

ACTIVITES ADULTES

Ateliers d'arts visuels

Proposés par Elodie Cariou, artiste plasticienne et professeure d'arts. Plusieurs ateliers pour les jeunes et les adultes cette année encore :

*Aquarelle : approche progressive et créative de cette technique. Pour débutants et personnes ayant déjà une pratique artistique.

*Dessin d'observation débutant : initiation aux techniques de base, développement de la créativité.

*Gravure sur linoléum : atelier accessible à tous, une manière simple et concrète d'aborder l'estampe en découvrant un savoir-faire artisanal alliant dessin, geste et expérimentation. Séances de 3 heures par mois :

le lundi de 13 h 30 à 16 h 30 - 180 € pour l'année.

*Céramique : design d'objets en céramique.

Séances de 2 h par mois

le mardi de 18 h à 20 h - 180 € plus matériel et cuisson (70 € échelonnés sur l'année)

*Sculpture : 3 h/mois, **le samedi de 9 h à 12 h - 250 €/an.**

*Arts plastiques : 3 h/mois, **le samedi de 14 h à 17 h - 180 €/an.**

Adhésion : 15 €

Le planning complet avec les dates des séances sera consultable le jour du Forum des associations

Des informations supplémentaires sur chaque activité seront données par les animateurs lors du

Forum des Associations de Locronan

Samedi 5 septembre 2026

De 10 h à 13 h - Espace Ti Lokorn



Au cours de l'année, pas d'activité les jours fériés ni durant les vacances scolaires.

Pour toute inscription, l'adhésion à l'association (annuelle et familiale) est obligatoire : 15 €.

Les cotisations sont perçues pour 30 séances, de septembre à juin, sauf mention contraire. Possibilité de régler en 3 fois (selon activité). Aucun remboursement ne sera effectué sauf cas de force majeure. **Une remise de 50 % est appliquée sur une activité pour le 2^e enfant inscrit.**

Retrouvez nos événements tout au long de l'année sur

www.tiarsonj.fr

tiarsonj@gmail.com - Tél : 07 68 23 59 53 - Facebook



Passeur de lien social et culturel depuis 1994



ACTIVITES ENFANTS-ADO

Hip-hop

Cours de danse hip-hop avec la Hip-hop New School de Quimper.

Construits de manière ludique, ces cours ont pour objectif l'acquisition des fondamentaux du hip-hop (debout et au sol). Ils abordent notamment les notions d'espace et de musique à travers différentes esthétiques : le pop, le lock, le hip-hop et le break.

Les élèves sont ainsi amenés progressivement à s'exprimer et s'épanouir en dansant.

Mercredi de 15 h 15 à 16 h 15

Ouverts aux débutants à partir de 8 ans

245 € + Adhésion Ti ar Soñj : 15 €

Guitare

Ti ar Soñj propose des cours de guitare collectifs par niveau (3 à 4 personnes) animés par Guillaume Feuillet, guitariste de métier (*The Beanshakers, Honeymen, Doo the Doo...*).

Envie de découvrir la guitare ou de se perfectionner ? L'approche est ludique et immersive et basée sur l'apprentissage de morceaux.

Mercredi à partir de 17 h 30

Cours ouverts à tous, débutants ou confirmés, à partir de 10 ans

245 € + Adhésion : 15 €

Arts plastiques enfants et ado

*Arts plastiques : un mercredi par mois pour les 6-10 ans (max 10 participants).

*Dessin : un mercredi par mois pour les 12/16 ans (max 10 participants).

10 séances - **120 € + Adhésion : 15 €**

Club d'écriture

Les animateurs de ce club peuvent en être les participants, volontaires à leur gré. Ce groupe est motivé par l'envie d'écrire. Sur soi, sur le monde, sur les choses de la vie et du quotidien. Les sujets proposés s'inspirent de littérature, de chansons, de poésie, d'images.

Le 1^{er} samedi du mois de 14 h à 17 h

12 personnes max. **Adhésion seule : 15 €**

Taï Chi Chuan

Le Taï Chi Chuan, d'origine ancestrale chinoise est un ensemble de mouvements lents et circulaires qui favorise la respiration, la concentration, le renforcement musculaire sans force (gymnastique énergétique) dans la recherche d'harmonie entre le corps et l'esprit.

Cette méditation en mouvement est aussi un art martial dont les applications (facultatifs) construisent des attitudes et des gestes d'autodéfense. Deux formules sont proposées :

Jeudi, de 18 h à 19 h 10, pour débutants (animé par Isabelle)

Jeudi, de 19 h 15 à 20 h 15, pour les déjà initiés (séance auto-animée par les participants)

Dimanche, de 11 h à 12 h 30, pour les initiés (animé par Isabelle)

Adhésion seule : 15 €

Yoga

Cette année, le cours de yoga sera animé par Benjamin.

« Bien que le Hatha yoga soit ma pratique principale, je continue à me former régulièrement, convaincu que le chemin du yoga est un apprentissage sans fin »

Hatha flow : raspi relax, Pranayama, yoga Nidra, méditation.

Le lundi de 11 h à 12 h 30

300 € pour 30 séances + Adhésion : 15 €

Plus d'informations sur namoyoga.fr

ACTIVITES ADULTES

Breton

L'association Mervent propose une cinquantaine de cours de breton « loisir » dans une vingtaine de communes de Cornouaille, en partenariat avec des structures locales ou des associations culturelles bretonnes. Chaque semaine sont proposés, par des enseignants compétents, des cours loisirs pour adultes de différents niveaux.

Le Jeudi

Niveau 5 : de 19 h à 20 h 15 : 270 €

Niveau 1 : de 20 h 15 à 21 h 45 : 270 €

(Sous réserve d'un nombre minimum de 5 participants)

Adhésion : 15 €

Club d'œnologie

Apprendre le vin tout simplement, sans « chichi » et dans la bonne humeur. Les séances sont animées par des passionnés d'œnologie...

Un vendredi par mois à 19 h

Adhésion seule : 15 €

+ partage du coût des vins étudiés durant la séance

Guitare

Ti ar Soñj propose des cours de guitare collectifs par niveau (3 à 4 personnes) animés par Guillaume Feuillet, guitariste de métier (*The Beanshakers, Honeymen, Doo the Doo...*).

Envie de découvrir la guitare ou de se perfectionner ? L'approche est ludique et immersive et basée sur l'apprentissage de morceaux.

Mercredi à partir de 17 h 30

Cours ouverts à tous, débutants ou confirmés, à partir de 10 ans

245 € + Adhésion : 15 €

Bridge

Le Bridge développe des capacités de mémoire, de réflexion et participe au lien social, comme tous les jeux. Les seniors sont attentifs à ces aspects.

Ti ar Soñj propose des cours et des parties libres, sans esprit de compétition.

Mardi de 14 h à 17 h 30

Adhésion seule : 15 €

ACTIVITES ADULTES

Tarot

Initiation au tarot en se référant aux règles de la Fédération Française de Tarot (valeur des cartes, enchères, comptage des points...)

La convivialité restant la base de cette activité.

Lundi de 14 h 30 à 17 h 30 - 15 € + Adhésion 15 €