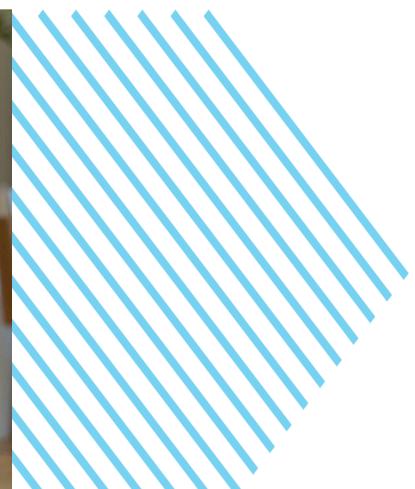
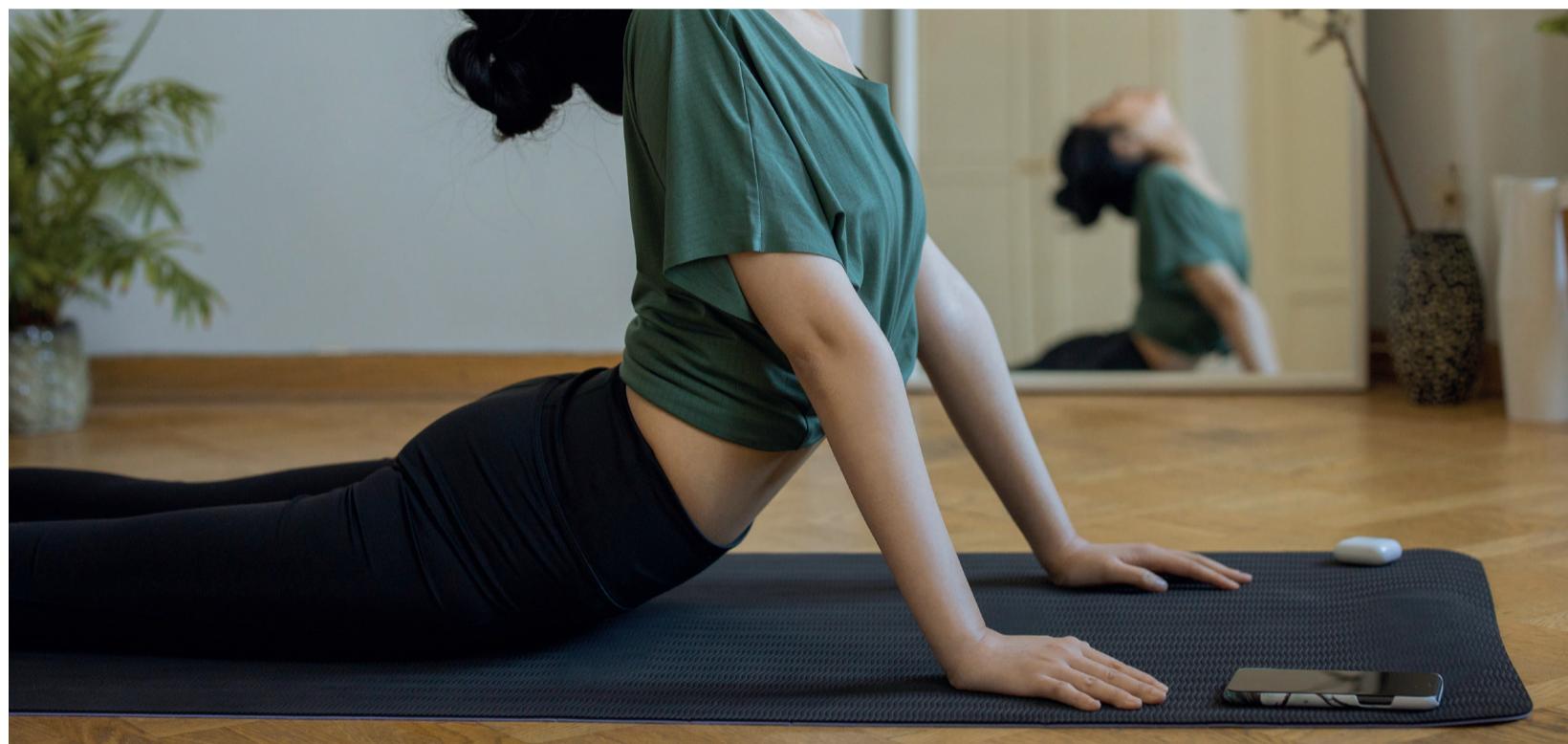




18<sup>e</sup>  
MAIRIE

# STAGES

## STAGE DE MOBILITÉ, PILATES ET STRETCHING - ADULTES



**DU 29 AU 31 DÉCEMBRE 2025  
DE 10H30 À 11H30**

Chaque jour, découvrez une technique douce pour renforcer son dos, améliorer sa souplesse et sa mobilité. Lundi 29/12 : mobilité (autour des articulations), mardi 30/12 : pilates (renforcement du dos et des abdominaux) et mercredi 31/12 : stretching (étirement des muscles).

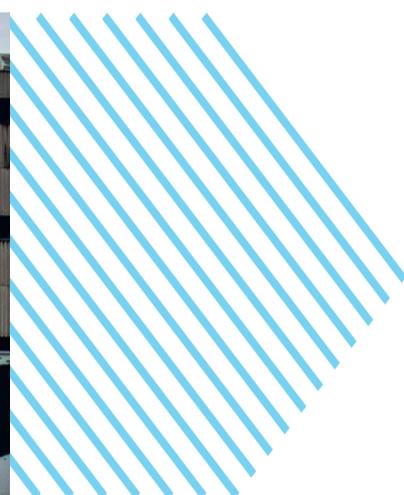
**Inscriptions au Centre Paris Anim' Binet,  
sur [animactisce.org](http://animactisce.org) ou par téléphone**

**PARIS ANIM'  
BINET**

28, Avenue  
de la Porte  
Montmartre  
75018 Paris  
01 42 55 69 74

# STAGES

## STAGE FRESQUE MONUMENTS DU 18<sup>ÈME</sup> - 11/15 ANS



**DU 29 AU 31 DÉCEMBRE 2025  
DE 14H À 16H30**

Plongez dans l'univers de la création collective ! Pendant ce stage, les jeunes auront l'occasion de concevoir et réaliser une fresque inspirée de l'histoire de l'architecture et de l'énergie du quartier. Les participants découvriront différentes techniques de dessin et de peinture murale, apprendront à travailler en équipe et laisseront leur trace sur les murs du CPA Binet !

**Inscriptions au Centre Paris Anim' Binet,  
sur [animactisce.org](http://animactisce.org) ou par téléphone**

**PARIS ANIM'  
BINET**  
28, Avenue  
de la Porte  
Montmartre  
75018 Paris  
01 42 55 69 74