

ACTIVITÉS ARTISTIQUES ET CULTURELLES



CQSLP - CALLIGRAPHIE

Activité : calligraphie occidentale, adultes et ados
Animatrice : Anne SACRAMENTO
 > stages un dimanche après-midi par mois

Contact : 06 70 35 68 16, anne.sacramento@wanadoo.fr
Site : www.annesacramento.fr



CQSLP - Club lecture

Activité : échange d'avis de lecture de livres choisis
Animatrice : Josiane MULLER
 > 3^{ème} lundi du mois 14h30-16h30

Contact : josmuller@wanadoo.fr



HARMONY TOLOSANE

Activité : Cours de guitare
Public : adultes et enfants (à partir de 8 ans)
Animateur : Benoit GELLIN

> Lundi, mardi, jeudi et vendredi 15h30-20h45
Contact : 06 81 43 87 07, coursguitare31@gmail.com
Site : guitare-cours.com



LANGUES et MERVEILLES

Activité : cours d'anglais
Public : enfants à partir de 3 ans, ados, adultes
Animateur : Georgina GRIFFITHS

> Maternelle + CP : lundi 17h-17h45 et mardi 17h-17h45
 > Primaire : lundi 17h45-18h45 et mardi 17h45-18h45
 > Adulte : jeudi 10h30-12h
Contact : georgina.griffiths23@gmail.com



MELTING POT

Activité : Théâtrale d'impro
Public : adultes et ados
Animateur :

> Ados : mardi 19h-20h30
 > Adultes : mardi 20h30-22h30
Contact : prod.meltingpot@gmail.com
Site : www.meltingpotimpro.fr



WEN WU : Chinois/Calligraphie

Activité : cours de calligraphie et langue chinoises
Public : enfants, adolescents et adultes
Animatrice : Yan ZHANG

> Mercredi 13h30-15h : enfants, 15h-16h30 : adolescents
 > Jeudi 17h30-20h30 : adultes
 > Vendredi 10h-11h30 et 13h-15h adultes
 > Samedi 9h-12h30 : adultes
Contact : 06 52 56 50 49, yan_zhang2007@yahoo.com



Le Comité de quartier, Sports et Loisirs de
 Pouvoirville gère les salles de la Maison de Quartier de
 Pouvoirville par délégation de la **Mairie de Toulouse**

Ce sont les associations adhérentes qui proposent des
 activités chaque semaine à la Maison de quartier

L'adhésion au CQSLP est nécessaire pour toute pratique
 d'activité régulière dans les salles de la maison de quartier

Adulte 12€, mineur 6€, association 60€

ACTIVITÉS SPORT ET BIEN-ÊTRE



Arts Martiaux du Dragon Vert

Activité : Viet Vo Dao, art martial vietnamien
Public : Accessible à tous à partir de 7-8 ans
Animateur : Hafid & Jean-Jacques

> Enfants : samedi 9h30-10h30
 > Ados/adultes : samedi 10h30-11h30
 > Cardio/auto-défense : samedi 11h30-12h15
Contact : 06 18 10 04 83, contact@vietvodao-thanhlong.fr
Site : www.vietvodao-thanhlong.fr



Alpha Danse

Activité : danse créative
Public : enfants, ados, adultes
Animatrice : Kristina ORLOVA

> Adultes/ados : lundi 20h-21h30
 > Enfants : mercredi 15h55-17h55
Contact : orlovak026@gmail.com
Site : <https://www.alphadanse.com>



ASTIG

Activité : Marche nordique et yoga seniors
Animateurs : Martine LAMBERT, Chantal HEBRAD, Patrick MARTIN

> Marche nordique : mardi 9h-11h
 > Yoga seniors : mardi 11h15-12h15 et Jeudi 10h10-11h10
 > Yoga seniors sur chaise : mercredi 9h30-10h30
Contact : 06 86 75 77 89 et 05 34 42 11 86, astig@orange.fr
Site : astig31.fr



AVENIR JUDO 31

Activités : judo enfants
 > Maternelle : lundi 17h-17h45
 > Primaire : 17h45-18h30
 > CM2 / Collège : 18h30-19h30

Contact : 07 66 18 29 53, avenirjudo31toulouse@gmail.com
Site : www.avenirjudo31.fr



DANSES ET COPAINS

Activité : Danses de salon
Public : tous publics, confirmés et débutants
Animateur : Jean-Claude LECOULES

Le vendredi :
 > 16h-17h30 : Tango Argentin, tous publics
 > 17h30-18h30 : danses chorégraphiées
 > 18h30-19h30 : Lindy hop
 > 19h30-20h30 : danses de salon préparation Spectacle
 > 20h30-21h30 : danses de salon, initiation tous publics
 > 21h30-22h20 : danses de salon, pratique tous publics
Contact : 05 62 17 12 83



GR TOULOUSE

Activité : Gymnastique rythmique enfants
 > Loisir : mardi 17h-18h et mercredi 18h-19h
 > Compétition : mardi 18h-19h30

Contact : grtoulouse31@gmail.com, **Site** : www.grtoulouse.com



Gym. Volontaire POUVOIRVILLE

Activité : Gymnastique, randonnées, marche rapide
Public : adultes, tous niveaux et tous âges
Animatrices : Animatrices diplômées GV

> Stretching : lundi 14h-15h
 > Gym d'entretien : mardi 19h40-20h40
 > Gym tonique : jeudi 19h10-20h10
Contact : 06 78 82 94 49, 0619255795, p.gayraud2@wanadoo.fr



ROCK ATTITUDE TOULOUSE

Activité : cours de Rock
Animateur : Thierry LANFRIT
 > Niveau 1 : mercredi 20h20-21h20
 > Niveau 2 : mercredi 21h25-22h25

> Soirée dansante le dernier samedi de chaque mois
Contact : 06 11 65 03 80, rockattitudetoulouse@gmail.com



YOGA-SYRE

Activités : Hatha Yoga, Yoga Nidra, Yoga sur chaise
Public : adultes, tous niveaux et tous âges
Animatrice : Martine LAURINE

> Hatha Yoga et 1f/mois Yoga Nidra : lundi 19h40-20h40,
 > Hatha Yoga : mercredi 19h10-20h10
 > Hatha Yoga et Yoga sur chaise : jeudi 9h-10h
Contact : 0683854555, **Site** : www.yoga-syre.fr



TRIBAL VIBES

Activités : Pilates, tango, Zumba, cabaret
Public : adultes tous niveaux

- > Pilates : lundi 20h50-22h
- > Tango nuevo : mardi 20h50-22h
- > Zumba enfants (6-12 ans) : mercredi 14h-15h30
- > Zumba : jeudi 20h30-21h30
- > Danse Jazz Cabaret : jeudi 21h30-22h30

Contact : 06 41 88 88 61, tribalvibes@gmail.com

Site : <https://tribalvibes.wixsite.com/france>



U. S. POUVOURVILLE

Activité : Football
Animateur : Jean-François SPICA
Contact : 06 87 46 00 19, uspouvoirville@yahoo.fr

Site : <http://pouvoirvillefoot.free.fr>



WEI JI

Activités : Pilates, Qi Gong, Dao Yin Yoga, Méditation
Animatrice : Agnès DELATTRE

- > Pilates seniors : jeudi 11h20-12h20
- > Qi Gong : jeudi 16h50-17h50 et vendredi 11h20-12h20
- > Pilates : jeudi 18h-19h et vendredi 12h30-13h20
- > Dao Yin Yoga : vendredi 10h10-11h10

Contact : 06 83 45 27 41, a.brouillaudelattre@free.fr

Site : www.agnes-delattre.com



WEN WU : Arts martiaux

Activité : Taiji Quan styles Chen et Wu
Animateurs : Vincent DUGAT – Cyril NOWICKI
> Vendredi de 19h-21h

Contact : 06 51 73 31 14, wenwu@orange.fr

site : www.wenwu.fr

Pour plus d'information sur les associations et les activités,
cliquez sur l'onglet "LES ACTIVITES" de notre site :
<https://quartier-pouvoirville.fr>

Les événements de fin 2026 à la Maison de quartier de Pouvourville

Septembre

Samedi 5 : soirée Danse Latino

Dimanche 13 : Vide Grenier

Samedi 26 : Soirée Rock

Octobre

Samedi 3 : soirée Danse Latino

Samedi 10 : Théâtre

Samedi 31 : Soirée Rock

Novembre

Samedi 7 : soirée Danse Latino

Dimanche 15 : Bourse aux jouets

Samedi 21 : Théâtre

Samedi 28 : Soirée Rock

Décembre

Samedi 5 : soirée Danse Latino

Samedi 12 : Théâtre

Samedi 19 : Soirée Rock

Prix théâtre : 8€ / gratuit pour les moins de 12 ans

Réservations au 06 40 73 63 09 ou sur le site

... et retrouvez les événements 2027
sur le site

www.quartier-pouvoirville.fr

Au sein du Comité, la
Commission Urbanisme & Environnement
prend en charge les échanges entre les habitants
et les autorités publiques autour de l'urbanisme,
l'environnement, la mobilité, le cadre de vie
et bien plus encore ...

Vous soutenez l'action pour le bien-vivre dans le quartier ?
Adhérez au CQSLP en vous inscrivant sur notre site :
www.quartier-pouvoirville.fr

Activités Saison 2026 / 2027

MAISON DE QUARTIER DE POUVOURVILLE

Ouverte à tous les habitants,
petits et grands



COMITÉ DE QUARTIER, SPORTS & LOISIRS DE POUVOURVILLE

4 impasse de Sarrangines 31400 Toulouse

Retrouvez toutes les informations sur le comité
de quartier, les activités proposées et les
associations hébergées sur notre site
www.quartier-pouvoirville.fr

