





SOMMAIRE

L'ASSOCIATION 4

LA VIE DU PÔLE 9 5

PETITE ENFANCE 5

ENFANCE 6

FAMILLE 7

LUDOPÔLE 9 9

JEUNESSE 10

VIE DE QUARTIER & DÉVELOPPEMENT DURABLE 12

CULTURE & TEMPS FORTS 14

ACTIVITÉS 16

Pour les tout petits ~ 1-7 ans

Eveil cirque / Cirque	p.20
Initiation danse	p.21
Judo / Karaté	p.22
Baby gym / éveil gymnique	p.23

Pour les enfants ~ 6-10 ans

Dessin / Peinture / Terre	p.16
Dessin BD / Mangas / Illustrations	p.16
Petit architecte	p.17
Chorale enfants	p.18
Chant	p.18
Piano / Basse	p.19
Batterie / Guitare	p.19
Théâtre	p.20
Cirque / Acro-mouvement	p.20
Hip Hop	p.21
Modern' Jazz / Contemporain	p.21
Judo / Karaté	p.22

Pour les jeunes ~ 11-15 ans

Dessin / Peinture / Terre	p.16
Dessin BD / Mangas / Illustrations	p.16
Petit architecte	p.17
Chant	p.18
Handpan	p.18
Piano / Basse	p.19
Batterie / Guitare	p.19
Groupes encadrés - musiques actuelles	p.19
Accueil de groupes autonomes	p.19
Théâtre / Théâtre impro	p.20
Cirque / Acro-mouvement	p.20
Hip Hop	p.21
Modern' Jazz / Contemporain	p.21
Judo / Karaté	p.22
Karaté Self Défense / Full Contact	p.22

Pour les jeunes et adultes 16 ans et +

Dessin / Peinture / Terre	p.16
Photo / Ateliers & stages	p.17
Ateliers Couture	p.17
Chorale / Chant	p.18
Handpan	p.18
Piano / Basse	p.19
Batterie / Guitare	p.19
Groupes encadrés - musiques actuelles	p.19
Accueil de groupes autonomes	p.19
Théâtre / Théâtre impro	p.20
Cirque Acro-mouvement	p.20
Modern' Jazz / Contemporain	p.21
Karaté / Karaté Self Défense / Full Contact	p.22
Fitness	p.23
Stretching	p.23
Renforcement musculaire	p.23
Pilates	p.24
Qi Gong	p.24
Yoga hatha	p.24
Yoga vinyasa	p.25
Yin yoga / Yoga hatha doux	p.25
Initiation Shiatsu	p.25
Activité axée santé pour se maintenir en forme	p.25
Anglais	p.26
Badminton	p.26
Club informatique	p.26

INFOS / INSCRIPTION 27

TARIFS 28

LES PARTENAIRES DU PÔLE 9 30

INFOS PRATIQUES ET ACCÈS 31

L'ASSOCIATION

Le Pôle 9 est une association
d'éducation populaire.

L'éducation populaire aide à comprendre
le monde et à agir.

Tout le monde peut participer. Chacun peut donner
son avis et partager ce qu'il sait.

On apprend des autres et avec les autres.

L'éducation populaire, c'est apprendre ensemble.



Les bénévoles

Ils s'appellent Victor, Sandrine, Madeleine, Junior, Laurence, Brigitte, Titem, Geneviève, ou Danielle.

Ils sont une centaine de bénévoles impliqués pour faire vivre l'association, ponctuellement et/ou de façon régulière.

Tous proposent, participent, organisent des actions, apprennent les uns des autres et participent à **dynamiser la vie du quartier.**

Devenez bénévole !

Vous avez une heure, une soirée, ou une journée à partager de façon récurrente ou exceptionnellement ? Vous avez des idées pour le quartier et vous voulez les partager ?

Vous pouvez venir nous épauler un peu, beaucoup, passionnément. Les Dimanches de l'Île Barbe, les bourses, les concerts du Pôle musique et pleins d'autres événements ne fonctionneraient pas sans vous.

Rejoignez-nous en vous manifestant à l'accueil du Pôle 9 !

LA VIE DU PÔLE 9

PETITE ENFANCE

La Crèche du Pôle 9

L'équipe de la crèche du Pôle 9 accueille les enfants de 10 semaines à 4 ans du lundi au vendredi de 8h/17h30. Elle s'appuie sur un projet pédagogique répondant à leurs besoins.

Des activités variées

Des activités d'éveil sont proposées aux enfants **en fonction de leur âge**, de leurs désirs et de leurs besoins : ateliers terre, peinture, pâtisserie... Plusieurs sorties sont prévues afin de **faire découvrir le quartier** aux enfants : bibliothèque, école.

Faire découvrir le monde grâce à nos partenariats locaux

Des temps festifs sont organisés en fonction des saisons et de l'actualité comme le carnaval, le spectacle de décembre pour les enfants et leurs parents, ou la fête de fin d'année.

Des ateliers d'éveil corporel « babygym » sont proposés régulièrement aux plus grands de la crèche en partenariat avec Lyon GR.

Des rencontres intergénérationnelles sont organisées avec le club senior autour d'un goûter et d'une activité.

L'équipe de la crèche planifie une **collecte de produits de puériculture** en partenariat avec les « Bébés du cœur ».

Un bénévole de l'association « Lire et faire lire » vient faire **la lecture aux enfants** tous les mois.

En fin d'année, pour les enfants qui partent à l'école, l'équipe organise des « **temps passerelles** » avec les trois écoles du quartier afin de faciliter leur intégration en septembre.



Pour les parents

En novembre, une réunion de rentrée est organisée.

Des « cafés des parents » sont proposés plusieurs fois dans l'année. Ces temps leur permettent de **se rencontrer, partager leur expérience** et échanger de manière privilégiée avec les membres de l'équipe.

Infos pratiques : Vous avez besoin d'un accueil de 20h par semaine ou plus, contactez le point PAIPE de la mairie du 9^e par téléphone au 04 72 19 81 98 ou 04 72 10 54 76 ou par email : ma9.paipe@mairie-lyon.fr

Vous avez besoin de moins de 20h par semaine, contactez directement la directrice de la crèche Nadège Saenz au 04 78 83 22 78



Le Cocon 9, un lieu dédié à la parentalité

Ce lieu d'accueil enfants/parents (LAEP) est gratuit et ouvert aux parents et leurs enfants de moins de 4 ans.

Quatre professionnels du Pôle 9 sont à l'écoute de leurs besoins et des questions rencontrées dans leur rôle de parents.

Ecoute, rencontre, socialisation et jeux adaptés pour les enfants sont les principes de ce nouveau lieu.

Infos pratiques : tous les mardis matin de 9h à 12h.
Réouverture le 8 septembre 2026
Renseignement auprès de Isabelle : 07 82 05 62 70
Annexe du Pôle 9 - PIH - 27 rue Albert Falsan - 69009 Lyon

ENFANCE

Les temps périscolaires

Le Pôle 9 encadre les temps périscolaires **comprenant la pause méridienne de 12h-14h05 et les temps PEPS du soir (16h45 - 18h30) sur 3 écoles**, Alphonse Daudet, Frédéric Mistral et Les Grillons. Une équipe d'animation propose dans le cadre du Projet Educatif de Territoire ainsi que dans le cadre du projet social de la structure des activités éducatives, ludiques, de loisirs afin de favoriser l'épanouissement, la prise de décision, le vivre ensemble, la découverte et ainsi favoriser le bien-être des enfants et la mixité des publics des 3 écoles.

Infos pratiques

Alexandre Zanni / École Frédéric Mistral - 06 15 65 76 74
Matel Ba Gradel / École Alphonse Daudet - 06 99 12 83 57
Direction de l'accueil périscolaire / École Les Grillons - 07 63 50 33 01



FAMILLE

Ateliers parents-enfants

Parce qu'il est parfois plus facile d'être en petit groupe, il est proposé aux enfants accompagnés de leurs parents de se retrouver au Pôle 9 ou à l'extérieur.

Un temps de rencontre, d'échange et de partage dans un climat de convivialité autour de sorties (marche, théâtre, musée), d'ateliers (cuisine, créatifs, bricolage, etc).

Programmation réalisée trimestriellement pour s'adapter aux demandes des familles et à l'actualité.

Calendrier à demander à l'accueil. Sur inscription, à partir d'un an jusqu'à 10 ans (en fonction des activités).

Pendant les vacances scolaires des animations sont proposées. Se renseigner à l'accueil avant chaque période.

Contact : Référente famille, 06 52 86 20 58 - Animatrice famille, Isabelle Blasquez / 07 82 05 62 70

Les ateliers socio-linguistiques

Des ateliers où l'on **apprend la langue française orale et écrite ainsi que les codes et savoirs socioculturels** en vue de les utiliser dans différents contextes (social, professionnel). L'année est ponctuée par de nombreux événements (sorties, visites, repas partagés, ateliers de théâtre, de cuisine...) pour découvrir les environs, s'ouvrir aux autres, partager sa culture, se faire plaisir, prendre confiance en soi et parler français autrement. L'équipe a été formée à **l'approche Gattegno**, une pédagogie ludique et créative qui prend en compte la différence de chaque individu dans ses capacités d'apprentissage.

Infos pratiques : tous les mardis, jeudis et vendredis de 9h à 11h

Contact : Référente famille, 06 52 86 20 58



Le Point Initiatives Habitants au Vergoin

Lieu d'échanges, d'écoute et d'accès aux droits, les habitants sont reçus pour leurs démarches administratives, la mise en lien et l'orientation auprès des organismes du droit commun. **Le PIH est aussi un lieu privilégié pour les rencontres et les initiatives habitantes** avec des temps d'information sur différents domaines de la vie quotidienne (santé, alimentation, droit, emploi, logement...) avec les partenaires institutionnels et locaux. Nous vous proposons des **ateliers thématiques** en fonction de vos besoins et envies.

Infos pratiques : Les vendredis matin de 8h30 à 11h30 (hors vacances scolaires) à l'annexe du Pôle 9
27 rue Albert Falsan - 69009 Lyon

Contact : Référente famille, 06 52 86 20 58

Lieu d'Accueil Parents à l'école Alphonse Daudet

En lien avec la direction du groupe scolaire, ce dispositif fait partie du projet d'école. **Un espace convivial dédié aux parents**, où ils peuvent échanger sur des thèmes en lien avec l'éducation de leurs enfants (scolarité, budget, loisirs, échange sur les problématiques enfants/parents...).

Des professionnels peuvent intervenir sur des thématiques repérées par l'équipe du LAP.

Le Lieu Accueil Parents est un lieu d'échanges, de rencontres, de réflexion et d'information visant à favoriser le lien familles/écoles.

Infos pratiques : à l'annexe du Pôle 9

27 rue Albert Falsan - 69009 Lyon

(en raison des travaux sur l'école)

Contact : Référente famille, 06 52 86 20 58

Les conférences autour de la parentalité

Le Pôle 9 propose des soirées gratuites dans l'année. Certaines sont en partenariat avec le relais d'assistantes maternelles « Baby' Duch ».

Des spécialistes sont invités pour aborder les problématiques rencontrées par les parents (l'enfant et les écrans, le sommeil, l'alimentation, l'autorité parentale...), 2 à 3 fois par an.

Le Club Seniors

Le Pôle 9 propose à nos seniors de se rencontrer lors de **temps conviviaux et stimulants** autour de jeux de société, d'échanges, de repas, de sorties et de rencontres intergénérationnelles...

Infos pratiques : tous les mardis de 14h à 17h hors vacances scolaires

Animé par Isabelle Animatrice Famille et Adrienne Canard, bénévole

Contact : Animatrice famille, Isabelle Blasquez / 07 82 05 62 70

Les sorties familiales

Le Pôle 9 organise tout au long de l'année des sorties en famille. Il s'agit de **temps conviviaux à partager entre parents et enfants** dans un cadre dépayssant.

Infos pratiques : tarifs en fonction du quotient familial
6 à 8 sorties familiales dans l'année sur les mercredis et les samedis

Spectacle et goûter solidaire

Le Pôle 9, en partenariat avec "St-Rambert Solidarité", organise **un spectacle pour toute la famille suivi d'un goûter, un vrai temps convivial de fin d'année.**

Événement à caractère social et solidaire, il est organisé grâce à l'aide de bénévoles.

Pour organiser cet événement, nos équipes ont besoin de renfort !!

Contact :

Référente famille, 06 52 86 20 58 -
Animatrice famille, Isabelle Blasquez /
07 82 05 62 70



Les bourses

Les bourses permettent de **vendre et d'acheter des produits à petits prix** dans une logique d'entraide sociale de proximité. Ces événements fonctionnent avec la participation de bénévoles.

L'adhésion au Pôle 9 est obligatoire pour déposer et vendre.

Pour organiser cet événement, nos équipes ont besoin de renfort !!

Infos pratiques :

Bourse aux vêtements et objets de puériculture

du jeudi 8 au samedi 11 octobre 2026

Bourse aux jouets

Dates à venir : novembre 2026

Contact :

Animatrice famille, Isabelle Blasquez / 07 82 05 62 70



LUDOPÔLE 9

Une ludothèque de proximité !

Depuis février 2023 le Pôle 9 vous propose une ludothèque fixe au sein de nos locaux.

La ludothèque est un lieu privilégié d'échanges et de rencontres entièrement dédié au jeu. Elle est animée par une ludothécaire qui vous accueille dans un espace aménagé pour jouer et qui vous conseille et accompagne dans les différentes propositions et animations. **La ludothèque compte un fond de 600 pièces entre jeux et jouet destinés à tous les âges.** Vous y trouverez des jeux de société, de jeux de construction, des déguisements, des figurines, prêts à être joués sur place ou à être empruntés.

Pour venir jouer sur place et partager

Mercredi 9h-12h et 14h-18h

Jeudi 16h30 – 18h30 - Nouveauté !

Samedi 9h-13h

Pendant les vacances scolaires (Toussaints, Hiver, Printemps) :

Ouverture 1 semaine sur 2

Ouvert à toutes et tous adhérents au Pôle 9, les enfants doivent être accompagnés par un adulte !



Mais le LudoPôle, c'est aussi

- **le Mikado – une ludothèque XXL** installée dans notre salle de spectacle, pour en profiter à plusieurs. Un événement où adultes, enfants et jeunes peuvent partager un moment de plaisir ludique dans un **grand espace de convivialité, gratuit** pour les adhérent.e.s et sur demande pour les associations.

De 9h à 12h Nouveauté ! et 14h à 18h, un mercredi par période scolaire

En 2026 > 30 septembre ; 09 décembre

En 2027 > 10 février ; 07 avril ; 09 juin

- **des soirées jeux, des ateliers *fabrik'à jeux*, des animations hors les murs** (bibliothèque, écoles du quartier, associations), des rdvs tout au long de l'année lors des **événements** du Pôle 9 (Carnaval de Saint Rambert, Dimanches de l'Îles Barbe, Halloween, mercredis de l'été...).

Plus d'info à l'accueil et/ou letizia.paoletti@pole9.fr

Prêt de jeux et jouets

La Ludothèque met à disposition une sélection de plus de 400 jeux de société de son fond pour être empruntés et joués à la maison.

Le temps d'un weekend entre ami.es ou une semaine en famille, le LudoPôle vous en offre pour tous les goûts, plusieurs modalités possibles

- Pour les passionné.e.s > **un abonnement à 30 €/an** donnant droit à 2 jeux de société pour 3 semaines
- Pour vos fêtes, anniversaires et événements > un service de **prêt ponctuel des gros jeux en bois/ le temps d'un weekend** (tarif entre 10€ – 15€ et devis sur demande à letizia.paoletti@pole9.fr)

Catalogues consultables sur place et en ligne sur <https://www.myludo.fr/#!/profil/ludopole9-61127>



JEUNESSE

Accompagnement à la scolarité collégiens

Un accompagnement global est proposé aux collégiens **avec des séances de soutien scolaire, méthodologie et organisation** ainsi que des ateliers de culture générale (jeux, documentaires, débats).

2 séances obligatoires les lundis et les jeudis de 17h30 à 19h

Ces ateliers sont encadrés par des professionnels et bénévoles.

Des temps spécifiques autour de l'orientation et de la préparation au Brevet des Collèges sont aussi prévus durant l'année en fonction des besoins des jeunes.

Un accompagnement à la parentalité permet de faire le lien avec le jeune et sa famille à travers la scolarité.

Infos pratiques : Responsable secteur jeunes, Amandine Pabion / 07 69 87 53 20

Les chantiers Jeunes

Destinés à **soutenir les jeunes de 14 à 18 ans financièrement dans leurs projets** (permis de conduire, BAFA, loisirs, projets vacances...) en contrepartie d'un **travail d'utilité publique** : chantier de solidarité, de prévention, de rénovation, d'entretien, événementiel, action éco-citoyenne. Ils apportent une ouverture sur le monde du travail, mais aussi des savoir être et des savoir faire.

Infos pratiques : Coordinatrice enfance-jeunesse, Charlotte Bec / 06 95 59 05 13



L'accueil de proximité

Le Pôle jeunes reçoit **les jeunes de 15 ans et plus tout au long de l'année.**

Pendant les vacances scolaires, retrouvez les animateurs à la chaufferie du Vergoin ou au Pôle 9 pour :

- **Des soirées thématiques** (soirée tropicale, soirée jeux, soirée ciné etc...)
- **Organiser et participer à des activités** (concerts, sorties au lac, sortie culturelle de loisirs ou sportives)
- **Monter des projets de départs en vacances** (séjour mer ou montagne)

Hors vacances scolaires:

Le pôle jeunes reçoit les jeunes au local du Vergoin dès 10 ans **le mercredi après midi de 15h30 à 18h et le vendredi de 18h à 22h.**

Retrouvez les animateurs pour une pause dans la semaine (accueil libre autour du babyfoot, jeux de société, consoles de jeux, repas partagés etc...) ou pour des questions en lien avec votre orientation. Accompagnement à la rédaction de CV et lettre de motivation, recherche de stage, accompagnement BAFA etc...

Infos pratiques :

Infos pratiques : mercredi de 15h30 à 18h00 et vendredi de 17h à 22h.

Responsable secteur jeunes, Amandine Pabion / 07 69 87 53 20
Coordinatrice enfance-jeunesse, Charlotte Bec / 06 95 59 05 13

Plus d'infos sur Snapchat : jeunes-mjc





Accueil de loisirs vacances 10/12 ans primaire - 13/15 ans collège

Proposition d'un **programme d'activités de loisirs**, sur place ou en sortie, pour chaque tranche d'âge durant les périodes de vacances.

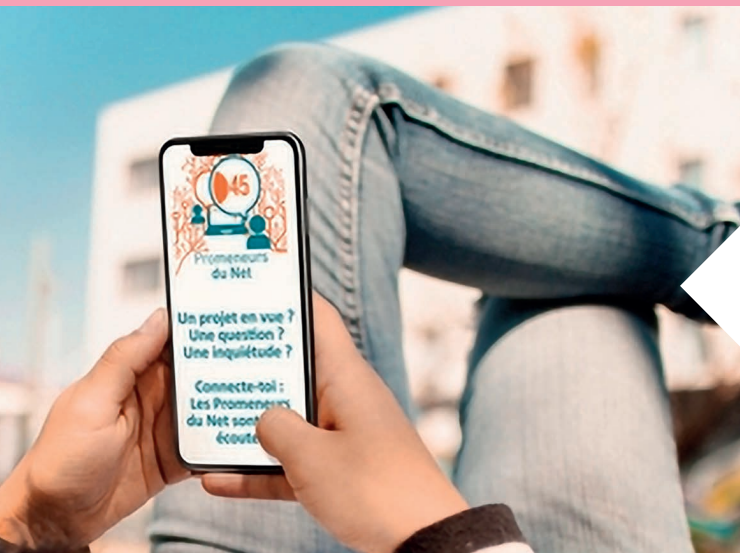
Les inscriptions se déroulent 3 semaines avant chaque période de vacances au Pôle 9. Tarifs indexés selon quotient familial.

Infos pratiques : Directeur de l'accueil de loisirs Jeunesse, Dan Nguyen, 06 98 75 19 31

Séjours de Vacances

Durant l'année **2 à 4 séjours** seront organisés avec et pour les Jeunes.

Infos pratiques à l'accueil du Pôle 9



Promeneur et promeneuse du net : une présence éducative sur le net

Créer, maintenir le lien, écouter, conseiller, soutenir : les Promeneurs du Net, **c'est une autre manière d'être en relation avec les jeunes sur Internet.**

Accompagnement des initiatives, du volontariat et du bénévolat jeunes

Un projet ? une idée ? Envie de mettre en place une initiative au sein de ton quartier ? ou même plus loin ? ou à l'étranger ?

Besoin de renseignements sur **le service civique ou bien le bénévolat ?**

Viens rencontrer les animateurs.trices à la Chaufferie du Vergoin **pendant les horaires d'ouverture du Pôle jeunes.**

VIE DE QUARTIER & DÉVELOPPEMENT DURABLE

Animations de proximité

L'équipe du Pôle 9 intervient **au cœur des micro-quartiers de St-Rambert** et plus particulièrement à la **Chaufferie du Vergoin** et à la Dargoire.

Les contes au Vergoin : Une programmation de contes les mardis soirs sera mise en place pour les familles du quartier de février à juin.

Les mercredis de l'été : L'été, le Pôle 9 vous donne rendez-vous les mercredis en fin de journée sur les quartiers du Vergoin ou de la Dargoire.



Tricoté

Apprendre à tricoter **entre voisins/voisines ou en famille**, c'est possible. Les plus chevronné.es partageront leurs techniques avec les débutant.es. **Ceci n'est pas un cours de tricot. C'est un rendez-vous** toutes les 6 semaines en soirée ou après-midi, ouverte à toutes et à tous et **entièrement gratuite**.

Contact : Pascaline Charrin / 06 15 65 76 45 ou pascaline.charrin@pole9.fr

Forum des associations Lyon 9

Comme chaque année, venez nous retrouver lors du forum des associations de Lyon 9^e **le samedi 12 septembre, de 9h à 13h sur la Place Ferber.** (sortie du métro Valmy)



Agir ensemble pour une société plus écologique et solidaire

Envie de s'organiser entre voisins pour améliorer la vie ensemble ?

Nous vous aidons à monter des jardins partagés, composteurs, échanges de services entre voisins.

Sensibilisation à la nature et à la protection de la biodiversité.

Depuis 2023, un partenariat avec la Ligue pour la protection des oiseaux (LPO) s'étend dans le temps grâce au soutien financier de la Métropole de Lyon afin de programmer des sorties nature, des ateliers aménagement pour la faune sauvage, et des animations de sensibilisation au vivant.

La protection des martinets

Les martinets, ces oiseaux migrateurs extraordinaires qui nichent à St Rambert chaque printemps-été, ont été le point de départ de cette collaboration avec la LPO.

Des habitant-es font partie d'un groupe d'entraide pour veiller à sauver les oisillons qui tombent du nid pendant les périodes de forte chaleur. Cette année, les canicules de juin/juillet ont été très éprouvantes pour les jeunes martinets. Des habitants se sont mobilisés en faisant des rondes dans le quartier au pic des chutes, et **c'est 18 martinets qui ont été acheminés aux centres de soins** L'Hirondelle à Dardilly et Le Tétraz Libre à côté de Chambéry.

Deux ateliers de sensibilisation ont eu lieu à la Maison de l'Enfance fin juin avec deux classes de maternelles de l'Ecole A. Daudet.

Si vous voulez intégrer le groupe whatsapp scannez le QR suivant.



Partenariat avec la Ferme de Lyon et la Ferme Agriz à St Cyr

Des rencontres ont eu lieu ces dernières années avec les nouveaux exploitants de la Ferme de Lyon afin de mieux les connaître et comprendre leur fonctionnement. Un certain nombre d'ateliers d'aménagement pour la faune sauvage sont programmés par la LPO sur leurs terrains la saison prochaine.



Bar associatif

Le Pôle 9 propose un espace convivial pour boire un café, un thé, un jus, une bière ou un sirop !

Seul.e, en famille, entre voisin.es venez profiter de cet espace tenu par les habitant.e.s et associations locales!

Ouvertures en fonction de la mobilisation des habitants et des événements ponctuels.

Vous êtes un.e habitant.e qui veut **participer à la tenue du bar** ? Vous êtes une association qui veut s'impliquer ?

contactez Pascaline pascaline.charrin@pole9.fr

CULTURE & TEMPS FORTS



Les grands moments de fête du Pôle 9

En journée comme en soirée, venez nous retrouver autour de temps forts, tout au long de l'année.

Soirée Halloween, Carnaval de Saint-Rambert, Journée "Ensemble c'est tout", Assemblée Générale...

autant de rendez-vous à partager entre voisins, amis ou en famille.

Soirée St Rambert en scène

C'est une soirée où le talent des habitant.es est mis à l'honneur et où la curiosité, la découverte et la bienveillance sont de mise.

Chanson, danse, magie, humour... vous voulez participer ?

Pour plus d'infos, contactez : lola.charbonnier@pole9.fr



Les expositions du Pôle 9

Découvrez tout au long de l'année des expositions qui tour à tour **mettent en vedette des talents du quartier**, des artistes émergents, le travail des adhérents, ou proposent un éclairage sur des sujets de société.

Vous souhaitez exposer au Pôle 9 en exposition individuelle ou collective, découvrez sur notre site ou à l'accueil notre appel à exposition. Pour plus d'infos, contactez Pascaline Charrin pascaline.charrin@pole9.fr



Des spectacles pour le jeune public

Membre du Collectif Gones et Cie, le Pôle 9 élabore une programmation de spectacles vivants destinée aux enfants dès 6 mois et aux jeunes, sur les temps scolaires ainsi que les mercredis et samedis pour accueillir plus largement les familles de St Rambert. **Ces spectacles sont ouverts à tous les publics, on peut avoir envie de s'émerveiller à tout âge !**

Le collectif Gones et compagnies, c'est 13 MJC de la Métropole de Lyon qui proposent une offre accessible et de qualité de spectacles pour le jeune public, tout en soutenant et accompagnant les compagnies choisies.

A noter : **Après l'édition 2024 au Pôle 9 c'est au tour de la MPT des Rancy d'accueillir le festival Gones et compagnies** en février 2027 pour une journée dédiée aux familles et aux jeunes spectateurs. Pour les familles, possibilité d'assister à 3 spectacles jeune public, des ateliers et animations culturelles toute la journée.

<http://gones-et-compagnies.fr/>

Les résidences au Pôle 9, un soutien pour les compagnies

Le Pôle 9 met à disposition ses espaces à des compagnies de théâtre, cirque, ou groupes de musique professionnels ou amateurs.

Ils travaillent sur une courte période condensée qu'on appelle "résidence" ou à l'année pour faire mûrir leur création ou leur pratique. Ils seront amenés à partager leur création, leurs réflexions, ou leur engagement lors de temps spécifiques appelés "répétitions publiques" tout au long de l'année. **Retrouvez dès la rentrée les rendez-vous proposés par les artistes...**



Les Dimanches de l'Île Barbe - juillet 2027

Emblématique de l'identité du quartier de St-Rambert, il célèbre en fanfare la fin de la saison et le début des vacances **avec 9 spectacles gratuits dans un véritable écrin de verdure.** Il fédère une cinquantaine de bénévoles ; des énergies mises en commun pour un événement festif et familial où la culture se range dans la catégorie des bonheurs simples à partager.

LES ACTIVITÉS 2026 / 2027

Dessin BD / Mangas / Illustrations

Création d'un personnage original (histoire et caractéristiques), retranscrire les émotions, les proportions, mises en valeur du personnage. Découvrir et apprendre les étapes de création d'une BD, d'un manga et créer toute une mise en scène. Science fiction, fantasy... aucune limite ! Il ne reste plus qu'à prendre ton crayon et développer ta créativité. Ensemble, nous allons explorer, apprendre et surtout, nous amuser !

Maeva GRIBOUT, illustratrice spécialisée dans le secteur jeunesse

7 ans révolus / 10 ans
Mercredi de 14h à 15h30

11 / 15 ans
Mercredi de 15h30 à 17h

Tarif : F - Lieu : Pôle 9



Terre

Apprentissage des techniques de base de la céramique (modelage, colombin, plaque, estampage, patines : peinture, cire...)

Nathalie GUYOT, Diplômée des Beaux-Arts

A partir de 16 ans / Adultes
Lundi de 16h à 18h30
Mardi de 18h30 à 21h

Tarif : I - Lieu : Pôle 9

Dessin Peinture

Apprentissage des techniques de dessin et peinture (crayons croquis, pastels secs, pastels gras, encres, aquarelle, fusains, sanguines, peinture acrylique, peinture à l'huile...). Créations personnelles et collectives.

Nathalie GUYOT, Diplômée des Beaux-Arts

6 ans révolus / 10 ans
Mercredi de 14h à 15h30
Tarif : F - Lieu : Pôle 9

A partir de 16 ans / Adultes
Lundi de 14h à 16h
Tarif : H - Lieu : Pôle 9

Dessin peinture + Terre

Apprentissage des techniques de base de la céramique (modelage, colombin, plaque, estampage, patines : peinture, cire...). Apprentissage des techniques de dessin peinture (crayons croquis, encre, aquarelle, pastels, peinture acrylique, fusains). Créations personnelles et collectives.

Nathalie GUYOT, Diplômée des Beaux-Arts

7 ans révolus / 10 ans
Mercredi de 9h30 à 11h30
Tarif : H - Lieu : Pôle 9

7 ans révolus / 11 ans
Mercredi de 15h30 à 17h
Tarif : F - Lieu : Pôle 9

12 / 15 ans
Mercredi de 17h à 19h
Tarif : H - Lieu : Pôle 9

A partir de 16 ans / Adultes
Lundi de 18h30 à 21h
Tarif : I - Lieu : Pôle 9

Ateliers" Réussir ses photos"

Apprendre et améliorer sa pratique de la photo

C'est en regardant et en s'inspirant du travail de photographes célèbres que nous aborderons et apprendrons les techniques et l'art de la composition.

Atelier ouvert à toutes et tous, sans niveau prérequis ni type d'appareil obligatoire (possible avec un smartphone)

Henri BOURGEOIS - COSTA, Photographe

A partir de 16 ans / Adultes

1 jeudi par mois de 19h à 21h30 (10 séances)

Tarif : Réussir ses photos

Bon pied Bon Œil

Sorties photo et traitement de l'image.

Adhérents ayant suivi au moins 1 an un atelier photo auprès d'un photographe.

Activité auto-gérée / Un adhérent bénévole du groupe encadre cette activité.

Gisèle LANDOIN, Adhérente référente

Adultes

Mercredi de 17h30 à 19h30

Sortie 1 samedi matin par mois selon planning

Tarif : Bon pied bon oeil

Lieu : Pôle 9

Petit architecte

Atelier ludique et créatif pour explorer l'univers de l'architecture.

Plonge dans l'univers de l'architecture en explorant les formes, les espaces et les matériaux ! Au programme : maquettes, dessins, constructions, défis en équipe et grandes idées pour exprimer ta créativité en jouant les architectes le temps d'un atelier.

Iris JACQUARD, Architecte & Scénographe Indépendante

6 - 9 ans

Mercredi de 10h à 11h15 - **Tarif : D** - Lieu : Pôle 9

10 - 13 ans

Mercredi de 14h à 15h30 - **Tarif : F** - Lieu : Pôle 9



Atelier Couture

Découvrir le bonheur de réaliser soi-même mille merveilles en tissu. De la petite trousse à offrir à la jolie robe faite à ses mesures, grâce à des techniques fûtées et un parcours progressif, explorer son propre talent et sa créativité.

Corinne EKINDJIAN,
formation styliste modéliste patronnière

Adultes

Lundi de 19h à 21h30 ou mercredi de 18h30 à 21h ou jeudi de 9h30 à 12h ou jeudi de 14h à 16h30

Tarif : I - Lieu : Pôle 9

ATTENTION, 1 samedi par mois de 9h30 à 12h30 (10 séances) : 26 sept., 10 oct., 14 nov., 12 déc., 9 jan., 30 jan., 6 mars, 27 mars, 22 mai, 19 juin

Tarif : Couture samedi - Lieu : Pôle 9

Chorale enfants

★
NOUVEAU
★

Chanter, bouger, jouer avec sa voix et découvrir le plaisir de la musique en groupe dans une ambiance joyeuse ! À travers des jeux musicaux, des échauffements vocaux et corporels et l'apprentissage de chansons variées, les enfants explorent leur voix, développent leur écoute et apprennent à chanter ensemble. Les séances permettent d'aborder de façon ludique le rythme, la justesse, l'expressivité et la coordination.

Une petite représentation pourra être proposée à l'occasion des concerts du Pôle musique.

Raphaëlle BINAY

A partir de 7 ans / 10 ans

Mercredi de 11h à 11h45

Tarif : Chorale enfants - Lieu : Pôle 9



Chorale adultes

Cet atelier vous propose des chants polyphoniques variés, issus aussi bien de la tradition de différents pays que des musiques actuelles. Chantez en canons, en plusieurs voix harmonisées, utilisez des percussions corporelles, ... Découvrez également l'univers de l'improvisation vocale et des circlesongs pour une expérience à plusieurs voix basées sur des créations éphémères de groupe. Lecture musicale non requise (apprentissage par oreille, répétition et phonétique).

Raphaëlle BINAY

A partir de 16 ans / adultes

Mercredi de 19h15 à 20h45

Tarif : Chorale - Lieu : Pôle 9

Tarif : chorale + pratique instrumentale

si la personne est déjà inscrite à une pratique instrumentale

Les rendez-vous du Pôle Musique

Le Pôle Musique rassemble **les adhérents qui pratiquent une activité musicale toute l'année** au Pôle 9 et les animateurs-trices qui les accompagnent. Ils pratiquent un instrument, ils chantent, ils répètent chaque semaine avec leur groupe, ils sont en résidence au studio, ils proposent **plusieurs rendez-vous dans l'année à ne pas manquer** (concerts, stages...)

Apéro mix x Léthé musicale et EMSR : automne 2026

Concert des ateliers : samedi 30 janvier

Concert des groupes : samedi 10 avril

Soirée acoustique : mai 2027

Concert des ateliers : samedi 12 juin

Chant

Explorer, développer, maîtriser votre voix sur un répertoire de musiques actuelles en format solo, duo ou trio. Une approche pédagogique ludique et globale prenant en compte les 5 sphères de la voix : souffle (respiration, gestion du flux d'air), larynx (agilité, accolement des cordes vocales, mécanismes et registres laryngés), résonance (volume, couleur de voix), corps (posture, ancrage, détente), mental (gestion du stress, interprétation, fausses croyances du geste vocal).

Participation possible aux concerts du pôle musique pour monter sur scène en groupe.

Pratique collective, groupe de 2 personnes

Raphaëlle BINAY

A partir de 8 ans révolus - ados - adultes

Mardi de 17h à 21h ou mercredi de 14h à 19h

Tarif : Chant, batterie, basse, guitare, piano

Lieu : Pôle 9

Cours de handpan

★
Cours
bimensuel
★

Venez découvrir ou continuer de vous familiariser au handpan, un instrument peu commun, au son envoûtant.

Omar ZENATI, Certification en musicothérapie (en cours)

A partir de 12 ans / adultes

2 jeudis par mois de 19h à 21h (20 séances)

Tarif : Handpan - Lieu : Pôle 9



Groupes encadrés - musiques actuelles

Ces ateliers encadrés par un professionnel permettent de développer son jeu en groupe, l'écoute des autres, et de se produire lors de concerts. (minimum 2 ans de pratique instrumentale)

Florian ANKIERSKI, CEFEDM AURA

Julian OUDIN, D.E batterie - musiques actuelles

Florian PONCET, Musicien professionnel

Mineurs et majeurs : créneau de 1h30 (26 séances)

Lundi, mardi ou jeudi avec accompagnement régulier d'un professionnel

Tarif : Groupes encadrés

Si cumul avec instrument ou chant et/ou pour une inscription à un 2^e groupe :

Tarif : Groupes encadrés + pratique instrumentale

Lieu : Pôle 9



Accueil de groupes autonomes

Avoir un endroit pour répéter, et perfectionner son jeu en groupe. Organiser des concerts, performer sur scène et apprendre à s'enregistrer...

Responsables Matériel et studio Pôle Musique : Julian OUDIN, DEM Batterie / Musiques Actuelles - Florian PONCET, Musicien professionnel

Mineurs et majeurs : 1h30 entre lundi et vendredi (en fonction des dispos) 26 séances

Pour les majeurs : caution de 500 € par groupe

Tarif : Groupes autonomes pour chaque membre du groupe -

Lieu : Pôle 9

Piano (sur clavier)

Venez apprendre à jouer du piano de façon ludique et avec pour objectif le plaisir de jouer une chanson, un morceau issu du répertoire classique ou même le thème principal d'une musique de film ou de série. Vous ne savez pas lire les notes ? Ce n'est pas un problème ! Pratique collective, groupe de 2 personnes.

Maya MEJIA CAMACHO, pianiste, Licence et Master en Musique/Musicologie et Transmission

Débutants et Intermédiaires

A partir de 8 ans révolus / ados / adultes

Mercredi de 9h30 à 20h00

Jeudi de 16h à 20h

Tarif : Chant, batterie, basse, guitare, piano

Lieu : Pôle 9

Basse

Acquérir une technique solide et développer le sensoriel pour pouvoir jouer en groupe.

Pratique collective, groupe de 2 personnes.

Florian PONCET, Musicien professionnel

A partir de 8 ans révolus / ados / adultes

Lundi de 16h30 à 20h

Tarif : Chant, batterie, basse, guitare, piano

Lieu : Pôle 9

Batterie

Être capable de jouer, développer sa musicalité pour se faire rapidement plaisir et pouvoir jouer en groupe.

Pratique collective, groupe de 2 personnes.

Julian OUDIN, D.E batterie - musiques actuelles

A partir de 8 ans révolus / ados / adultes

Mardi de 16h à 20h30

Vendredi de 16h à 21h

Tarif : Chant, batterie, basse, guitare, piano

Lieu : Pôle 9

Guitare

Apprentissage de différentes techniques, à travers l'étude de morceaux choisis ensemble. Savoir manier l'instrument, devenir autonome et trouver à l'oreille des accords, et des solos.

Pratique collective, groupe de 2 personnes.

Florian ANKIERSKI, CEFEDM AURA

A partir de 8 ans révolus / ados / adultes

Mercredi de 11h à 20h

Jeudi de 17h30 à 21h45

Tarif : Chant, batterie, basse, guitare, piano

Lieu : Pôle 9

Initiation théâtre

Apprendre par le jeu : un cours ludique pour s'éveiller au théâtre, et prendre confiance en soi et dans les autres !

ALICE VIGNEAU, comédienne

6 ans révolus / 8 ans - Mercredi de 10h30 à 12h

Tarif : E - Lieu : École des Grillons

Théâtre

Apprendre, sans jamais oublier le plaisir du jeu : un cours ludique et bienveillant pour (re) découvrir le théâtre, et prendre confiance en soi et en les autres !

ALICE VIGNEAU, comédienne

8 ans révolus / 12 ans - Mercredi de 13h30 à 15h

Tarif : E - Lieu : École des Grillons

13 / 16 ans - Mercredi de 15h15 à 17h15

Tarif : G - Lieu : École des Grillons

Cirque Acro-mouvement

Technique acrobatique du cirque et acro-danse

Vous avez toujours rêvé de tenir sur les mains, de savoir rouler, tourner, sauter ? Vous aimez les sensations fortes, vous aimez vous défouler et contrôler votre corps dans toutes les situations ? Notre discipline qui mélange acrobatie et danse est faite pour vous. N'hésitez pas à venir faire un cours d'essai, vous risquez d'être mordu à jamais !

En partenariat avec «Le Tour du Monde en Galipette» École des Arts du Cirque et de la Danse

De 6 à 99 ans seul ou entre amis ou en famille !
Samedi de 10h30 à 12h, (excepté 1 fois par mois, le cours aura lieu de 11h à 12h30)

Tarif : E par personne

G pour le duo

Lieu : Pôle 9



Eveil cirque

Votre enfant va apprendre à développer sa perception de l'espace ainsi que sa tonicité en sécurité auprès de papa, maman ou bien la personne de votre choix ...

Compagnie En Piste avec Romano

3 ans révolus / 5 ans

Samedi de 9h30 à 10h30

Tarif : B - Lieu : Pôle 9



Cirque

Découvrez et initiez vous aux arts du cirque en découvrant le jonglage, les acrobaties et les équilibres sur objets...

Compagnie En Piste avec Romano

6 ans révolus / 8 ans : Samedi de 10h30 à 11h30

9 ans révolus / 12 ans : Samedi de 11h30 à 12h30

Tarif : B - Lieu : Pôle 9





Initiation danse

Cours ludique adapté aux jeunes enfants, où l'on apprend les bases de la danse à travers le jeu et la musicalité

Fiona LIPORACE, danseuse interprète et diplômée d'état en danse contemporaine

4 ans révolus / 6 ans

Mercredi 9h15 à 10h

Tarif : A - Lieu : Pôle 9

★
Nouvelle
animatrice
★

Modern' Jazz / Contemporain

Cours de perfectionnement de la danse Modern'Jazz. On y met en pratique sa technique, sa musicalité, et on continue d'explorer à travers les chorégraphies et la création

Fiona LIPORACE, danseuse interprète et diplômée d'état en danse contemporaine

7 ans révolus / 10 ans

Mercredi 10h à 11h

Tarif : B - Lieu : Pôle 9

★
Nouvelle
animatrice
★

Marie Julien, Danseuse interprète et professeure diplômée d'état

11 / 15 ans

Mardi de 18h à 19h15

A partir de 16 ans / adultes DEBUTANTS

Mardi de 19h15 à 20h30

A partir de 16 ans / adultes PERFECTIONNEMENT

Mardi de 20h30 à 21h45

Tarif : C - Lieu : Pôle 9

Hip Hop

L'activité a pour but de se sensibiliser aux techniques de danse en vue de se perfectionner et maîtriser des bases des danses urbaines qui composent le Hip-Hop (HYPE, Poppin, LOCK, BREAK DANSE).

Principalement de la danse debout mais aussi des fusions avec d'autres styles et ambiances artistiques telles que l'Afro et les danses latines qui sont à l'origine de la création du hip-hop. Avec quelques figures acrobatiques au sol très accessibles.

En utilisant des musiques originaire des cultures urbaines mais aussi des musiques plus actuelles et qui ne sont pas forcément originaire du beat hip-hop souvent utilisé.

Thierry CHANDLER, Danseur professionnel

7 ans révolus / 10 ans : Mercredi de 14h à 15h

11 ans révolus / 15 ans : Mercredi de 15h à 16h

Tarif : B - Lieu : Pôle 9



Judo

Art martial japonais pour les filles et les garçons, c'est un sport qui vise à développer la coordination, l'habileté et le respect de l'autre, par l'utilisation de l'énergie et le partage.

Erwan LEMAIRE, 5^e Dan - Diplôme d'État Judo

né en 2021 / 2022 (4 ans révolus) - Mercredi de 14h30 à 15h30

né en 2019 / 2020 - Mercredi de 15h30 à 16h30

né en 2017 / 2018 - Mercredi de 16h30 à 17h30

nés entre 2013 et 2016 - Mercredi de 17h30 à 18h30

Tarif : B + licence : 46 € avec assurance ou 43,8 € sans assurance

Lieu : Pôle 9



Karaté

Le karaté, c'est l'art de se défendre avec intelligence, tout en s'amusant et en apprenant la discipline.

Jérôme CASADEBAIG, 6^e Dan - Diplôme d'Instructeur Fédéral

6 ans révolus / 12 ans

Mardi de 18h à 19h et Jeudi de 18h à 19h

Tarif : G + licence 39 € avec assurance / 38,4 € sans assurance

A partir de 13 ans / Adultes

Mardi de 20h à 21h30 et jeudi de 19h à 20h30

Tarif : J + licence 39 € avec assurance / 38,4 € sans assurance

Lieu : Pôle 9

Karaté Self Défense

Permet de développer la maîtrise de soi, mobiliser ses ressources physiques et psychologiques pour faire face à certaines situations d'agressions.

Méthode dynamique et efficace de défense issue de l'expérience de la pratique du Karaté (percussions, action/réaction, mises en situation...)

Convient aux pratiquants souhaitant apprendre à se défendre rapidement sans contraintes techniques ni conventionnelles.

Jérôme CASADEBAIG, 6^e Dan - Diplôme d'Instructeur Fédéral

A partir de 13 ans / adultes

Mardi 19h à 20h

Tarif : B + licence 39 € avec assurance / 38,4 € sans assurance

Lieu : Pôle 9



Tabata

C'est un entraînement fractionné de haute intensité accessible à toutes et tous, évolutif et adapté en fonction de votre forme physique. Dans ce programme, nous allons travailler avec des exercices de poids du corps intégrant cardio et renforcement musculaire. Travail des muscles profonds de l'abdomen

Dorian FERRAUTO, coach sportif, licence STAPS Éducation et Motricité

A partir de 16 ans / adultes

Lundi de 20h à 21h15

Vendredi de 19h45 à 21h

Tarif : C - Lieu : Pôle 9

Baby gym

Activité pour apprendre à maîtriser son corps. La séance est composée d'un échauffement (différents modes de déplacement et appuis), un parcours gymnique, de la motricité fine (foulards, ballons...) et un retour au calme.

3 à 5 ans

Mercredi de 9h15 à 10h

Lieu : Pôle 9

Eveil gymnique

6 à 8 ans

Mercredi de 10h15 à 11h

Lieu : Pôle 9

Gymnastique acrobatique

Découverte des activités liées à la gymnastique permettant de favoriser l'éveil corporel et artistique des enfants.

9 à 11 ans

Mercredi de 11h15 à 12h15

Lieu : Pôle 9



En partenariat avec l'association ACRO LYON GR

Inscription auprès de Acro Lyon GR directement sur leur site
<http://www.lyongr.fr/> - Tél. 07 49 10 06 99

Ou sur facebook : <https://www.facebook.com/lyongr.fr/>

Fitness

Cours de body sculpt, renforcement musculaire de l'ensemble du corps, travail cardio-vasculaire. Travail des muscles profonds de l'abdomen (respiration abdominale, gainage...).

Dorian FERRAUTO, coach sportif,
Licence STAPS Éducation et motricité

A partir de 16 ans / adultes

Mercredi de 18h30 à 19h45

Tarif : C - Lieu : salle Helen Keller

Stretching

En une séance d'une heure de stretching, vous étirez un maximum de muscles pour améliorer votre souplesse et mobilité.

Les exercices d'étirements permettent: d'améliorer les amplitudes articulaires, d'aider au drainage des toxines, de prévenir l'arthrose et sont un excellent allié du renforcement musculaire car des muscles souples se renforcent mieux.

Catia MONTERO ALVES

A partir de 16 ans / adultes

Jeudi de 18h à 19h

Tarif : B - Lieu : Pôle 9

Renforcement musculaire

Le renforcement musculaire est une activité qui vise à travailler une chaîne musculaire bien précise en vue d'améliorer son efficacité.

Objectifs : améliorer la force, l'endurance et la résistance musculaires. Travail des muscles profonds de l'abdomen.

Bénéfices pour le corps : prévention des blessures, amélioration de la posture, perte de la masse grasse et un renforcement osseux en profondeur.

Dorian FERRAUTO, coach sportif, Licence STAPS Éducation et motricité

A partir de 16 ans / adultes

Vendredi de 18h30 à 19h45

Tarif : C - Lieu : Pôle 9



Pilates

Renforcement musculaire en profondeur, indispensable à l'équilibre, et la stabilité. Recherche de la position juste qui tonifie le corps, et d'une respiration adaptée pour éviter les tensions.

Géraldine LEPETIT, BPJEPS AGFF, professeure de pilates

A partir de 16 ans / adultes

Débutants : lundi de 14h15 à 15h15

Intermédiaires : lundi de 15h15 à 16h15

Tous niveaux :

Jeudi de 9h30 à 10h30 ou 10h30 à 11h30 ou 12h20 à 13h20

Tarif : B - Lieu : Pôle 9

Le Pilates est une méthode d'entraînement complète qui combine renforcement musculaire, amélioration de la posture et travail de la souplesse.

Cela permet de reconnecter l'esprit au corps car les mouvements demandent concentration, contrôle et précision. Que vous soyez sportif ou débutant, je vous accompagnerai dans l'enseignement de la méthode avec bienveillance et implication.

Catia MONTERO ALVES

A partir de 16 ans / adultes - Tous niveaux

Jeudi de 19h à 20h ou 20h à 21h

Tarif : B - Lieu : Pôle 9

★
Nouvelle
animatrice
★



Yoga hatha

Cours d'Hatha Yoga alliant postures statiques, exercices respiratoires et méditations. Pratique permettant un bien être physique et mentale source de lâcher prise.

Alban VERRY, formé en Hatha Yoga

A partir de 16 ans / adultes

Lundi de 18h30 à 20h

Tarif : E - Lieu : Pôle 9

Un cours de yoga traditionnel ponctué de pranayamas (techniques de respiration), salutations au soleil, d'asanas (postures) et de temps de concentration et de méditation en vue d'harmoniser nos dimensions physiques, mentales et spirituelles pour un bien être au quotidien.

Myriam ALBET, Éducatrice sportive, certifiée Pilates et formée en Hatha Yoga

A partir de 16 ans / adultes

Mardi de 9h15 à 10h45

Tarif : E - Lieu : Pôle 9

Pilates dynamique

Je vous propose des cours de Pilates qui allient fitness et renforcement musculaire profond, basés sur la méthode Pilates et ses bienfaits. Vous retrouverez tous les mouvements du Pilates avec une approche plus dynamique.

Eloïse ZELLER, CQP ALS AGEE, professeure de pilates

A partir de 16 ans / adultes

Niveau intermédiaire / avancé : Mardi de 12h20 à 13h20

ou Vendredi de 12h20 à 13h20

Tarif : B - Lieu : Pôle 9

Vendredi de 17h30 à 18h30 ou 18h30 à 19h30

Tarif : B - Lieu : Pôle 9

Qi-Gong

Pour entretenir sa vitalité, sa souplesse, enlever les blocages et les tensions. Le Qi Gong est le travail du souffle, de la respiration et de l'énergie. Sa pratique apporte bien-être physique, psychique et énergétique.

Marie-Pascale PARA, diplômée de la Fédération Française de Shiatsu Traditionnel et de l'Institut Shao Yang en Qi-Gong

A partir de 16 ans / adultes

Lundi de 19h à 20h15

Tarif : C - Lieu : Pôle 9

Yoga hatha

Conscientisation du corps, du souffle et du mouvement dans une séquence où les postures (ASANAS) sont tenues sur plusieurs respirations.

Chrystel DORMOY, professeure de Yoga Hatha Vinyasa, Vinyasa Shiva Shakti, Yin, Power et d'inversion

A partir de 16 ans / adultes

Mercredi de 18h45 à 20h

Tarif : C - Lieu : Pôle 9



Yoga vinyasa

Pratique fluide et dynamique synchronisant le mouvement sur la respiration. Apaisement du mental, équilibre interne, conscience du corps, amélioration de la mobilité et souplesse du corps, renforcement général. Les cours peuvent être intensifs.

Chrystel DORMOY, professeure de Yoga Hatha Vinyasa, Vinyasa Shiva Shakti, Yin, Power et d'inversion

A partir de 16 ans / adultes
Mercredi de 20h à 21h15

Tarif : C - Lieu : Pôle 9



Initiation Shiatsu

Issue de la médecine traditionnelle japonaise, le Shiatsu aborde l'état de santé dans une globalité. Par acupression et étirements doux, il vous apportera une amélioration de votre bien-être physique et mental de façon durable en favorisant la bonne circulation de vos énergies et liquides corporels. Le Shiatsu s'adresse à toute personne de tout âge.

Marie-Pascale PARA, diplômée en Qi Gong des écoles Shao Yang et Xin Formation et de la Fédération Française de Shiatsu Traditionnel

A partir de 16 ans / adultes
Lundi de 17h30 à 18h45

Tarif : C - Lieu : Pôle 9

Activité axée santé pour se maintenir en forme

Cours d'activité physique qui utilise différentes méthodes, très douces et adaptées à vos particularités : gym, renforcement musculaire, travail de l'équilibre, pilates, travail avec un gros ballon, etc. L'objectif principal est de vous permettre de découvrir une pratique physique qui vous soit adaptée quel que soit votre âge, votre état de santé et vos capacités physiques. Nous prenons en compte ensemble vos possibilités pour progresser à votre rythme et surtout que vous (re)preniez du plaisir à bouger.

Fabienne PELOSSE, diplômée Licence STAPS APAS (spécialisation Sport Santé)

A partir de 16 ans / adultes
Vendredi de 9h15 à 10h15

Tarif : A - Lieu : Pôle 9

Activités dédiées aux personnes qui ont besoin de manipulations douces

Yoga hatha doux

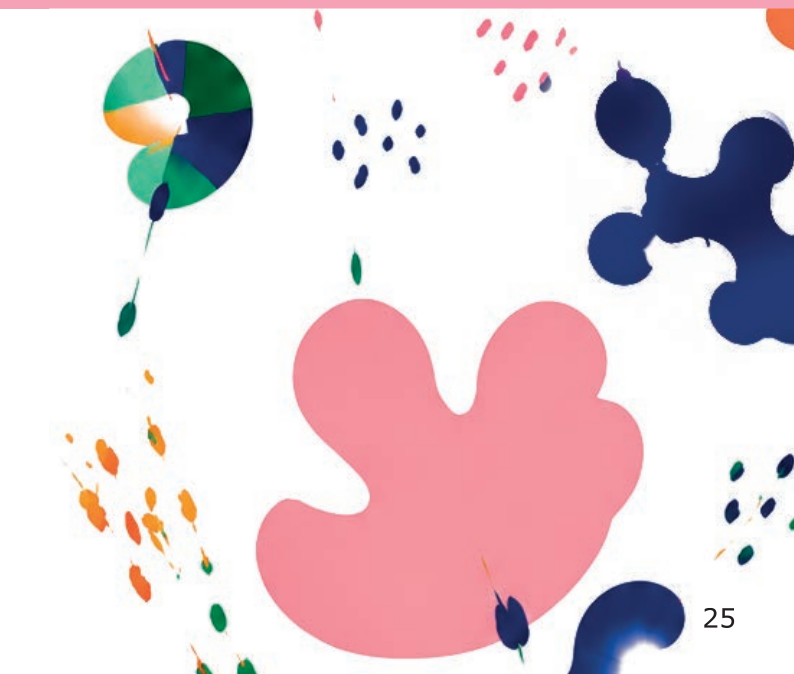
Un cours de yoga traditionnel ponctué de pranayamas (techniques de respiration), salutations au soleil, d'asanas (postures) et de temps de concentration et de méditation en vue d'harmoniser nos dimensions physiques, mentales et spirituelles pour un bien être au quotidien.

A partir de 16 ans / adultes

Myriam ALBET, Éducatrice sportive, certifiée Pilates et formée en Hatha Yoga

Mardi de 10h45 à 12h

Tarif : C - Lieu : Pôle 9





Anglais

Apprendre l'anglais dans l'échange et la conversation et explorer la richesse d'une langue vivante dans un contexte de détente.

Nathalie GUYOT, Diplômée de Cambridge

A partir de 16 ans / adultes
Niveau intermédiaire et avancé :

Mardi de 17h à 18h30

Tarif : E - Lieu : Pôle 9

Badminton

Activité auto-gérée

A partir de 16 ans / Adultes

Aurélien BLANCHARD, Adhérent bénévole

Niveau intermédiaire et avancé

Lundi de 19h à 20h30

Tarif : Badminton - Lieu : Gymnase Sauvagère

Cyril PHILIS, Adhérent bénévole

Groupe Loisirs

Samedi de 12h à 13h30

Tarif : Badminton - Lieu : Gymnase Favier

Club informatique

Echange de connaissances en toute convivialité : bureautique, tableur, sécurité...

Deux adhérents bénévoles du groupe encadrent cette activité.

Christian REY et Jean-François BOISSET, adhérents bénévoles

Adultes

Vendredi de 14h à 17h

Tarif : Informatique

Lieu : Pôle 9

INFOS / INSCRIPTIONS

L'adhésion au Pôle 9

L'adhésion familiale annuelle est de 12 € pour la saison. L'adhésion annuelle pour les partenaires est de 20 €.

Le montant de l'adhésion est le même quelle que soit la période d'inscription (rentrée ou en cours d'année).

Adhérer au Pôle 9, c'est :

- participer aux activités sportives, culturelles et de loisirs proposées tout au long de l'année
- s'engager à respecter le fonctionnement, les statuts, le règlement intérieur du Pôle 9
- soutenir le projet d'une association d'éducation populaire, il est consultable à l'accueil ou en ligne
- trouver une place dans une association où la démocratie et le vivre-ensemble permettent de pratiquer, de s'investir, de proposer, de débattre... de vivre sa citoyenneté pleinement en portant un regard bienveillant sur l'altérité
- c'est aussi prendre part à la vie de l'association en ayant la possibilité d'être élu-e au Conseil d'Administration.

Les activités Hebdo / Fonctionnement

Certaines activités sont organisées par âge et / ou niveau de pratique. Ces critères doivent être respectés à l'inscription pour le bon déroulement des activités. Le Pôle 9 se réserve le droit d'annuler une activité dont le nombre d'inscrits n'est pas suffisant. Les activités se déroulent sur 26 ou 31 séances (sauf pour certaines activités qui font l'objet d'un calendrier spécifique) à partir du lundi 14 septembre 2026 (sauf quelques exceptions) jusqu'en juin 2027, sauf pendant les vacances scolaires.

Les inscriptions aux activités hebdo / mode d'emploi

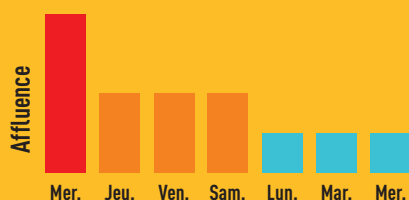
7 jours pour s'inscrire

Mercredi 2 septembre 2026 : de 8h30 à 19h

Jeu 3 et vendredi 4 septembre : 9h à 12h30 / 13h30 à 18h30

Samedi 5 septembre : 9h à 12h30

Et toute l'année en fonction des places disponibles



Vous souhaitez savoir dès à présent s'il reste des places dans l'activité de votre choix ?

Consultez en ligne ou à l'accueil du Pôle 9, le thermomètre des activités hebdo.

Spécificité du Pôle Musique

Les ateliers chant, piano, batterie, basse, et guitare ont un fonctionnement particulier.

- 1 - A la rentrée, vous procéderez d'abord à une pré-inscription qui détaillera le niveau, le créneau de disponibilité et l'âge du musicien.
- 2 - Les intervenants fabriquent ensuite des binômes et construisent le planning des cours.
- 3 - Le Pôle 9 vous recontacte pour vous proposer un créneau et vous invite à valider votre inscription.

*
Attention
*

- Les enfants doivent obligatoirement être inscrits par leurs responsables légaux.
- Un adulte peut inscrire les membres de sa famille uniquement.

Modes de paiement / documents à fournir

Faites-nous gagner du temps, préparez les documents à fournir le jour de l'inscription :

- **Un règlement en espèces, chèques vacances, chèques bancaires ou CB qui se compose de :**

- ➔ l'adhésion annuelle par famille : 12 €
- ➔ la cotisation de l'activité que vous avez choisie
- ➔ un supplément de 5 € par personne et par activité pour les habitants hors Lyon
- ➔ une licence fédérale pour le judo, le karaté, le karaté self défense et le karaté full contact, intégralement reversée à la fédération sportive.

- Pour la pratique du judo et du karaté : il est seulement demandé aux licenciés judo et karaté mineurs de compléter un questionnaire médical conjointement avec leurs responsables légaux. Ce questionnaire médical se trouve sur notre site internet, scannez ce QRCode.



- **Votre attestation CAF datant de moins de 3 mois ou votre dernier avis d'imposition pour bénéficier d'un tarif adapté**
- **Si vous souhaitez connaître votre quotient familial, voici le calcul à faire : [(revenu net imposable du foyer fiscal)/12 + aide de la CAF par mois] / nombre de parts**

- Réduction de 10% dès la 2^e activité, sur l'activité la moins chère par individu et par famille

Bons d'essai

Avant de vous inscrire, vous pouvez essayer une activité sans engagement, dans la limite des places disponibles. **Votre place sera réservée pendant la semaine du 14 au 19 septembre. Cette possibilité n'est toutefois pas valable pour les ateliers chant, batterie, piano, guitare, basse et groupes.** Il faudra régulariser votre inscription à l'accueil avant la deuxième séance (semaine du 21 au 26 septembre.) En début de saison, les bons d'essai sont à demander à l'accueil.

*
Nouveau
*

Dispositif « Tickets Sport et Culture »

Le Pôle 9 est partenaire de la Ville de Lyon avec le dispositif Ticket Sport Culture pour favoriser les pratiques sportives et culturelles des jeunes. Une aide financière peut être allouée pour prendre en charge en partie une adhésion à une association sportive ou culturelle agréée.

Les critères d'attribution sont :

- Être âgé de 6 à 16 ans
- Habiter Lyon 9^e
- S'engager à effectuer la pratique régulière d'une activité sportive ou culturelle
- Avoir un quotient familial CAF situé entre 0 et 550 €

Infos pratiques : Accueil au 04 78 83 29 68

TARIFS

Cette année, nos tarifs évoluent. Afin de garantir le pérennité de notre structure et la qualité de nos activités, nous avons ajusté nos tarifs d'inscription.

Cette évolution s'accompagne d'une refonte de notre grille tarifaire, désormais plus détaillée et transparente, pour permettre à chacun.e de mieux comprendre le détail des tarifs appliqués.

Tarif A : Activité physique adaptée santé ou 45 minutes				Santé, Initiation danse					
QF	0-320	321-620	621-920	921-1520	1521-2020	2021-2520	2521-3520	3521-5020	5021+
2026-2027	32	84	118	144	160	176	193	209	224

Tarif B : 1H sans materiel				Eveil Cirque, Cirque, Hip-Hop, Modern Jazz 8/11, judo, karaté SD, stretching, pilates, pilates dynamique					
QF	0-320	321-620	621-920	921-1520	1521-2020	2021-2520	2521-3520	3521-5020	5021+
2026-2027	32	88	123	192	208	239	263	293	308

Tarif D : 1h15 avec matériel				Petit Architecte (Archiboum)					
QF	0-320	321-620	621-920	921-1520	1521-2020	2021-2520	2521-3520	3521-5020	5021+
2026-2027	41	95	130	225	244	273	301	317	333

Tarif C : 1h15		Modern Jazz 12-15, Modern jazz, tabata, fitness, renforcement, qi gong, yoga hatha, yoga vinyasa, yoga doux, shiatsu							
QF	0-320	321-620	621-920	921-1520	1521-2020	2021-2520	2521-3520	3521-5020	5021+
2026-2027	40	93	128	220	239	268	295	311	327

Tarif E : 1H30		Initiation théâtre, Théâtre 6-8 ans, théâtre 9-12 ans, yoga hatha, anglais, cirque acro-mouvement (solo)							
QF	0-320	321-620	621-920	921-1520	1521-2020	2021-2520	2521-3520	3521-5020	5021+
2026-2027	48	118	159	239	255	287	316	332	347

Tarif F : 1H30 + frais matos		dessin peinture 6/10, Petit Architecte, Dessin BD Manga, Dessin Peinture Terre 7/11							
QF	0-320	321-620	621-920	921-1520	1521-2020	2021-2520	2521-3520	3521-5020	5021+
2026-2027	49	120	162	244	260	293	322	337	352

Tarif G : 2H ou duo		Karaté enfants, théâtre 13/16, cirque acro-mouvement (duo)							
QF	0-320	321-620	621-920	921-1520	1521-2020	2021-2520	2521-3520	3521-5020	5021+
2026-2027	64	123	168	271	303	335	368	384	399

Tarif H : 2H + frais matos		Dessin Peinture Terre 7/12, Dessin peinture terre 12/15, dessin peinture 16+							
QF	0-320	321-620	621-920	921-1520	1521-2020	2021-2520	2521-3520	3521-5020	5021+
2026-2027	65	125	171	277	309	342	376	391	407

Tarif I : 2H30 + frais matos		Terre 16+, Dessin Peinture Terre 16+, couture							
QF	0-320	321-620	621-920	921-1520	1521-2020	2021-2520	2521-3520	3521-5020	5021+
2026-2027	81	158	224	342	410	444	467	483	498

Tarif J : 3h		Karaté 13+							
QF	0-320	321-620	621-920	921-1520	1521-2020	2021-2520	2521-3520	3521-5020	5021+
2026-2027	93	179	244	395	442	488	537	559	582

Activités à 10 séances

2h30		Réussir ses photos							
QF	0-320	321-620	621-920	921-1520	1521-2020	2021-2520	2521-3520	3521-5020	5021+
2026-2027	32	88	123	192	208	239	263	279	294

3h		Couture samedi							
QF	0-320	321-620	621-920	921-1520	1521-2020	2021-2520	2521-3520	3521-5020	5021+
2026-2027	33	91	128	199	216	249	274	290	306

Activités portées par des habitants/bénévoles

1h30		Badminton							
QF	0-320	321-620	621-920	921-1520	1521-2020	2021-2520	2521-3520	3521-5020	5021+
2026-2027	19	25	42	64	80	96	105	121	136

3h		Informatique							
QF	0-320	321-620	621-920	921-1520	1521-2020	2021-2520	2521-3520	3521-5020	5021+
2026-2027	8	10	15	21	26	32	35	51	66

2h		Bon pied bon oeil							
QF	0-320	321-620	621-920	921-1520	1521-2020	2021-2520	2521-3520	3521-5020	5021+
2026-2027	32	42	59	96	103	120	132	147	163

Musique

45 minutes en binôme		Chant, batterie, basse, guitare, piano							
QF	0-320	321-620	621-920	921-1520	1521-2020	2021-2520	2521-3520	3521-5020	5021+
2026-2027	81	215	332	501	519	573	630	646	662

1h30 en groupe		Chorale adultes							
QF	0-320	321-620	621-920	921-1520	1521-2020	2021-2520	2521-3520	3521-5020	5021+
		Chorale solo							
2026-2027	48	118	159	239	255	287	316	332	347
		chorale + pratique instrumentale							
2026-2027	32	88	123	192	208	239	263	279	294
45 minutes en groupe		Chorale enfants							
2026-2027	32	72	112	152	182	202	217	227	232

20 séances de 2h		Handpan							
QF	0-320	321-620	621-920	921-1520	1521-2020	2021-2520	2521-3520	3521-5020	5021+
2026-2027	40	110	154	240	260	300	330	349	369

26 séances de 1h30		Groupes encadrés							
QF	0-320	321-620	621-920	921-1520	1521-2020	2021-2520	2521-3520	3521-5020	5021+
2026-2027	55	115	156	215	229	246	270	286	302
		Groupes encadrés + pratique instrumentale, chant, 2 ^e groupe							
2026-2027	33	69	93	129	138	147	162	178	194
26 séances de 1h30		Groupes autonomes							
2026-2027	20	26	43	65	81	98	107	123	139



LES PARTENAIRES DU PÔLE 9

Association ACEPP69
 Association Essaouira France
 Association Femme Culture Solidarité Partage
 Association Mieux Vivre au Vergoin
 Association Les jeunes motivés du Vergoin
 Association " Lire et Faire Lire "
 Association Acro Lyon GR
 Association REED
 Association St-Rambert Solidarité
 CAF du Rhône
 Club de St Rambert (studio de danse classique)
 CRIJ Auvergne Rhône-Alpes
 Collectif Gônes et Compagnies, collectif des MJC
 autour du jeune public
 École Alphonse Daudet
 École Frédéric Mistral
 École Les Grillons

École La Sauvagère
 Fédération des Centres Sociaux
 Grand Lyon Habitat
 Le Tour du Monde en Galipette
 Le trait d'union - Bar associatif
 Les éducateurs de prévention Grand Lyon La Métropole
 La Bibliothèque de St-Rambert
 La Maison de l'Enfance
 L'École Nationale Supérieure de Cinéma - la CinéFabrique
 L'Imprévisible Fabrique
 PIMMS Mediation Lyon Métropole
 R2AS Le réseau des MJC en Rhône-Ain-Saône – Union
 territoriale des MJC
 Relais Petite Enfance Baby Duch'
 Restaurant Fée Maison
 Théâtre Nouvelle Génération - Centre Dramatique National

Financeurs

Le Pôle 9 est une association de loi 1901 affiliée au Réseau R2AS, Union territoriale des MJC-MPT et à la Fédération des Centres Sociaux.

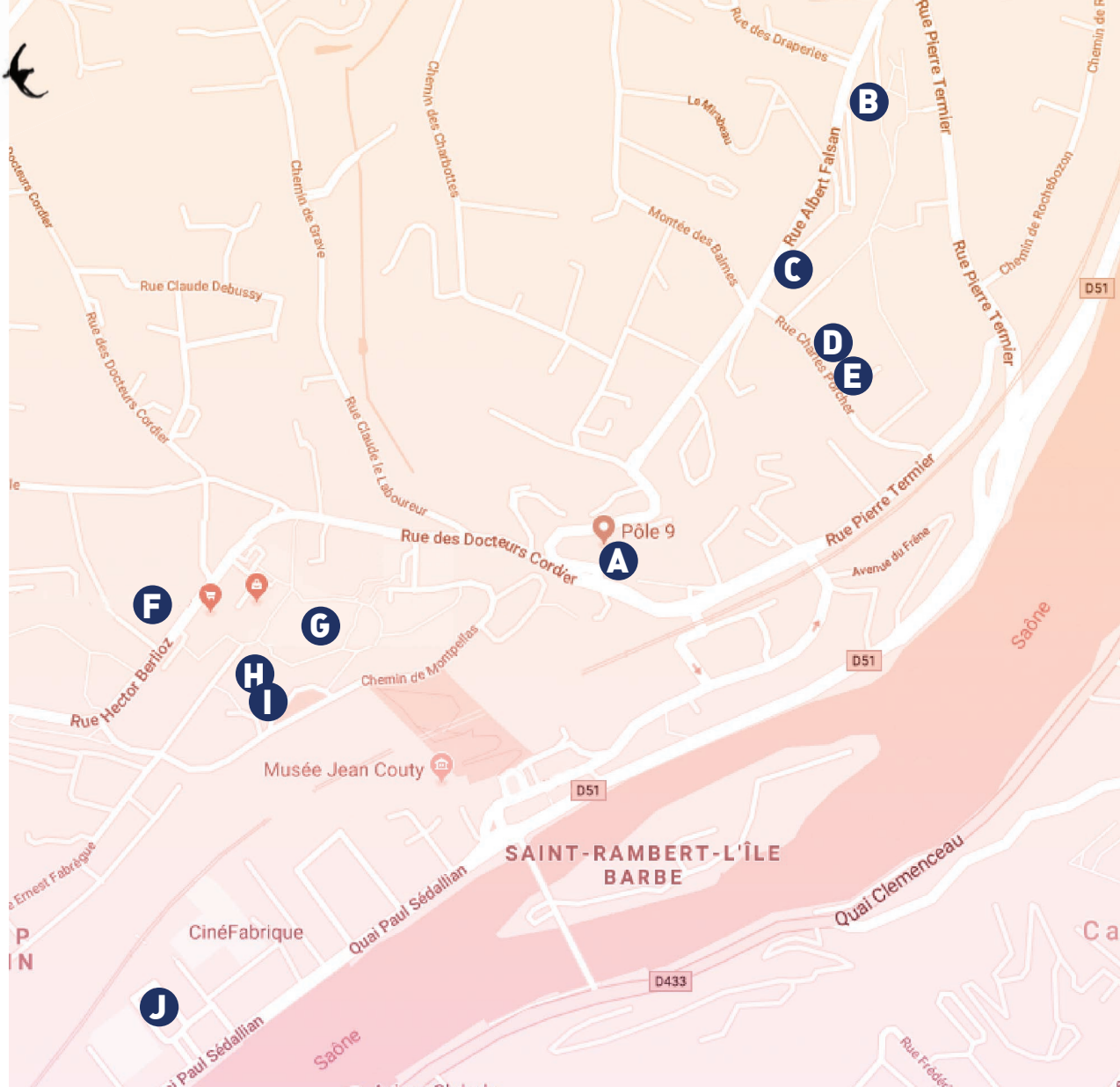
Elle possède un agrément Centre social de la CAF et est subventionnée par la CAF, la Ville de Lyon, Grand Lyon-La Métropole, l'État. Les adhésions et toutes les participations des habitants - pour une activité, un spectacle, une animation - sont aussi des sources de financement pour que l'association fonctionne.



Pôle 9 • MJC Centre Social

4 rue Sylvain Simondan - 69009 LYON
 Tél. 04 78 83 29 68 - accueil@pole9.fr

INFOS & ACCÈS



- B** **Salle Didier Puillet - Chaufferie du Vergoin**
7 rue Albert Falsan, Lyon 9
Accès bus : n°31 arrêt Les Rivières
- C** **L'Annexe du Pôle 9 / PIH Point Info Habitant / Lieu Accueil Enfant Parent Les Tricotiliens**
27 rue Albert Falsan, Lyon 9
Accès bus : n°31 / navette S10 arrêt Falsan
- D** **LAP / Lieu Accueil Parents de l'École Alphonse Daudet**
École Alphonse Daudet - 18 rue Charles Porcher, Lyon 9
Accès bus : n°31 / navette S10 arrêt Falsan
- E** **École Alphonse Daudet**
18 rue Charles Porcher, Lyon 9
Accès bus : n°31 / navette S10 arrêt Falsan
- F** **École Frédéric Mistral**
12-16 rue Marc Boegner, Lyon 9
- G** **École Les Grillons**
Place Schönberg, Lyon 9
Accès bus : n°2 arrêt Berlioz - navette S10 arrêt Schönberg
- H** **Gymnase Matthias Favier**
Place Schönberg, Lyon 9
Accès bus : n°2 arrêt Berlioz - navette S10 arrêt Schönberg

- A** **Pôle 9 • MJC Centre Social**
4 rue Sylvain Simondan, 69009 LYON
Tél. 04 78 83 29 68
accueil@pole9.fr
www.pole9.fr
Accès bus : n°31 terminus
Accès bus : n°2 terminus
Navette S10 arrêt Pôle 9



- I** **Salle Polyvalente Helen Keller**
Place Schönberg, Lyon 9
Accès bus : n°2 arrêt Berlioz
navette S10 arrêt Schönberg
- J** **Gymnase de la Sauvagère**
Square Mouriquand, Lyon 9
Accès bus : n°31 / n°43 arrêt La Sauvagère

