIX D'ORIENT ET DE MÉDITERRANÉE

Adultes

Tous niveaux
Mercredi 18:45-20:30

📍 **George Sand**
Montpellier centre

CHORALE CUBA CANTA

Enfants de 6 à 10 ans

Tous niveaux
Mercredi 15:30-16:30

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

CHORALE DU MONDE

Adultes

Tous niveaux
Samedi 10:00-12:00

📍 **Boris Vian**
Prés d'Arènes

CHORALE, ENSEMBLE VOCAL

Adultes

Tous niveaux
Lundi 18:30-20:30

📍 **George Sand**
Montpellier centre

CHORALE GRECQUE

Adultes

Niveau confirmé
Jeudi 19:00-20:30

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

CHORALE JEEPIES

Adultes

Niveau confirmé
Jeudi 20:15-22:15

2 jeudis par mois
📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

CHORALE JIVANA (CHANTS RUSSES, UKRAINIENS ET TZIGANES)

Adultes

Tous niveaux
Jeudi 14:00-15:30

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

CHORALE LATINE MAMAYEMA

Adultes

Tous niveaux
Jeudi 18:00-19:30

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

CHORALE POP

Adolescents, adultes à partir de 15 ans

Tous niveaux
Jeudi 20:00-21:15

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Lundi 17:30-18:45

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

CHORALE VARIÉTÉS

Séniors

Tous niveaux
Lundi 14:00-16:00

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

CHORALE VOX

Adultes

Tous niveaux
Mardi 12:20-13:35

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Adultes

Niveau intermédiaire
et confirmé
Vendredi 09:30-10:45

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

ENSEMBLE VOCAL

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Tous niveaux
Jeudi 20:00-22:00

📍 **L'Escoutaire**
Prés d'Arènes

Enfants, de 7 à 12 ans

Tous niveaux
Mercredi 11:15-12:15

📍 **L'Escoutaire**
Prés d'Arènes

GOSPEL

Adultes

Tous niveaux
Dimanche 19:00-22:00

📍 **Paul-Emile Victor**
Les Cévennes

Adultes

Niveaux intermédiaire et
confirmé

Lundi 20:00-23:00
Sur audition

📍 **Paul-Emile Victor**
Les Cévennes

Adultes, à partir de 15 ans

Tous niveaux
Jeudi 17:15-18:15

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

GROUPE VOCAL

Adultes

Tous niveaux
Lundi 17:30-18:45

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

GROUPE VOCAL A CAPELLA

Adultes

Tous niveaux
Mercredi 18:30-20:00

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

GROUPE VOCAL A CAPPELLA JAZZVOXX

Adultes

Niveau intermédiaire
Lundi 20:00-21:30

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

GROUPE VOCAL LES Z'ENCHANTEURS

Adultes

Tous niveaux
Lundi 17:00-18:30, 18:30-
20:00, Mardi 17:30-19:00,
19:00-20:30

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

CRÉATIONS MUSICALES

BEATBOX

Adolescents, adultes

Tous niveaux
Vendredi 18:15-20:15

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

COMÉDIE MUSICALE

Adolescents, de 13 à 17 ans

Tous niveaux
Mercredi 17:15-18:45

📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

Adultes, à partir de 17 ans

Tous niveaux
Mercredi 19:00-21:00,
Vendredi 20:00-22:00

📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

Enfants, de 8 à 12 ans

Tous niveaux
Mercredi 11:00-12:00

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

Enfants, de 8 à 12 ans

Tous niveaux
Samedi 10:00-11:30

📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

CRÉATION MUSICALE

Tout public

Tous niveaux
Mardi 12:30-14:30, 17:00-19:30,
Mercredi 11:30-19:30, Jeudi
12:00-14:00, 16:30-19:30,
Vendredi 17:30-19:30
Atelier individuel d'1h

📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

ENSEMBLE JAZZ LES WHY NOTES

Adultes

Niveau intermédiaire
Mercredi 18:30-20:00

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

**LA FABRIQUE : ATELIERS
LIBRE DE DÉCOUVERTE
MAO, ENREGISTREMENT
STUDIO, ÉCRITURE
MUSICALE ET MIXAGE**

Tout public, à partir de 8 ans

Tous niveaux
Mercredi 15:00-18:30

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

ORCHESTRE SALSA

**Adolescents, adultes,
à partir de 16 ans**

Tous niveaux
Mercredi 20:30-22:00

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

ÉVEIL MUSICAL

ÉVEIL MUSICAL

Tout-petits, jusqu'à 3 ans

Niveau débutant
Lundi 09:30-11:30
Atelier parent/enfant

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Tout-petits, jusqu'à 3 ans

Niveau débutant
Mardi 09:30-12:00
Atelier parent/enfant

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Enfants, de 3 à 6 ans

Initiation / découverte
Mercredi 10:45-11:30

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Enfants, de 3 à 6 ans

Initiation / découverte
Mercredi 11:30-12:15

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Enfants, de 3 à 6 ans

Tous niveaux
Mercredi 10:30-11:15

📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

Tout-petits, de 1 à 3 ans

Initiation / découverte
Mercredi 10:00-10:45

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Tout-petits, jusqu'à 3 ans

Tous niveaux
Mercredi 10:00-10:45

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

**EXPRESSION VOCALE
ET CORPORELLE**

Tout-petits

Tous niveaux
Vendredi 09:30-10:30

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

FORMATION MUSICALE

**Adolescents, adultes,
à partir de 12 ans**

Niveau débutant
Mardi 18:30-19:30
Activité municipale

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

**Adolescents, adultes,
à partir de 12 ans**

Niveau intermédiaire
Jeudi 18:30-19:30
Activité municipale

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

Enfants, de 7 à 11 ans

Niveau débutant
Mercredi 10:00-11:00

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

Enfants, de 8 à 11 ans

Niveaux intermédiaire et
confirmé
Mercredi 11:00-12:00

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

**PETITES HISTOIRES
ET CHANSONNETTES
POUR BÉBÉS**

Tout-petits

Niveau débutant
Vendredi 10:00-11:00

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

**RYTHME SPÉCIAL
BATEUR**

Tout public, à partir de 9 ans

Tous niveaux
Mercredi 10:00-17:00

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

**INSTRUMENTS
DE MUSIQUE**

ACCORDÉON

Tout public, à partir de 7 ans

Tous niveaux
Mardi 17:15-21:00
Atelier de 30 min

📍 **Michel Colucci**
Croix d'Argent

**ACCORDÉON,
BANDONÉON**

Tout public, à partir de 8 ans

Tous niveaux
Jeudi 17:15-21:30

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

**ACCORDÉON
CHROMATIQUE**

Tout public, à partir de 7 ans

Tous niveaux
Jeudi 16:00-20:00
Atelier individuel

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

BATTERIE

Tout public, à partir de 7 ans

Tous niveaux
Mercredi 10:00-17:00,
Jeudi 17:00-19:00
Inscription sur rendez-vous
📍 **Léo Lagrange**
Mosson

BATUCADA

Adolescents, adultes

Niveau débutant
Mercredi 18:30-20:00
📍 **Albertine Sarrazin**
Montpellier centre

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Niveau débutant
Jeudi 19:00-20:00, 20:30-22:00, Vendredi 20:30-22:00
📍 **Jean-Pierre Caillens**
Prés d'Arènes

DARBOUKA (PERCUSSION ORIENTALE)

Adolescents, adultes

Niveau débutant
Mardi 18:30-19:30
📍 **Antoine de Saint-Exupéry**
Les Cévennes

Adolescents, adultes, à partir de 15 ans

Niveau débutant
Lundi 19:45-20:45
📍 **Michel Colucci**
Croix d'Argent

ENSEMBLE D'ACCORDÉONS

Adolescents, adultes

Niveaux débutant et intermédiaire
Jeudi 18:30-20:30
1 fois tous les 15 jours
(2^e et 4^e jeudi du mois)
📍 **Marie Curie**
Mosson

ENSEMBLE INSTRUMENTAL

Adolescents, adultes, à partir de 12 ans

Niveaux intermédiaire et confirmé
Mercredi 18:00-19:00
Inscription sur rendez-vous
4 ans de pratique de l'instrument ou sur audition
📍 **Léo Lagrange**
Mosson

ENSEMBLE JAZZ APPROCHE IMPRO

Adultes

Niveau confirmé
Mercredi 17:00-18:30
📍 **Léo Lagrange**
Mosson

FLûTE À BEC, FLûTE TRAVERSIÈRE

Enfants, adultes, à partir de 6 ans

Tous niveaux
Mercredi 13:00-20:00
📍 **Boris Vian**
Prés d'Arènes

FLûTE À BEC, GUITARE, VIOLON

Tout public, à partir de 3 ans

Niveaux débutant et intermédiaire
Mercredi 13:00-18:15
📍 **Michel Colucci**
Croix d'Argent

FLûTE, FLûTE TRAVERSIÈRE

Tout public, à partir de 6 ans

Tous niveaux
Mercredi 11:00-12:30, 13:30-19:30
Inscription sur rendez-vous
Atelier de 30 min
📍 **Léo Lagrange**
Mosson

GUITARE

Adolescents, adultes, à partir de 14 ans

Tous niveaux
Lundi 18:00-21:00
📍 **George Sand**
Montpellier centre

Enfants, adultes, à partir de 7 ans

Tous niveaux
Mardi 18:00-21:00, Mercredi 11:00-12:00, 19:00-21:00
📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

Enfants, adultes, à partir de 8 ans

Tous niveaux
Mercredi 13:00-19:00
Activité municipale
Sur rendez-vous
📍 **André Chamson**
Les Cévennes

Enfants, de 7 à 14 ans

Tous niveaux
Mercredi 14:00-16:00
📍 **George Sand**
Montpellier centre

Tout public

Tous niveaux
Mardi 18:00-20:00
📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

Tout public

Tous niveaux
Lundi 15:30-20:00, Mardi 16:00-21:00, Mercredi 10:00-15:45
Atelier de 30 min
📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Tout public

Tous niveaux
Lundi 15:30-20:00, Mardi 16:00-21:00, Mercredi 10:00-15:45
📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Tout public

Tous niveaux
Lundi 15:30-20:00, Mardi 16:00-21:00, Mercredi 10:00-15:45
Atelier de 20 min
📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Tout public, de 8 à 88 ans

Tous niveaux

Mardi 17:00-19:00,

Vendredi 12:30-15:00

Atelier individuel d'une
demi-heure ou de trois quarts
d'heure

📍 **L'Escoutaire**

Près d'Arènes

Tout public, à partir de 6 ans

Tous niveaux

Jeudi 17:00-20:00,

Vendredi 15:00-18:00

Activité municipale

Sur rendez-vous

Atelier de 20 min

📍 **Albert Dubout**

Hôpitaux Facultés

Tout public, à partir de 6 ans

Tous niveaux

Jeudi 17:00-20:00,

Vendredi 15:00-18:00

Activité municipale

Sur rendez-vous

Atelier de 30 min

📍 **Albert Dubout**

Hôpitaux Facultés

Tout public, à partir de 6 ans

Tous niveaux

Mardi 16:00-21:00,

Mercredi 10:00-21:00

📍 **Albert Camus**

Croix d'Argent

Tout public, à partir de 7 ans

Tous niveaux

Mercredi 10:00-20:30

Inscription sur rendez-vous

📍 **Léo Lagrange**

Mosson

Tout public, à partir de 7 ans

Tous niveaux

Jeudi 16:00-21:00

Activité municipale

Sur rendez-vous

Atelier de 30 min

📍 **Mélina Mercouri**

Port Marianne

Tout public, à partir de 7 ans

Tous niveaux

Lundi 16:30-20:00

Activité municipale

Sur rendez-vous

📍 **Albert Camus**

Croix d'Argent

Tout public, à partir de 7 ans

Tous niveaux

Lundi 16:30-20:00

Activité municipale

Sur rendez-vous

Atelier de 30 min

📍 **Albert Camus**

Croix d'Argent

Tout public, à partir de 7 ans

Tous niveaux

Lundi 16:30-20:00

Activité municipale

Sur rendez-vous

Atelier de 20 min

📍 **Albert Camus**

Croix d'Argent

Tout public, à partir de 7 ans

Tous niveaux

Jeudi 16:00-21:00

Activité municipale

Sur rendez-vous

Atelier de 20 min

📍 **Mélina Mercouri**

Port Marianne

Tout public, à partir de 8 ans

Tous niveaux

Mardi 16:00-20:00

Activité municipale

Atelier individuel de 20 min

📍 **Paul-Emile Victor**

Les Cévennes

Tout public, à partir de 8 ans

Tous niveaux

Mercredi 09:00-12:00

Sur rendez-vous

Atelier individuel d'1h

📍 **Marie Curie**

Mosson

Tout public, à partir de 8 ans

Tous niveaux

Mardi 16:00-20:00

Activité municipale

Atelier individuel d'1h

📍 **Paul-Emile Victor**

Les Cévennes

Tout public, à partir de 8 ans

Tous niveaux

Mardi 16:00-20:00

Activité municipale

Atelier individuel de 30 min

📍 **Paul-Emile Victor**

Les Cévennes

Tout public, à partir de 8 ans

Tous niveaux

Mercredi 09:00-12:00

Sur rendez-vous

Atelier individuel de 30 min

📍 **Marie Curie**

Mosson

**GUITARE, BASSE,
HARMONICA, BANJO**

Tout public, à partir de 8 ans

Tous niveaux

Mercredi 16:00-21:00

Sur rendez-vous

📍 **Voltaire**

Montpellier centre

GUITARE ÉLECTRIQUE

Tout public, à partir de 7 ans

Tous niveaux

Mercredi 10:00-20:30

Inscription sur rendez-vous

📍 **Léo Lagrange**

Mosson

**GUITARE JAZZ, BLUES,
ÉLECTRIQUE, BASSE**

Tout public, à partir de 6 ans

Tous niveaux

Mercredi 17:30-19:30,

Vendredi 16:30-20:00

Atelier de 20 min

📍 **Michel Colucci**

Croix d'Argent

Tout public, à partir de 6 ans

Tous niveaux

Mercredi 17:30-19:30,

Vendredi 16:30-20:00

Activité municipale

Sur rendez-vous / Atelier d'1h

📍 **Michel Colucci**

Croix d'Argent

Tout public, à partir de 6 ans

Tous niveaux
Mercredi 17:30-19:30,
Vendredi 16:30-20:00
Atelier de 30 min

📍 **Michel Colucci**
Croix d'Argent

**HANDPAN, PERCUSSIONS
MÉLODIQUES**

Adultes

Niveaux débutant et
intermédiaire
Mercredi 20:30-21:30

📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

Tout public, à partir de 11 ans

Tous niveaux
Mercredi 18:30-19:30

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

KA (TAMBOUR)

Adolescents, adultes

Niveaux débutant et
intermédiaire
Jeudi 20:30-22:30

📍 **Paul-Émile Victor**
Les Cévennes

MUSIQUE AFRICAINE

**Adolescents, adultes,
à partir de 16 ans**

Tous niveaux
Mardi 20:00-21:30

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

**MUSIQUES
TRADITIONNELLES
FOLKLORIQUES**

Adultes

Niveaux intermédiaire
et confirmé
Mercredi 18:30-20:30

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

**ORCHESTRE ATELIER
ARABO-ANDALOU**

Adultes

Tous niveaux
Mercredi 19:00-21:00

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

**ORCHESTRE ARABO-
ANDALOU JUNIOR**

Enfants, à partir de 6 ans

Tous niveaux
Mardi 17:30-19:00

📍 **François Villon**
Les Cévennes

**ORCHESTRE (INSTRUMENTS
À CORDES ET À VENTS)**

Adultes, à partir de 18 ans

Niveaux intermédiaire et confirmé
Mardi 20:15-22:15

📍 **L'Escoutaire**
Prés d'Arènes

**PERCUSSIONS
AFRICAINES**

**Adolescents, adultes,
à partir de 16 ans**

Niveaux débutant et
intermédiaire
Mardi 19:30-21:00

📍 **Michel Colucci**
Croix d'Argent

**Adultes, seniors,
à partir de 18 ans**

Tous niveaux
Mardi 18:30-20:30

📍 **Georges Brassens**
Mosson

**PERCUSSIONS
ANTILLAISES**

**Adolescents, adultes,
à partir de 15 ans**

Niveaux débutant et
intermédiaire
Jeudi 19:00-20:00,
21:00-22:00

📍 **Michel Colucci**
Croix d'Argent

**PERCUSSIONS
BRÉSILIENNES**

Adolescents, adultes

Tous niveaux
Jeudi 20:00-21:30

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Tout public, de 6 à 97 ans

Tous niveaux
Mardi 19:30-21:00

📍 **Michel Colucci**
Croix d'Argent

PIANO

**Enfants, adultes,
à partir de 5 ans**

Tous niveaux
Mardi 16:00-20:00,
Mercredi 09:00-19:30,
Jeudi 17:00-20:30

Samedi 09:00-13:00
Inscription sur rendez-vous

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

**Enfants, adultes,
à partir de 6 ans**

Tous niveaux
Lundi 16:00-20:00, Mercredi
08:30-18:45

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

Tout public

Tous niveaux
Mercredi 10:00-19:00

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Tout public

Tous niveaux
Mercredi 10:00-19:00

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Tout public

Tous niveaux
Mercredi 09:00-12:00,
14:00-17:00
Atelier individuel 30 min

📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

Tout public

Niveau débutant

Samedi 09:00-13:00

📍 **Antoine de Saint-Exupéry**

Les Cévennes

Tout public, à partir de 5 ans

Tous niveaux

Vendredi 14:00-20:00

Sur rendez-vous

Atelier individuel de 20 min

📍 **Marie Curie**

Mosson

Tout public, à partir de 5 ans

Tous niveaux

Vendredi 14:00-20:00

Sur rendez-vous

Atelier individuel d'1h

📍 **Marie Curie**

Mosson

Tout public, à partir de 5 ans

Tous niveaux

Vendredi 14:00-20:00

Sur rendez-vous

Atelier individuel de 30 min

📍 **Marie Curie**

Mosson

Tout public, à partir de 6 ans

Niveau débutant

Mercredi 15:30-17:00

📍 **Jean-Pierre Caillens**

Prés d'Arènes

Tout public, à partir de 6 ans

Tous niveaux

Mardi 16:00-20:00

Atelier de 30 min

Sur rendez-vous

📍 **Voltaire**

Montpellier centre

Tout public, à partir de 6 ans

Tous niveaux

Mardi 09:00-16:00,

Mercredi 09:00-14:00

Activité municipale

Sur rendez-vous

Atelier de 20 min

📍 **Albert Camus**

Croix d'Argent

Tout public, à partir de 6 ans

Tous niveaux

Lundi 14:00-19:00,

Mardi 16:00-21:00,

Mercredi 14:00-17:00,

Vendredi 12:00-14:00

Sur rendez-vous

📍 **Albert Camus**

Croix d'Argent

Tout public, à partir de 6 ans

Tous niveaux

Mardi 16:00-20:00

Sur rendez-vous

📍 **André Chamson**

Les Cévennes

Tout public, à partir de 6 ans

Tous niveaux

Jeudi 14:00-20:00

Sur rendez-vous

📍 **Albert Camus**

Croix d'Argent

Tout public, à partir de 6 ans

Tous niveaux

Mardi 09:00-16:00,

Mercredi 09:00-14:00

Activité municipale

Sur rendez-vous

📍 **Albert Camus**

Croix d'Argent

Tout public, à partir de 6 ans

Tous niveaux

Mardi 09:00-16:00,

Mercredi 09:00-14:00

Activité municipale

Sur rendez-vous

Atelier de 30 min

📍 **Albert Camus**

Croix d'Argent

Tout public, à partir de 6 ans

Tous niveaux

Jeudi 16:00-20:00,

Vendredi 14:00-20:00,

Samedi 09:00-13:00

Atelier individuel de 30 min

📍 **Boris Vian**

Prés d'Arènes

Tout public, à partir de 7 ans

Tous niveaux

Mercredi 10:00-19:00

📍 **Joseph Ricôme**

Montpellier centre

Tout public, à partir de 7 ans

Tous niveaux

Lundi 15:30-19:30

Activité municipale

Atelier individuel de 20 min

📍 **Paul-Emile Victor**

Les Cévennes

Tout public, à partir de 7 ans

Tous niveaux

Lundi 15:30-19:30

Activité municipale

Atelier individuel d'1h

📍 **Paul-Emile Victor**

Les Cévennes

Tout public, à partir de 7 ans

Tous niveaux

Lundi 15:30-19:30

Activité municipale

Atelier individuel de 30 min

📍 **Paul-Emile Victor**

Les Cévennes

Tout public, à partir de 7 ans

Tous niveaux

Jeudi 16:00-20:00

Ateliers individuels

📍 **Mélina Mercouri**

Port Marianne

PIANO ET SOLFÈGE

**Enfants, adolescents,
de 7 à 17 ans**

Tous niveaux

Mercredi 13:00-18:00

📍 **George Sand**

Montpellier centre

SAXOPHONE

**Enfants, adultes,
à partir de 6 ans**

Tous niveaux

Mercredi 13:00-20:00

📍 **Boris Vian**

Prés d'Arènes

SAXOPHONE, FLûTES À BEC ET TRAVERSIÈRE

Enfants, adultes, à partir de 6 ans

Tous niveaux
Lundi 14:15-20:45,
Vendredi 14:15-20:45
📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

SOLFÈGE

Enfants, adultes, à partir de 7 ans

Tous niveaux
Mardi 18:00-19:00
📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

SOLFÈGE SPÉCIAL GUITARE

Adolescents, adultes, à partir de 14 ans

Tous niveaux
Lundi 18:00-19:00
📍 **George Sand**
Montpellier centre

STEELBAND

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Lundi 19:30-21:00
📍 **Georges Brassens**
Mosson

UKULÉLÉ

Adultes

Niveau débutant
Lundi 19:00-20:30, Mardi
18:30-20:00, 20:00-21:30
📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Adultes

Niveau intermédiaire
Jeudi 20:00-22:00
📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

UKULÉLÉ EN CHANTANT

Adolescents, adultes

Niveau débutant
Jeudi 19:00-20:00
📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Adolescents, adultes

Niveaux intermédiaire et
confirmé
Mardi 12:30-13:30
📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Adolescents, adultes, à partir de 18 ans

Niveau débutant
Jeudi 18:00-19:00
📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Tout public, à partir de 8 ans

Niveau faux débutant
Lundi 18:00-19:00
📍 **Marie Curie**
Mosson

VIOLON

Enfants, adultes, à partir de 4 ans

Tous niveaux
Mercredi 14:30-17:00, Samedi
09:30-13:00
Atelier de 30 min
📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

Enfants, adultes, à partir de 7 ans

Tous niveaux
Lundi 16:30-20:00
Activité municipale
Sur rendez-vous
📍 **André Chamson**
Les Cévennes

Tout public, à partir de 4 ans

Tous niveaux
Mardi 17:00-18:30, 19:30-
20:00, Mercredi 09:00-10:00,
Jeudi 17:00-18:30
Inscription sur rendez-vous
📍 **Léo Lagrange**
Mosson

VIOLON ALTO

Tout public, à partir de 5 ans

Tous niveaux
Mardi 16:30-18:30, 19:30-
20:00, Mercredi 09:00-10:00,
Jeudi 17:00-18:30
Inscription sur rendez-vous
📍 **Léo Lagrange**
Mosson





ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

ARTS MARTIAUX ET SPORTS D'OPPOSITION

ÉVEIL CORPOREL ET CÉRÉBRAL

GYMNASTIQUE ET DISCIPLINES ASSOCIÉES

RELAXATION ET DISCIPLINES ASSOCIÉES

ARTS MARTIAUX ET SPORTS D'OPPOSITION

AÏKIDO

Adolescents, adultes

Niveau débutant
Lundi 20:00-21:30

📍 **Antoine de Saint-Exupéry**
Les Cévennes

Adolescents, adultes, à partir de 12 ans

Tous niveaux
Jeudi 18:00-22:00

📍 **Paul-Emile Victor**
Les Cévennes

Adolescents, adultes, à partir de 12 ans

Tous niveaux
Lundi 18:30-20:00

📍 **Marie Curie**
Mosson

Adolescents, adultes, à partir de 12 ans

Tous niveaux
Samedi 09:30-11:30

📍 **Marie Curie**
Mosson

BABY BOXE

Enfants, de 3 à 5 ans

Tous niveaux
Mercredi 09:15-10:15

📍 **Marie Curie**
Mosson

BABY JUDO

Enfants, de 4 à 5 ans

Tous niveaux
Mercredi 10:00-10:45

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

BABY KARATÉ

Enfants, de 3 à 6 ans

Tous niveaux
Mercredi 10:00-11:00

📍 **L'Escouteire**
Prés d'Arènes

BOXE ANGLAISE

Tout public, à partir de 9 ans

Tous niveaux
Jeudi 18:30-20:00, Samedi
15:00-16:30

📍 **Jean-Pierre Caillens**
Prés d'Arènes

BOXE ÉDUCATIVE

Enfants, adolescents, de 8 à 15 ans

Tous niveaux
Mercredi 11:30-12:30, 12:30-
13:30, 13:30-14:30, Samedi
11:00-12:00

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Adolescents

Tous niveaux
Mercredi 17:00-18:30
Activité municipale

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

BOXE SELF DÉFENSE

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Tous niveaux
Jeudi 20:00-21:00

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

BOXE THAÏ

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Tous niveaux
Lundi 20:30-22:00,
Mardi 19:00-20:30,
Vendredi 19:00-20:30

📍 **Jean-Pierre Caillens**
Prés d'Arènes

Enfants, adolescents, de 6 à 18 ans

Niveau débutant
Mercredi 17:00-18:30,
Samedi 14:00-15:00

📍 **Jean-Pierre Caillens**
Prés d'Arènes

CAPOEIRA

Adolescents, adultes

Tous niveaux
Mercredi 19:30-22:30

📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

Adolescents, adultes

Tous niveaux
Jeudi 19:30-21:30

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Adolescents, adultes, à partir de 11 ans

Tous niveaux
Lundi 19:30-21:30,
Mercredi 19:30-21:30

📍 **Georges Brassens**
Mosson

Enfants

Niveau débutant
Mercredi 16:15-17:15

📍 **Antoine de Saint-Exupéry**
Les Cévennes

Enfants, adolescents, de 9 à 13 ans

Tous niveaux
Mercredi 16:15-17:15

📍 **Marie Curie**
Mosson

Enfants, adultes, à partir de 6 ans

Tous niveaux
Jeudi 18:00-19:00

📍 **François Villon**
Les Cévennes

Enfants, de 3 à 6 ans

Tous niveaux
Mercredi 11:00-11:45

📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

Enfants, de 3 à 6 ans

Tous niveaux
Samedi 11:00-11:45
♦ **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

Enfants, de 5 à 8 ans

Tous niveaux
Mercredi 15:15-16:15
♦ **Marie Curie**
Mosson

Enfants, de 6 à 11 ans

Tous niveaux
Samedi 10:00-11:00
♦ **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

Enfants, de 6 à 12 ans

Tous niveaux
Jeudi 17:15-18:15
♦ **George Sand**
Montpellier centre

CAPOEIRA ANGOLA

Adolescents, adultes

Tous niveaux
Vendredi 19:00-21:30
♦ **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Enfants, de 3 à 5 ans

Tous niveaux
Mercredi 15:00-15:45
♦ **Michel Colucci**
Croix d'Argent

Enfants, de 6 à 11 ans

Tous niveaux
Mercredi 14:00-15:00
♦ **Michel Colucci**
Croix d'Argent

CATCH

**Adolescents, adultes,
à partir de 16 ans**

Tous niveaux
Mardi 20:30-22:00
♦ **Jean-Pierre Caillens**
Près d'Arènes

ESCRIME DE SPECTACLE

Adultes

Tous niveaux
Mercredi 20:15-23:15
♦ **Paul-Emile Victor**
Les Cévennes

**ESCRIME ET ÉVOCATION
MÉDIÉVALE**

Adultes

Tous niveaux
Jeudi 20:30-22:30
♦ **Mélina Mercouri**
Port Marianne

ESCRIME HISTORIQUE

**Adolescents, adultes,
à partir de 14 ans**

Tous niveaux
Jeudi 20:00-22:00
♦ **George Sand**
Montpellier centre

**Adolescents, adultes,
à partir de 15 ans**

Tous niveaux
Lundi 20:00-22:00
♦ **André Chamson**
Les Cévennes

GRAPPLING - LUTA LIVRE

Adolescents, de 11 à 16 ans

Tous niveaux
Lundi 20:00-21:00,
Mercredi 16:00-17:00
♦ **Georges Brassens**
Mosson

Adultes, à partir de 16 ans

Tous niveaux
Lundi 20:00-21:00,
Samedi 12:30-13:30
♦ **Georges Brassens**
Mosson

Enfants, de 6 à 10 ans

Tous niveaux
Lundi 18:45-19:45
♦ **Georges Brassens**
Mosson

HUNG GAR KUNG FU

Adolescents, adultes

Niveau intermédiaire
Lundi 19:30-21:00
♦ **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

IAÏDO

**Adolescents, adultes,
à partir de 14 ans**

Tous niveaux
Mercredi 19:00-21:00
♦ **André Chamson**
Les Cévennes

JIU-JITSU BRÉSILIEN

Adolescents, de 14 à 17 ans

Niveau débutant
Lundi 19:30-20:30
♦ **L'Escoutaire**
Près d'Arènes

**Enfants, adolescents,
de 10 à 13 ans**

Niveau débutant
Lundi 18:30-19:30
♦ **L'Escoutaire**
Près d'Arènes

Enfants, de 6 à 9 ans

Niveau débutant
Lundi 17:30-18:30
♦ **L'Escoutaire**
Près d'Arènes

JUDO

Enfants

Niveau débutant
Mercredi 18:15-19:15
♦ **Antoine de Saint-Exupéry**
Les Cévennes

Enfants

Niveau débutant
Mercredi 17:30-18:15
♦ **Antoine de Saint-Exupéry**
Les Cévennes

**Enfants, adolescents,
de 10 à 15 ans**

Tous niveaux
Mercredi 15:45-16:45

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

**Enfants, adolescents,
de 9 à 14 ans**

Tous niveaux
Mardi 18:45-19:45,
Jeudi 17:45-18:45

📍 **Boris Vian**
Prés d'Arènes

**Enfants, adolescents,
de 9 à 17 ans**

Tous niveaux
Lundi 18:30-19:30

📍 **Paul-Emile Victor**
Les Cévennes

Enfants, de 3 à 5 ans

Tous niveaux
Mercredi 16:00-17:00

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

Enfants, de 4 à 10 ans

Tous niveaux
Mercredi 14:00-16:00

📍 **François Villon**
Les Cévennes

Enfants, de 4 à 6 ans

Niveau débutant
Mercredi 10:15-11:00

📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

Enfants, de 4 à 6 ans

Niveau débutant
Mercredi 14:00-14:45

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

Enfants, de 5 à 7 ans

Tous niveaux
Mercredi 09:00-09:45

📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

Enfants, de 6 à 8 ans

Tous niveaux
Lundi 17:30-18:30

📍 **Paul-Emile Victor**
Les Cévennes

Enfants, de 6 à 8 ans

Tous niveaux
Mardi 17:40-18:40,
Jeudi 16:40-17:40

📍 **Boris Vian**
Prés d'Arènes

Enfants, de 6 à 8 ans

Tous niveaux
Mercredi 10:30-11:30

📍 **Marie Curie**
Mosson

Enfants, de 6 à 8 ans

Tous niveaux
Mercredi 14:00-15:00

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

Enfants, de 6 à 9 ans

Tous niveaux
Mercredi 11:00-12:00

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Enfants, de 7 à 8 ans

Niveau débutant
Mercredi 11:00-12:00

📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

Enfants, de 7 à 9 ans

Tous niveaux
Mercredi 14:45-15:45

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

Enfants, de 8 à 10 ans

Tous niveaux
Mercredi 09:45-10:45

📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

Enfants, de 9 à 12 ans

Tous niveaux
Mercredi 11:30-12:30

📍 **Marie Curie**
Mosson

Enfants, de 9 à 12 ans

Tous niveaux
Mercredi 15:00-16:00

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

Tout-petits, de 4 à 5 ans

Tous niveaux
Mardi 16:45-17:30

📍 **Boris Vian**
Prés d'Arènes

JUDO ET SAMBO

**Enfants, adolescents,
de 9 à 14 ans**

Tous niveaux
Mercredi 14:30-15:30

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Enfants, de 6 à 9 ans

Tous niveaux
Mercredi 13:30-14:30

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

KARATÉ

Adolescents, adultes

Tous niveaux
Mercredi 19:00-20:00,
Vendredi 19:00-20:00

📍 **Boris Vian**
Prés d'Arènes

Enfants, de 10 à 15 ans

Niveau débutant
Mercredi 15:00-16:00, 16:00-17:00, Samedi 11:00-12:00

📍 **Jean-Pierre Caillens**
Prés d'Arènes

Enfants, de 8 à 12 ans

Tous niveaux
Mercredi 18:00-19:00,
Vendredi 18:00-19:00

📍 **Boris Vian**
Prés d'Arènes

KARATÉ-DO

Adolescents, de 10 à 17 ans

Tous niveaux
Samedi 16:00-17:00

📍 **L'Escouteire**
Prés d'Arènes

Enfants, de 6 à 10 ans

Tous niveaux
Samedi 15:00-16:00

📍 **L'Escoutaire**
Prés d'Arènes

KARATÉ SHOTOKAN

Tout public, à partir de 6 ans

Tous niveaux
Mardi 17:30-19:30

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

KICK-BOXING

Enfants, de 6 à 10 ans

Niveau débutant
Mercredi 13:30-14:30

📍 **Louis Feuillade**
Mosson

MMA

Adolescents, de 12 à 17 ans

Tous niveaux
Mardi 19:00-20:00,
Jeudi 19:00-20:00

📍 **Georges Brassens**
Mosson

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Mardi 20:00-21:30,
Jeudi 20:00-21:30

📍 **Georges Brassens**
Mosson

Enfants, de 6 à 10 ans

Tous niveaux
Mercredi 16:00-17:00,
Samedi 11:00-12:30

📍 **Georges Brassens**
Mosson

NINJUTSU

Adolescents, adultes, à partir de 15 ans

Tous niveaux
Lundi 20:00-22:00,
Mercredi 20:00-22:00

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

PRÉPARATION PHYSIQUE

Adolescents, adultes, de 16 à 70 ans

Tous niveaux
Mercredi 12:30-13:30

📍 **Jean-Pierre Caillens**
Prés d'Arènes

SABRE THAÏLANDAIS KRABI KRABONG

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Tous niveaux
Mardi 18:00-19:00,
Jeudi 12:30-13:30

📍 **Jean-Pierre Caillens**
Prés d'Arènes

SELF DÉFENSE

Adultes

Niveau débutant
Lundi 18:30-19:50

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

SELF DÉFENSE ET KRAV MAGA

Adolescents, adultes

Tous niveaux
Lundi 19:15-20:45

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

Adolescents, adultes, à partir de 15 ans

Tous niveaux
Mercredi 19:15-20:45

📍 **Boris Vian**
Prés d'Arènes

TAEKWONDO

Adolescents, adultes, de 12 à 45 ans

Tous niveaux
Mardi 19:30-21:00,
Jeudi 19:30-21:00

📍 **Michel Colucci**
Croix d'Argent

Adolescents, de 12 à 17 ans

Niveau confirmé
Lundi 18:00-19:30,
Mercredi 18:00-19:30,
Vendredi 18:00-19:30

📍 **Michel Colucci**
Croix d'Argent

Adolescents, 12 à 16 ans

Tous niveaux
Mardi 19:30-21:00, Jeudi
19:30-21:00

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

Adultes, à partir de 25 ans

Niveau confirmé
Lundi 19:30-21:00, Mercredi
19:30-21:00, Vendredi
19:30-21:00

📍 **Michel Colucci**
Croix d'Argent

Enfants, adolescents, de 12 à 17 ans

Tous niveaux
Mercredi 20:00-21:00,
Vendredi 20:00-21:00

📍 **Georges Brassens**
Mosson

Enfants, adolescents, de 3 à 6 ans

Tous niveaux
Mercredi 17:30-18:30, Vendredi
17:30-18:30

📍 **Georges Brassens**
Mosson

Enfants, adolescents, de 7 à 11 ans

Tous niveaux
Mercredi 18:30-20:00,
Vendredi 18:30-20:00

📍 **Georges Brassens**
Mosson

Enfants, de 3 à 6 ans

Tous niveaux
Mardi 17:30-18:15,
Jeudi 17:30-18:15

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

Enfants, de 3 à 6 ans

Tous niveaux
Mercredi 10:00-11:00, 16:45-17:45, Samedi 10:00-11:00, 15:15-16:30

📍 **Michel Colucci**
Croix d'Argent

Enfants, de 5 à 12 ans

Tous niveaux
Samedi 14:00-15:00

📍 **Paul-Emile Victor**
Les Cévennes

Enfants, de 5 à 12 ans

Tous niveaux
Mercredi 15:30-16:30

📍 **Paul-Emile Victor**
Les Cévennes

Enfants, de 7 à 11 ans

Tous niveaux
Mardi 18:00-19:15,
Mercredi 11:15-12:30, 15:15-16:30, Jeudi 18:00-19:15,
Samedi 11:15-12:30, 16:45-17:45

📍 **Michel Colucci**
Croix d'Argent

Enfants, de 7 à 12 ans

Tous niveaux
Mardi 18:15-19:30,
Jeudi 18:15-19:30

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

TAI CHI CHUAN

Adultes

Niveau débutant
Mardi 09:15-10:15

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Adultes

Niveau intermédiaire
Mardi 10:30-12:00

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Adultes

Niveaux débutant et intermédiaire
Mercredi 12:15-13:15

📍 **George Sand**
Montpellier centre

Adultes

Tous niveaux
Lundi 12:30-13:30,
Mercredi 12:30-13:30

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

Adultes, à partir de 18 ans

Niveau intermédiaire
Mardi 19:00-20:00

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Adultes, à partir de 18 ans

Niveau débutant
Mardi 18:00-19:00

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

TAÏSO

Adolescents, adultes, à partir de 14 ans

Tous niveaux
Mercredi 09:00-10:15

📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

TENNIS DE TABLE ÂGE D'OR

Séniors, à partir de 60 ans

Tous niveaux
Vendredi 14:00-17:00

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

VIET VO DAO

Enfants, de 4 à 8 ans

Tous niveaux
Mercredi 18:00-19:00

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Enfants, de 4 à 8 ans

Niveau débutant
Mercredi 10:00-11:00

📍 **Michel Colucci**
Croix d'Argent

VIET VO DAO, TAI CHI, QI GONG

Adolescents, adultes, à partir de 13 ans

Tous niveaux
Mercredi 19:00-22:30

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

WING TSUN KUNG FU

Adultes

Tous niveaux
Lundi 18:00-19:30,
Jeudi 18:00-19:30

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

ÉVEIL CORPOREL ET CÉRÉBRAL

ACTIV'MÉMOIRE

Adultes, seniors
Tous niveaux
Lundi 15:45-16:45
📍 **Paul-Émile Victor**
Les Cévennes

BABY GYM

Tout-petits, de 1 à 2 ans
Tous niveaux
Mardi 10:30-11:30
Atelier parent/enfant
📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

LE RENDEZ-VOUS DES TOUT-PETITS

Familles
Niveau débutant
Jeudi 09:00-12:00
Tout-petits de 3 mois à 3 ans
accompagnés d'un parent
📍 **François Villon**
Les Cévennes

MOBILITÉ (DÉVELOPPEMENT GÉNÉRAL DES CAPACITÉS PHYSIQUES ET MENTALES)

Adultes
Tous niveaux
Mardi 12:00-14:00,
Jeudi 12:00-14:00
Activité municipale
📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

MOTRICITÉ

Enfants, de 3 à 6 ans
Tous niveaux
Mercredi 13:30-16:30
📍 **François Villon**
Les Cévennes

GYMNASTIQUE ET DISCIPLINES ASSOCIÉES

ABDOS FESSIERS

Adultes
Tous niveaux
Mardi 18:30-19:30,
Jeudi 18:30-19:30
Activité municipale
📍 **André Chamson**
Les Cévennes

ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

Adultes
Tous niveaux
Jeudi 09:00-10:30
Pour les personnes diabétiques
ou obèses
📍 **Léo Lagrange**
Mosson

Adultes
Tous niveaux
Jeudi 10:30-12:00
Pour les personnes diabétiques
ou obèses
📍 **Léo Lagrange**
Mosson

Adultes, seniors
Tous niveaux
Lundi 18:00-19:00
Pour personnes ayant une
affection longue durée
📍 **Marie Curie**
Mosson

Seniors
Tous niveaux
Jeudi 09:00-10:00
Pour personnes atteintes d'une
maladie chronique
📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

ASSOULISSEMENT

Adultes
Tous niveaux
Mardi 12:30-13:30
Activité municipale
📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

BODY SCULPT

Adolescents, adultes
Tous niveaux
Jeudi 18:30-19:30
📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

Adultes
Tous niveaux
Lundi 18:30-19:30
Activité municipale
📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

CARDIO BOXING

Adolescents, adultes
Tous niveaux
Jeudi 18:00-19:00,
19:00-20:00
📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

CARDIO BOXING, REMISE EN FORME

Adultes
Niveau débutant
Lundi 12:30-13:15,
Jeudi 12:30-13:15
📍 **Louis Feuillade**
Mosson

CARDIO DANCE ET RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Niveau débutant

Mardi 14:00-16:00,

Jeudi 14:00-16:00,

Vendredi 14:00-16:00

📍 **Michel Colucci**

Croix d'Argent

CARDIO TRAINING ET PILATES

Adultes

Tous niveaux

Vendredi 09:30-11:00

📍 **Léo Lagrange**

Mosson

CIRCUIT TRAINING

Adultes

Tous niveaux

Mardi 19:20-20:20

📍 **L'Escoutaire**

Prés d'Arènes

CUISSES ABDOS FESSIERS

Adultes

Tous niveaux

Jeudi 18:00-19:00

Activité municipale

📍 **Albert Camus**

Croix d'Argent

CUISSES ABDOS FESSIERS, ZUMBA

Adultes

Tous niveaux

Vendredi 10:00-11:30

📍 **Léo Lagrange**

Mosson

ENTRAÎNEMENT FRACTIONNÉ DE HAUTE INTENSITÉ (HIIT)

Adolescents, adultes

Niveau débutant

Mardi 10:30-11:30

📍 **Antoine de Saint-Exupéry**

Les Cévennes

ENTRAÎNEMENT FRACTIONNÉ DE HAUTE INTENSITÉ (HIIT), YOGA STRETCHING

Adultes

Tous niveaux

Mardi 10:00-11:30

📍 **Léo Lagrange**

Mosson

ÉVEIL SPORTIF

Enfants, de 3 à 6 ans

Tous niveaux

Mercredi 09:00-10:00

📍 **L'Escoutaire**

Prés d'Arènes

Enfants, de 3 à 6 ans

Niveau faux débutant

Samedi 10:00-11:00

📍 **Jean-Pierre Caillens**

Prés d'Arènes

FIT BOXING

Adolescents, adultes

Niveau débutant

Mardi 09:30-10:15

📍 **Antoine de Saint-Exupéry**

Les Cévennes

FIT BOXING, FULL BODY

Adultes

Tous niveaux

Jeudi 09:30-11:00

📍 **Léo Lagrange**

Mosson

FIT DANSE

Adultes

Tous niveaux

Lundi 19:30-20:30

Activité municipale

📍 **Rosa-Lee Parks**

Hôpitaux Facultés

FITNESS

Adultes

Niveau intermédiaire

Lundi 09:45-10:45

Activité municipale

📍 **Voltaire**

Montpellier centre

Adultes, de 18 à 60 ans

Niveau débutant

Mardi 12:15-13:15,

Vendredi 12:15-13:15

📍 **Voltaire**

Montpellier centre

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Niveau intermédiaire

Mardi 19:00-20:00, *Jeudi

18:00-19:00 (*Dispositif ouvert

aux familles monoparentales

avec l'activité Créaludik pour

les enfants)

Activité municipale

📍 **Frédéric Chopin**

Montpellier centre

FIT PILATES

Adultes

Niveau débutant

Vendredi 12:30-14:00

Activité municipale

📍 **Albert Dubout**

Hôpitaux Facultés

FULL BODY

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Tous niveaux

Mardi 20:45-21:30

📍 **Marcel Pagnol**

Les Cévennes

GYM, ABDOS FESSIERS, RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Mardi 12:30-13:30,
Jeudi 18:25-19:25
Activité municipale

📍 **L'Escoutaire**
Prés d'Arènes

GYM ADAPTÉE PRÉVENTION DES CHUTES

Séniors

Tous niveaux
Lundi 09:30-10:30
Adaptée aux personnes
diabétiques ou obèses

📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

GYM ET MARCHÉ

Adultes, à partir de 18 ans

Niveau débutant
Mardi 09:30-10:30,
Mercredi 09:30-10:30

📍 **Jean-Pierre Caillens**
Prés d'Arènes

GYM GLOBALE

Adultes, à partir de 18 ans

Niveau débutant
Jeudi 11:05-12:05

📍 **L'Escoutaire**
Prés d'Arènes

GYMNASTIQUE

Adultes

Niveau débutant
Mardi 14:15-15:15,
Jeudi 10:45-11:45
Sport adapté

📍 **Fanfonne Guillaume**
Les Cévennes

Adultes

Tous niveaux
Lundi 14:15-15:15

📍 **Boris Vian**
Prés d'Arènes

Adultes

Niveau débutant
Mardi 09:30-11:00, 12:15-13:15,
Jeudi 09:30-11:00, 12:15-13:15

📍 **Boris Vian**
Prés d'Arènes

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Jeudi 14:15-15:15

📍 **L'Escoutaire**
Prés d'Arènes

Enfants, adolescents, de 6 à 10 ans

Niveaux débutant et
intermédiaire
Mercredi 14:45-16:15
Activité municipale

📍 **L'Escoutaire**
Prés d'Arènes

Enfants, de 6 à 9 ans

Tous niveaux
Jeudi 17:00-18:00
Activité municipale

📍 **Boris Vian**
Prés d'Arènes

Séniors

Tous niveaux
Jeudi 09:30-10:30
📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

GYMNASTIQUE ADAPTÉE

Adultes

Tous niveaux
Jeudi 14:15-15:15
📍 **Paul-Emile Victor**
Les Cévennes

GYMNASTIQUE ÂGE D'OR

Séniors

Tous niveaux
Lundi 9:30-10:30, 10:30-11:30
Mardi 9:15-10:15, 10:30-11:30

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Séniors

Tous niveaux
Jeudi 09:00-10:00
📍 **George Sand**
Montpellier centre

Séniors

Tous niveaux
Vendredi 09:15-10:15, 10:15-11:15
📍 **Marie Curie**
Mosson

Séniors

Tous niveaux
Mardi 09:15-10:15, 10:15-11:15,
Jeudi 09:00-09:45, 09:45-10:30, Vendredi 09:30-10:30,
10:30-11:30

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Séniors

Tous niveaux
Mardi 09:30-10:30, 10:30-11:30
📍 **Paul-Emile Victor**
Les Cévennes

GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN

Adultes

Tous niveaux
Lundi 18:30-19:30,
Jeudi 10:30-11:30
Activité municipale

📍 **André Chamson**
Les Cévennes

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Mardi 09:15-10:45
Activité municipale
📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Tout public

Tous niveaux
Mardi 15:30-16:30
📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

**GYMNASTIQUE
D'ENTRETIEN ET
RENFORCEMENT
MUSCULAIRE**

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Mercredi 10:00-11:00
📍 **L'Escoutaire**
Prés d'Arènes

GYMNASTIQUE DOUCE

Adultes

Niveau débutant
Vendredi 11:00-12:00
Activité municipale
📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Adultes

Tous niveaux
Lundi 09:30-10:30
📍 **Marie Curie**
Mosson

Adultes

Niveau débutant
Vendredi 10:30-11:30
📍 **Antoine de Saint-Exupéry**
Les Cévennes

Adultes

Tous niveaux
Mardi 09:30-10:30, 11:00-12:00
📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

Adultes, séniors

Tous niveaux
Mardi 09:00-10:00,
Vendredi 09:00-10:00
Activité municipale
📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

**Adolescents, adultes,
à partir de 16 ans**

Niveau débutant
Lundi 17:30-18:30
📍 **Michel Colucci**
Croix d'Argent

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Mardi 14:00-15:00,
Jeudi 15:30-16:30
Activité municipale

📍 **L'Escoutaire**
Prés d'Arènes

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Jeudi 11:00-12:00, 12:30-13:30,
Vendredi 11:00-12:00

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

**GYMNASTIQUE DOUCE,
PILATES**

Séniors

Tous niveaux
Lundi 16:00-17:00
Adaptée aux personnes
diabétiques ou obèses
📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

**GYMNASTIQUE
FONDAMENTALE**

Adultes

Tous niveaux
Mardi 09:30-10:30,
Jeudi 09:30-10:30
📍 **George Sand**
Montpellier centre

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Lundi 10:00-11:00,
Jeudi 10:00-11:00
📍 **Georges Brassens**
Mosson

Séniors

Tous niveaux
Vendredi 09:15-10:15
📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

**GYMNASTIQUE
RYTHMIQUE ET SPORTIVE
(GRS)**

Enfants, de 6 à 8 ans

Tous niveaux
Lundi 17:30-18:30
Activité municipale
📍 **André Chamson**
Les Cévennes

Enfants, de 7 à 13 ans

Niveau débutant
Lundi 16:40-17:40
📍 **François Villon**
Les Cévennes

Enfants, de 7 à 13 ans

Niveau confirmé
Lundi 17:40-18:40
📍 **François Villon**
Les Cévennes

Enfants, de 9 à 12 ans

Tous niveaux
Jeudi 17:30-18:30
Activité municipale
📍 **André Chamson**
Les Cévennes

GYM SÉNIORS

Séniors, à partir de 50 ans

Niveau débutant
Mardi 09:00-10:00
📍 **Louis Feuillade**
Mosson

GYM SUR CHAISE

Séniors

Niveau débutant
Lundi 14:30-15:30

📍 **Paul-Emile Victor**
Les Cévennes

GYM TAOÏSTE

Tout public, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Mercredi 19:30-20:30

📍 **Michel Colucci**
Croix d'Argent

GYM TONIQUE

Adultes

Tous niveaux
Mardi 09:00-10:00

📍 **André Chamson**
Les Cévennes

Adultes

Tous niveaux
Jeudi 12:30-13:30

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

Tout public

Tous niveaux
Mardi 16:30-17:30

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Tout public, à partir de 15 ans

Niveaux débutant et intermédiaire

Lundi 14:45-15:45,
Jeudi 14:45-15:45

📍 **Jean-Pierre Caillens**
Prés d'Arènes

KID GYM

Enfants, de 3 à 5 ans

Tous niveaux
Lundi 17:15-18:15

Activité municipale
📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

MARCHE EN EXTÉRIEUR

Adultes

Tous niveaux
Lundi 14:00-16:00

Activité municipale
📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

MÉTHODE FELDENKRAIS

Adultes, séniors

Tous niveaux
Jeudi 10:30-11:30

📍 **Marie Curie**
Mosson

MÉTHODE FELDENKRAIS ASSISE

Adultes, séniors

Tous niveaux
Mardi 16:00-17:00

📍 **Marie Curie**
Mosson

NATURO TRAINING

Adultes

Niveau intermédiaire
Lundi 18:00-19:00

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Adultes

Niveau confirmé
Lundi 19:00-20:15

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Adultes

Niveau débutant
Lundi 17:00-18:00

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

PENCHAK SILAT TRADITIONNEL

Adolescents, adultes, à partir de 13 ans

Tous niveaux
Mardi 18:00-20:00,
Jeudi 19:45-21:45

📍 **André Chamson**
Les Cévennes

PILATES

Adolescents, adultes

Tous niveaux
Mercredi 17:30-18:30

Activité municipale
📍 **André Chamson**
Les Cévennes

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Niveau débutant
Samedi 11:40-12:40

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Niveaux intermédiaire et confirmé

Samedi 09:30-10:30

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Niveaux débutant et intermédiaire

Jeudi 15:15-16:15

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Tous niveaux

Mardi 18:00-19:00
Activité municipale

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

**Adolescents, adultes,
à partir de 16 ans**

Niveau intermédiaire
Mercredi 17:15-18:45
Activité municipale

📍 **Michel Colucci**
Croix d'Argent

Adultes

Tous niveaux
Jeudi 12:30-13:30
📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Adultes

Niveau confirmé
Mardi 18:45-19:45
📍 **François Villon**
Les Cévennes

Adultes

Niveau intermédiaire
Lundi 12:30-14:00
📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

Adultes

Niveau débutant
Lundi 17:35-18:35
📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

Adultes

Tous niveaux
Jeudi 12:10-13:10
📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Adultes

Niveau intermédiaire
Lundi 16:30-17:30,
Mercredi 08:45-09:45
📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

Adultes

Niveau débutant
Mardi 12:30-14:00
📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

Adultes

Niveau débutant
Mercredi 11:00-12:00
📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Adultes

Niveau intermédiaire
Mardi 18:00-19:00
📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Adultes

Tous niveaux
Lundi 12:30-13:30
📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Adultes

Tous niveaux
Vendredi 09:00-10:00
📍 **André Chamson**
Les Cévennes

Adultes

Tous niveaux
Mardi 09:30-10:30, 10:30-11:30,
17:30-18:30
Activité municipale
📍 **André Chamson**
Les Cévennes

Adultes

Niveau intermédiaire
Lundi 11:00-12:00
📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Adultes

Niveau débutant
Mardi 20:00-21:00
📍 **François Villon**
Les Cévennes

Adultes

Niveau intermédiaire
Jeudi 15:15-16:15
📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Adultes

Niveau débutant
Mardi 19:30-20:30
📍 **George Sand**
Montpellier centre

Adultes

Niveau intermédiaire
Jeudi 18:00-19:00
📍 **George Sand**
Montpellier centre

Adultes

Niveau confirmé
Lundi 11:00-12:00
📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

Adultes

Niveau débutant
Lundi 12:30-13:30, 18:00-19:00,
19:15-20:15
📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

Adultes

Niveaux intermédiaire et
confirmé
Vendredi 11:00-12:00
📍 **Fanfonne Guillerme**
Les Cévennes

Adultes

Tous niveaux
Mercredi 17:30-18:30,
18:40-19:40
📍 **Boris Vian**
Près d'Arènes

Adultes

Tous niveaux
Mardi 12:30-13:30
Activité municipale
📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

Adultes

Tous niveaux
Lundi 11:00-12:00, 12:00-13:00,
Jeudi 10:45-11:45,
Vendredi 09:15-10:15
📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

Adultes, seniors

Niveau débutant
Mardi 09:15-10:15,
Jeudi 08:15-09:15, 18:00-19:00
📍 **Marie Curie**
Mosson

Adultes, seniors

Niveau intermédiaire
Jeudi 19:00-20:00
📍 **Marie Curie**
Mosson

Adultes, seniors

Niveau intermédiaire

Jeu 09:15-10:15

◆ **Marie Curie**

Mosson

Adultes, à partir de 16 ans

Tous niveaux

Mardi 18:00-19:00, *Jeu 17:00-18:00 (*Dispositif ouvert aux familles monoparentales avec l'activité Créaludik pour les enfants)

◆ **Frédéric Chopin**

Montpellier centre

Adultes, à partir de 18 ans

Niveaux débutant et intermédiaire

Jeu 09:05-10:05

◆ **L'Escoutaire**

Près d'Arènes

Adultes, à partir de 18 ans

Niveau intermédiaire

Lundi 15:00-16:00

◆ **Frida Kahlo**

Port Marianne

Adultes, à partir de 18 ans

Niveau débutant

Lundi 16:15-17:15,
Vendredi 12:30-13:30

◆ **Frida Kahlo**

Port Marianne

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux

Vendredi 09:15-10:15

Activité municipale

◆ **Voltaire**

Montpellier centre

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux

Jeu 11:00-12:00

◆ **Voltaire**

Montpellier centre

Adultes, à partir de 18 ans

Niveau débutant

Lundi 10:15-11:15

◆ **L'Escoutaire**

Près d'Arènes

PILATES, STRETCHING

Adultes

Niveau débutant

Mardi 17:00-18:00

◆ **Albert Camus**

Croix d'Argent

Adultes

Niveau débutant

Vendredi 10:30-11:30

◆ **Albert Camus**

Croix d'Argent

Adultes

Tous niveaux

Jeu 19:00-20:00

◆ **Albert Camus**

Croix d'Argent

Adultes

Niveau débutant

Jeu 14:15-15:15

◆ **Albert Camus**

Croix d'Argent

Adultes, à partir de 18 ans

Niveau débutant

Mardi 17:15-18:15

◆ **L'Escoutaire**

Près d'Arènes

POSTURAL BALL

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Tous niveaux

Jeu 14:15-15:15,
Sam 10:40-11:40

◆ **Marcel Pagnol**

Les Cévennes

Adultes

Tous niveaux

Vendredi 09:15-10:15

◆ **Albert Camus**

Croix d'Argent

Adultes

Tous niveaux

Lundi 18:45-19:45,
Mercredi 09:50-10:50

◆ **Frédéric Chopin**

Montpellier centre

Adultes, seniors

Tous niveaux

Lundi 10:35-11:35

◆ **Marie Curie**

Mosson

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux

Mardi 18:20-19:20

◆ **L'Escoutaire**

Près d'Arènes

QI GONG

Adultes

Tous niveaux

Mardi 15:30-16:45

◆ **Frédéric Chopin**

Montpellier centre

Adultes

Tous niveaux

Jeu 09:10-10:40

◆ **Albert Camus**

Croix d'Argent

Adultes

Niveau intermédiaire

Jeu 10:50-12:20

◆ **Albert Camus**

Croix d'Argent

Adultes

Tous niveaux

Lundi 18:15-19:15

◆ **Joseph Ricôme**

Montpellier centre

Adultes

Tous niveaux

Mardi 12:00-13:00

◆ **George Sand**

Montpellier centre

Adultes

Niveau débutant

Jeu 10:00-11:30

◆ **Paul-Emile Victor**

Les Cévennes

Adultes

Tous niveaux

Lundi 12:30-13:30,
Mercredi 12:30-13:30

◆ **Mélina Mercouri**

Port Marianne

Adultes

Tous niveaux
Lundi 10:00-11:30,
Mardi 10:00-11:30

📍 **Michel Colucci**
Croix d'Argent

Adultes, de 18 à 90 ans

Tous niveaux
Lundi 14:30-15:30

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Adultes, séniors

Tous niveaux
Mardi 12:15-13:30,
Mercredi 17:45-19:00,
19:15-20:30

📍 **Marie Curie**
Mosson

Adultes, séniors

Tous niveaux
Lundi 12:30-13:45

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Adultes, séniors

Tous niveaux
Lundi 11:00-12:00

📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

Adultes, séniors, de 17 à 99 ans

Tous niveaux
Mardi 10:00-11:00,
Vendredi 09:45-10:45

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

Adultes, séniors, à partir de 15 ans

Tous niveaux
Mercredi 19:30-20:30

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

QI GONG, TAÏ CHI CHUAN

Adolescents, adultes, à partir de 17 ans

Tous niveaux
Mardi 19:00-20:30

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

RENFORCEMENT CARDIO ORIENTAL

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Tous niveaux
Lundi 20:30-22:00,
Mercredi 09:00-10:00

📍 **François Villon**
Les Cévennes

RENFORCEMENT CARDIO PILATES

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Tous niveaux
Mardi 09:00-10:30

📍 **François Villon**
Les Cévennes

RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Adultes

Tous niveaux
Jeudi 18:00-19:00

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Adultes

Tous niveaux
Mardi 10:30-11:30,
Jeudi 10:30-11:30
Activité municipale

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

Adultes

Tous niveaux
Mardi 12:30-13:30

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

Adultes, de 18 à 99 ans

Tous niveaux
Lundi 09:30-10:30

📍 **L'Escouteire**
Prés d'Arènes

RENFORCEMENT MUSCULAIRE, CIRCUIT TRAINING

Adultes, de 18 à 70 ans

Tous niveaux
Mardi 11:15-12:15, 18:00-19:00,
Jeudi 09:30-10:30

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

RENFORCEMENT MUSCULAIRE ET BARRE À TERRE

Adultes

Tous niveaux
Mardi 17:15-18:30

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

SEONMUDO

Adolescents, adultes, à partir de 17 ans

Tous niveaux
Mardi 12:30-13:30

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

SPORT

Adultes

Tous niveaux
Lundi 10:45-11:45
📍 **François Villon**
Les Cévennes

Adultes

Niveau débutant
Jeudi 15:45-16:45
📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

Adultes

Tous niveaux
Jeudi 09:15-10:15
📍 **François Villon**
Les Cévennes

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Lundi 09:00-10:00,
Vendredi 09:00-10:00

📍 **François Villon**
Les Cévennes

**SPORT ADAPTÉ AUX
SÉNIORS**

Séniors

Niveau débutant
Lundi 12:00-12:45

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Séniors, à partir de 60 ans

Tous niveaux
Mercredi 10:15-11:15

📍 **François Villon**
Les Cévennes

Séniors, à partir de 60 ans

Tous niveaux
Mardi 09:30-10:30

📍 **L'Escoutaire**
Près d'Arènes

SPORT SOCIO-CITOYEN

Adultes

Tous niveaux
Vendredi 11:00-12:00

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

STEP

**Adolescents, adultes,
à partir de 16 ans**

Tous niveaux
Mardi 19:00-19:45

📍 **Georges Brassens**
Mosson

Adolescents, adultes

Tous niveaux
Lundi 19:30-20:30

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

STEP CARDIO

**Adolescents, adultes,
à partir de 16 ans**

Niveau intermédiaire
Jeudi 20:30-21:15

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

STREET WORK OUT

**Adolescents, adultes, à partir
de 16 ans**

Tous niveaux
Vendredi 16:00-18:30

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

STRETCHING

Adultes

Niveau débutant
Lundi 18:30-19:30,
Mercredi 11:00-12:00,
Vendredi 10:45-11:45
Activité municipale

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Adultes

Tous niveaux
Lundi 10:30-11:30,
Jeudi 10:30-11:30

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Adultes

Tous niveaux
Jeudi 10:30-11:30, 11:45-12:45
Activité municipale

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Adultes

Tous niveaux
Mardi 10:15-11:15

📍 **Marie Curie**
Mosson

Adultes, de 18 à 99 ans

Tous niveaux
Lundi 10:45-12:00

📍 **L'Escoutaire**
Près d'Arènes

**Adolescents, adultes,
à partir de 16 ans**

Tous niveaux
Mardi 19:45-20:30

📍 **Georges Brassens**
Mosson

Adultes

Tous niveaux
Mardi 18:25-19:25

📍 **George Sand**
Montpellier centre

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Mercredi 11:05-12:05, 12:10-
13:10, Jeudi 14:15-15:15
Activité municipale

📍 **L'Escoutaire**
Près d'Arènes

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Jeudi 10:05-11:05

📍 **L'Escoutaire**
Près d'Arènes

STRETCHING BÂTONS

Adultes

Tous niveaux
Mercredi 18:30-19:30

📍 **Michel Colucci**
Croix d'Argent

**STRETCHING ET
RELAXATION**

Adultes

Tous niveaux
Jeudi 19:00-20:00
Activité municipale

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

STRETCHING, PILATES

Adultes

Niveau débutant
Lundi 12:30-13:30,
Jeudi 19:00-20:00

📍 **George Sand**
Montpellier centre

STRETCHING POSTURAL

Adultes

Tous niveaux
Jeudi 17:00-18:00

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Adultes

Tous niveaux
Lundi 17:00-18:00

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

TABATA ET MARCHÉ

Adolescents, adultes, à partir de 17 ans

Tous niveaux
Lundi 09:30-10:30, 10:30-11:30

📍 **Michel Colucci**
Croix d'Argent

ZUMBA

Adolescents, adultes

Tous niveaux
Lundi 18:30-19:30

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

Adolescents, adultes

Niveau débutant
Jeudi 18:15-19:15

📍 **Antoine de Saint-Exupéry**
Les Cévennes

Adolescents, adultes, à partir de 17 ans

Tous niveaux
Lundi 12:30-13:30,
Jeudi 18:15-19:15

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Tous niveaux
Jeudi 19:00-20:00

📍 **Georges Brassens**
Mosson

ZUMBA FITNESS ET ENTRAÎNEMENT FRACTIONNÉ DE HAUTE INTENSITÉ (HIIT)

Adultes

Tous niveaux
Lundi 09:30-11:00

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

RELAXATION ET DISCIPLINES ASSOCIÉES

ACROYOGA

Adultes

Niveau intermédiaire
Jeudi 20:00-21:45

📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

Adultes

Niveau débutant
Jeudi 18:00-19:45

📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

Adultes, à partir de 18 ans

Niveau intermédiaire
Mardi 21:00-23:00

📍 **François Villon**
Les Cévennes

Adultes, à partir de 18 ans

Niveau débutant
Mardi 19:00-21:00

📍 **François Villon**
Les Cévennes

Enfants, adultes, de 7 à 70 ans

Tous niveaux
Vendredi 20:00-22:00

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

ATELIER BIEN-ÊTRE

Séniors, à partir de 60 ans

Tous niveaux
Lundi 09:30-11:00
2 fois par mois les semaines
impaires

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

BARRE À TERRE

Adultes

Tous niveaux
Lundi 12:30-13:30,
Vendredi 12:30-13:30

📍 **Marie Curie**
Mosson

BARRE À TERRE CONTEMPORAINE

Adultes

Tous niveaux
Lundi 12:30-13:30

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

MÉDITATION

Adultes

Tous niveaux
Mardi 12:30-13:30,
Jeudi 12:30-13:30

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

MÉDITATION ET GESTION DU STRESS

Adultes

Tous niveaux
Mardi 18:00-19:00

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Lundi 15:45-16:45

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

MÉDITATION PLEINE CONSCIENCE

Adultes

Niveaux intermédiaire
et confirmé

Lundi 19:00-20:30

📍 **François Villon**
Les Cévennes

Adultes

Tous niveaux
Mercredi 18:30-19:30

📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

QI GONG

Adultes

Tous niveaux
Mardi 18:00-19:00

📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

RELAXATION, MÉDITATION

Adolescents, adultes, à partir de 15 ans

Tous niveaux
Mardi 18:10-19:10

📍 **George Sand**
Montpellier centre

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Mardi 12:15-13:30

📍 **L'Escoutaire**
Prés d'Arènes

RESPIRATION ET MÉDITATION

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Mardi 10:45-11:45
Activité municipale

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

RIRE ET SOPHROLOGIE

Adultes, seniors

Tous niveaux
Lundi 14:00-16:00

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

SOPHROLOGIE

Adultes

Tous niveaux
Lundi 11:00-12:30
1 fois par mois

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Adultes

Niveau débutant
Mardi 12:30-13:15

📍 **Antoine de Saint-Exupéry**
Les Cévennes

TAI CHI

Adultes, seniors

Tous niveaux
Jeudi 11:00-12:00

📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

VINIYOGA

Adultes

Tous niveaux
Mardi 09:00-10:15

📍 **François Villon**
Les Cévennes

Adultes, seniors

Tous niveaux
Jeudi 12:15-13:30

📍 **Marie Curie**
Mosson

VINIYOGA (INSPIRATION IYENGAR)

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Tous niveaux
Jeudi 18:15-19:30, 19:30-20:45

📍 **André Chamson**
Les Cévennes

YOGA

Adolescents, adultes

Tous niveaux
Mardi 10:00-11:30,
Mercredi 18:00-19:15, 19:15-
20:30,
Jeudi 18:15-19:30

📍 **Joseph Ricôme**
Montpellier centre

Adolescents, adultes, à partir de 15 ans

Tous niveaux
Lundi 18:30-20:30

📍 **Jean-Pierre Caillens**
Prés d'Arènes

Adolescents, adultes, à partir de 15 ans

Tous niveaux
Jeudi 18:00-19:00
📍 **Fanfonne Guillerme**
Les Cévennes

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Niveau intermédiaire
Mercredi 18:45-20:15
Activité municipale

📍 **Michel Colucci**
Croix d'Argent

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Niveau débutant
Lundi 18:30-19:30

📍 **Michel Colucci**
Croix d'Argent

Adultes

Tous niveaux
Mardi 19:15-20:30
📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

Adultes

Tous niveaux
Lundi 12:30-13:30, Mardi 12:30-13:30, Mercredi 12:30-13:30, Jeudi 12:30-13:30, Vendredi 12:30-13:30

📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

Adultes

Tous niveaux
Jeudi 10:30-12:00

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

Adultes

Niveau débutant
Vendredi 10:15-11:45
Activité municipale

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Adultes

Niveau débutant
Jeudi 09:30-11:00

📍 **Antoine de Saint-Exupéry**
Les Cévennes

Adultes

Tous niveaux
Lundi 09:30-11:00, 19:00-20:30

📍 **André Chamson**
Les Cévennes

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Jeudi 12:15-13:30

📍 **L'Escouteire**
Près d'Arènes

Tout public, de 15 à 85 ans

Tous niveaux
Mardi 14:30-15:45

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

YOGA ADAPTÉ

Séniors, à partir de 60 ans

Tous niveaux
Mardi 09:30-10:30

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

YOGA ADAPTÉ (SUR CHAISE)

Adultes

Tous niveaux
Jeudi 15:00-16:00

📍 **François Villon**
Les Cévennes

YOGA ADAPTÉ (SUR CHAISE ET TAPIS AVEC LA MÉTHODE DE GASQUET)

Séniors

Tous niveaux
Jeudi 09:30-10:30

📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

YOGA ADAPTÉ (SUR CHAISE) HANDICAP ET PRATIQUES DOUCES SUR TAPIS

Adultes

Tous niveaux
Mardi 16:45-17:45

📍 **George Sand**
Montpellier centre

YOGA ASHTANGA

Adultes

Tous niveaux
Samedi 11:45-13:15

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

Adultes

Tous niveaux
Mercredi 18:30-20:00

📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

Adultes

Tous niveaux
Lundi 18:30-19:45

📍 **George Sand**
Montpellier centre

YOGA ASHTANGA ET VINYASA

Adultes

Tous niveaux
Lundi 18:30-20:00, Mercredi 18:00-19:00, 19:30-20:30, Jeudi 12:30-13:30

📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

YOGA DÉTENTE

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Tous niveaux
Jeudi 15:15-16:30

📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

Adultes, séniors

Tous niveaux
Mardi 14:00-15:00, Jeudi 13:15-14:15

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Lundi 13:15-14:15

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

YOGA DU RIRE

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Lundi 09:30-10:30

📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Tout public

Tous niveaux
Mardi 14:00-16:00

📍 **Marie Curie**
Mosson

YOGA GUERRIER

Adultes

Niveaux débutant et intermédiaire
Jeudi 18:30-20:00

📍 **George Sand**
Montpellier centre

YOGA HATHA

Adultes

Tous niveaux
Lundi 18:45-20:15
📍 **François Villon**
Les Cévennes

Adultes

Tous niveaux
Lundi 18:30-20:00
📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés

Adultes

Tous niveaux
Mardi 12:15-13:15
📍 **Léo Lagrange**
Mosson

Adultes

Tous niveaux
Jeudi 12:15-13:15
📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Adultes

Tous niveaux
Mardi 19:30-20:45
📍 **George Sand**
Montpellier centre

Adultes

Tous niveaux
Mercredi 12:15-13:30,
Jeudi 18:15-19:30
📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Tous niveaux
Lundi 18:30-20:00
📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Lundi 12:15-13:15,
Mardi 11:00-12:00
📍 **Voltaire**
Montpellier centre

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Lundi 18:00-19:30,
Jeudi 18:30-20:00
📍 **Georges Brassens**
Mosson

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Samedi 09:30-11:00
📍 **L'Escoutaire**
Prés d'Arènes

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Jeudi 19:30-21:00
📍 **L'Escoutaire**
Prés d'Arènes

YOGA HATHA VINYASA

Adultes

Niveau débutant
Mercredi 18:00-20:00
📍 **Paul-Emile Victor**
Les Cévennes

YOGA IYENGAR

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Jeudi 18:30-19:45
📍 **L'Escoutaire**
Prés d'Arènes

YOGA PARENTS/ENFANTS

Enfants, adultes, à partir de 5 ans

Tous niveaux
Mercredi 15:00-16:00
📍 **L'Escoutaire**
Prés d'Arènes

YOGA POSTURAL

Adolescents, adultes

Tous niveaux
Mercredi 19:00-20:30
📍 **Mélina Mercouri**
Port Marianne

YOGA SIVANANDA

Adolescents, adultes

Tous niveaux
Lundi 17:00-18:15, 18:30-19:45
📍 **Boris Vian**
Prés d'Arènes

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Lundi 12:15-13:30
📍 **L'Escoutaire**
Prés d'Arènes

YOGA VINYASA

Adolescents, adultes, à partir de 16 ans

Tous niveaux
Mercredi 19:00-20:00
📍 **André Chamson**
Les Cévennes

Adultes

Tous niveaux
Lundi 10:00-11:00,
Mercredi 18:00-19:00
📍 **George Sand**
Montpellier centre

Adultes

Tous niveaux
Lundi 12:15-13:45
📍 **Frédéric Chopin**
Montpellier centre

Adultes

Niveaux intermédiaire
et confirmé
Mardi 13:00-14:00
📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux
Samedi 11:15-12:45
📍 **L'Escoutaire**
Prés d'Arènes

Adultes

Tous niveaux
Mercredi 18:00-19:15
Postures d'inversions
📍 **Albert Dubout**
Hôpitaux Facultés



ACTIVITÉS SOLIDARITÉ, MÉDIATION ET PARTAGE

AIDES À LA SCOLARITÉ

AUTRES PARTAGES

PARENTALITÉ

AIDES À LA SCOLARITÉ

ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ

Adolescents

Niveaux collège, lycée
Mercredi 17:00-19:00,
Jeudi 17:00-19:00,
Samedi 10:00-12:00

◆ **Albert Camus**
Croix d'Argent

Adolescents

Niveau collège
Lundi 19:00-20:30,
Mardi 19:00-20:30,
Jeudi 19:00-20:30

◆ **Léo Lagrange**
Mosson

Adolescents

Niveau lycée
Mardi 17:30-19:00,
Jeudi 17:30-19:00

◆ **Michel Colucci**
Croix d'Argent

Adolescents, de 11 à 18 ans

Niveaux collège, lycée
Lundi 17:00-19:00,
Jeudi 17:00-19:00

◆ **L'Escouteire**
Prés d'Arènes

Adolescents, à partir de 14 ans

Niveau lycée
Samedi 14:00-16:00
Mathématiques et physique-
chimie de la 3^e à la terminale

◆ **Georges Brassens**
Mosson

Enfants

Niveau élémentaire
Mercredi 09:30-11:00,
11:00-12:30

◆ **Léo Lagrange**
Mosson

Enfants, adolescents

Niveau collège, lycée
Mardi 19:00-20:30,
Jeudi 19:00-20:30

◆ **Léo Lagrange**
Mosson

Enfants

Niveau élémentaire
Mardi 17:00-18:00,
Jeudi 17:00-18:00

◆ **André Chamson**
Les Cévennes

Enfants

Niveau élémentaire
Mardi 17:30-19:00,
Jeudi 17:30-19:00

◆ **Léo Lagrange**
Mosson

Enfants

Niveau élémentaire
Lundi 17:00-19:00

◆ **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

Enfants

Niveau élémentaire
Lundi 17:30-19:00,
Jeudi 17:30-19:00

◆ **Léo Lagrange**
Mosson

Enfants

Niveau élémentaire
Mercredi 17:30-19:00,
Vendredi 17:30-19:00

◆ **Michel Colucci**
Croix d'Argent

Enfants

Niveau élémentaire
Mercredi 14:00-17:00

◆ **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

Enfants, adolescents

Niveau collège
Mardi 18:30-20:00,
Jeudi 18:30-20:00

◆ **Léo Lagrange**
Mosson

Enfants, adolescents

Niveau collège
Mardi 17:30-19:00,
Jeudi 17:30-19:00

◆ **Michel Colucci**
Croix d'Argent

Enfants, adolescents

Niveaux élémentaire, collège
Mercredi 14:00-15:00,
15:00-16:00

◆ **Léo Lagrange**
Mosson

Enfants, adolescents, de 6 à 15 ans

Niveaux élémentaire, collège
Mardi 16:45-18:30,
Vendredi 16:45-18:30

◆ **Mélina Mercouri**
Port Marianne

Enfants, adolescents, de 6 à 16 ans

Niveaux élémentaire, collège
Lundi 17:30-19:00

◆ **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Enfants, adolescents, de 9 à 20 ans

Niveaux collège, lycée
Lundi 17:30-19:30, Mardi 17:30-
19:30, Mercredi 17:30-19:30

◆ **Georges Brassens**
Mosson

Enfants, de 11 à 18 ans

Niveaux collège, lycée
Lundi 18:30-20:00,
Mardi 18:30-20:00,
Jeudi 18:30-20:00,
Vendredi 18:30-20:00

◆ **Paul-Emile Victor**
Les Cévennes

Enfants, de 6 à 10 ans

Niveau élémentaire
Lundi 17:00-19:00,
Jeudi 17:00-19:00

◆ **L'Escouteire**
Prés d'Arènes

Enfants, de 6 à 10 ans

Niveau élémentaire
Lundi 17:00-18:30,
Mardi 17:00-18:30, Jeudi 17:00-
18:30, Vendredi 17:00-18:30

◆ **Paul-Emile Victor**
Les Cévennes

Enfants, de 6 à 11 ans

Niveau élémentaire
Lundi 17:00-18:30,
Jeudi 17:00-18:30
Primaire sauf CP

📍 **François Villon**
Les Cévennes

Enfants, de 6 à 8 ans

Niveau élémentaire
Mardi 16:45-18:15,
Vendredi 16:45-18:15
CP, CE1

📍 **Marie Curie**
Mosson

Enfants, de 7 à 11 ans

Niveau élémentaire
Lundi 17:00-18:30,
Jeudi 17:00-18:30

📍 **Georges Brassens**
Mosson

Enfants, de 8 à 12 ans

Niveau élémentaire
Lundi 16:45-18:15,
Jeudi 16:45-18:15
CE2, CM1, CM2

📍 **Marie Curie**
Mosson

Enfants, de 9 à 11 ans

Niveau élémentaire
Mardi 17:30-19:30,
Jeudi 17:30-19:30

📍 **Georges Brassens**
Mosson

ESPACE COLLÈGE

Adolescents

Niveau collège
Mercredi 17:00-18:30
Un espace et un temps pour
faire les devoirs

📍 **Marie Curie**
Mosson

**TECHNIQUES
D'APPRENTISSAGES**

Tout public

Tous niveaux
Mercredi 09:00-12:00
Sur rendez-vous
Lecture rapide, mind mapping,
gestion du temps, aide à
la mémorisation, soutien
scolaire...

📍 **Léo Lagrange**
Mosson

AUTRES PARTAGES

**ATELIER DE
DÉVELOPPEMENT LOCAL
SOCIAL**

Adultes

Tous niveaux
Lundi 14:00-16:00
📍 **Albertine Sarrazin**
Montpellier centre

ATELIER MÉMOIRE

Séniors, à partir de 55 ans

Tous niveaux
Lundi 10:30-11:30
Activité gratuite avec la carte
MPT

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

Séniors, à partir de 60 ans

Tous niveaux
Vendredi 10:00-12:00

📍 **Marie Curie**
Mosson

**GROUPE DE PAROLE
AMTIS**

Tout public

Tous niveaux
Lundi 14:30-16:00,
Jeudi 10:00-11:30

📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

**GROUPE DE PAROLE
TND (TROUBLE DU
NEURODÉVELOPPEMENT)**

Tout public, à partir de 16 ans

Tous niveaux
Mardi 19:00-21:30
1 fois par mois

📍 **Frida Kahlo**
Port Marianne

**MARHBA (MOMENTS
AUTONOMES ET
RÉGULIERS DES
HABITANTS, BIEN-ÊTRE
ET AGORA)**

Tout public

Tous niveaux
Vendredi 12:30-17:00

📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

**MÉDIATION
ADMINISTRATIVE
ET SOCIALE**

Tout public

Tous niveaux
Mardi 09:00-12:00,
Vendredi 09:00-12:00,
14:00-17:00

📍 **François Villon**
Les Cévennes

MÉTABOLISME ET DIABÈTE

Adultes, à partir de 18 ans

Tous niveaux

Jeu­di 12:00-14:00,

Ven­dredi 12:00-14:00

📍 **Georges Brassens**

Mosson

TEMPS DE RENCONTRE ET DE CONVIVIALITÉ

Tout public

Tous niveaux

Ven­dredi 14:00-18:00, 20:00-

23:00,

Dimanche 08:00-18:00

📍 **Marcel Pagnol**

Les Cévennes

PARENTALITÉ

CAFÉ DES PARENTS

Adultes

Tous niveaux

Mardi 15:00-16:30

1 rendez-vous par mois

selon planning

📍 **Marie Curie**

Mosson

Adultes

Tous niveaux

Lundi 09:30-11:30

1 lundi par mois

📍 **François Villon**

Les Cévennes

PARENTS RELAIS - ACCUEILLIR, INFORMER, ACCOMPAGNER

Adultes

Tous niveaux

Mer­credi 14:00-17:30

📍 **Léo Lagrange**

Mosson



ACTIVITÉS TECHNOLO- GIE DE L'INFORMATION, SCIENCES ET DIVERS

EXPÉRIENCES SCIENTIFIQUES

INFORMATIQUE, INTERNET

EXPÉRIENCES SCIENTIFIQUES

CLUB SCIENCES

Enfants

Tous niveaux
Mardi 17:00-18:30
📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Enfants, adolescents, de 8 à 12 ans

Tous niveaux
Mercredi 14:00-15:30
📍 **L'Escoutaire**
Près d'Arènes

Enfants, de 8 à 12 ans

Niveau élémentaire
Mercredi 10:30-12:00
Primaire sauf CP
📍 **François Villon**
Les Cévennes

Enfants, de 8 à 12 ans

Tous niveaux
Mercredi 10:30-12:00
📍 **Léo Lagrange**
Mosson

INFORMATIQUE, INTERNET

ATELIER DE SOUTIEN NUMÉRIQUE

Séniors

Niveaux intermédiaire et confirmé
Vendredi 10:45-11:45
Session de 10 séances
📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

Séniors

Niveaux débutant et intermédiaire
Vendredi 09:30-10:30
Session de 10 séances
📍 **Marcel Pagnol**
Les Cévennes

ATELIER D'INITIATION À LA PROGRAMMATION ET CRÉATION DE JEUX VIDÉO

Enfants, de 8 à 10 ans

Niveau intermédiaire
Mercredi 11:00-12:00
📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Enfants, de 8 à 10 ans

Niveau débutant
Mercredi 10:00-11:00
📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

ATELIER NUMÉRIQUE (INFORMATIQUE, ORDINATEUR PC ET PORTABLE, IA)

Séniors

Niveau débutant
Lundi 09:30-10:30
📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

Séniors

Niveaux intermédiaire et confirmé
Lundi 10:45-11:45
📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

IA, CRÉATIVITÉ ET CITOYENNETÉ NUMÉRIQUE

Adolescents, de 12 à 17 ans

Niveau débutant
Mercredi 16:00-17:00
📍 **Albert Camus**
Croix d'Argent

INFORMATIQUE ET INTERNET

Tout public

Tous niveaux
Sur rendez-vous
📍 **Rosa-Lee Parks**
Hôpitaux Facultés

INITIATION AUX JEUX VIDÉO ET À LA PROGRAMMATION IA

Adolescents, de 12 à 16 ans

Tous niveaux
Mercredi 13:30-14:30
📍 **Voltaire**
Montpellier centre

AGENDA CULTUREL DES MAISONS POUR TOUS



FESTIVALS :

H2M : spectacles de rue

Art2Rue : street art, danse, graff

Sand pour Sand danse : dédié à la danse dans toutes ses composantes

De fil en aiguille : ateliers couture, défilés des créateurs, puce des couturières

Place Oh Z'arts : concerts, théâtre, danse, exposition

La souris verte, Cella'Marmaille, À petits pas : spectacles, ateliers découvertes, cinéma et expériences sensorielles pour les 0-6 ans

DISPOSITIFS :

- **Les Rencontres artistiques** : sorties culturelles, ateliers, médiation avec les artistes en résonance avec l'actualité du territoire
- **Le labo – Révélateurs de talents** : studio de musique – accompagnement de projet musical
- **Philo Dôme** : abordez la philosophie de manière ludique et accessible pour favoriser le questionnement, l'expression et le dialogue dès le plus jeune âge.



Cinéma Louis Feuillade

ET AUSSI...

Tout au long de la saison, profitez des programmations du Théâtre Gérard Philipe et du Cinéma/Théâtre Louis Feuillade au sein du réseau Maison pour tous



Retrouvez l'ensemble des activités, stages, programmations, événements sur le site des Maisons pour tous

PÔLE SOLIDARITÉS

Maison de la Démocratie
16 rue de la République
34000 Montpellier

Service des Maisons pour tous

Tél. 04 67 34 88 00
service-MPT@montpellier.fr



SUNCHAM Montpellier - Direction de la Communication - 08/2026 - Photos : Shutterstock, unsplash, Magillio, Pexels, Ville de Montpellier