



SEMAINE 1

L'atelier des gourmands : ton kit burger
100% fait-maison

7-10 ans (fratrie acceptée jusqu'à 14 ans)

mercredi 16 avril - 10h30-12h30 + 14h-16h

Cuisine tous les ingrédients de ton menu burger : fabrication de la pâte à pain et cuisson des buns, préparation du ketchup, des oignons caramélisés, de la salade coleslaw et des frites de patates douces. A emporter à la maison pour y ajouter ton steak et déguster ton menu à l'heure du repas ! [prévois ton tablier]

Animé par **Claudie DE VREESE** [6 inscrits mini]

32€

L'atelier des gourmands : choco-délices

11-14 ans (fratrie acceptée dès 7 ans)

vendredi 18 avril - 10h30-12h30 + 14h-16h

A l'approche de Pâques, honneur au chocolat et fabrication de guimauve pour fondre de plaisir ! Au menu : du moelleux, du croustillant, du fondant ! Enfile ton tablier pour réaliser une diversité de gourmandises : cupcakes fourrés, palmiers au chocolat et nounours à la guimauve faite-maison...

Animé par **Claudie DE VREESE** [6 inscrits mini]

32€

ADULTES :

A la découverte du Yoga restauratif

Mercredi 16 avril - 18h-19h30

Un stage bien-être entre postures, étirements et méditations. Par le biais de postures supportées par divers accessoires, vous pourrez découvrir l'ancrage, retrouver une respiration profonde, complète et ressentir de belles sensations de relâchement et d'apaisement. > Prévoir tapis, couverture, gourde, briques de yoga si vous en avez.

Animé par **Giovanna POSSAMAI**

6€

Découverte danse talons cabaret

Mercredi 16 avril - 20h-21h

Avec Léa, vous découvrirez des pas de base pour apprécier le côté glamour, sensuel et théâtral de la danse sur talons aux influences street jazz et cabaret. Que vous soyez à la recherche d'une nouvelle passion, ou que vous souhaitiez simplement tester une esthétique qui célèbre l'élégance et la féminité : à vos talons !

Animé par **Léa WOZNIAC**

6€

Osez le dessin ! : la nature morte, un sujet intemporel pour l'apprentissage du dessin

ados-adultes (16 ans et +)

jeudi 17 avril - 18h-20h

La nature morte n'est pas morte ! Ce type de dessin d'observation est une excellente solution pour appréhender le dessin. Accompagné par Max Pastourel Spinosi, professeur d'arts appliqués, les dessinateurs pourront expérimenter la composition, les proportions, les contours, l'esquisse et s'exercer aux traits de construction, pour dessiner avec précision une petite scène de la vie quotidienne. Matériel recommandé : différents crayons du HB au 6B, 1 gomme type Staedtler, 1 bloc de 10 feuilles A3 180g type canson

Animé par **Max PASTOUREL SPINOSI** [6 inscrits mini]

15€

SEMAINE 2

Street art de Pâques : l'art du pochoir

7-13 ans

Du 24 au 25 avril - 14h-16h

Tu découvriras de grands street artists qui recourent au pochoir pour s'exprimer. Inspiré(e) par l'univers de Pâques et du printemps, tu fabriqueras alors tes propres pochoirs. L'objectif sera ensuite de les combiner pour réaliser une oeuvre collaborative en utilisant bombes aérosols, peinture, marqueurs. Une création collective et festive qui prendra place au sein de la galerie FontaineBlow

Animé par **Sabine PETIT à la galerie FontaineBlow**
93 rue Grande à Fontainebleau [6 inscrits mini]

40€

ADULTES :

Street art : customisation tote bag

Vendredi 25 avril - 19h-21h

Venez expérimenter les techniques du street art, notamment le pochoir et la bombe aérosol, pour donner un style unique à votre sac en tissu, sur le thème des vacances et du voyage

Animé par **Sabine PETIT de la galerie FontaineBlow**
à **FLC**. Tote bag fourni [6 inscrits mini]

20€

+ 6€
d'adhésion
par personne
pour les
non-adhérents



INSCRIPTION EN LIGNE
www.flc-fontainebleau.fr
dans l'onglet du stage
[Si complet, contactez-nous]

flc 6, rue du Mont Ussy 77300 Fontainebleau – 01 64 22 09 98 – secretariat@flc-fontainebleau.fr
www.flc-fontainebleau.fr

