

STAGES & ATELIERS

Yoga

Le 19 septembre de 10h30 à 12h - gratuit

Bouge, respire, résonne :

Rencontre avec **Juliette Ayogam** pour cette séance découverte autour d'une pratique de bien-être : le yoga. Nous pourrions partager un temps de méditation guidée, avant de pratiquer quelques asana inspirées par le hatha et le vinyasa. Nous terminerons avec une relaxation guidée sous forme de voyage sonore accompagné par de la musique vivante. Un avant gout des futurs stages qui seront proposés au rythme des saisons dans les locaux du TILT.

Inscriptions au Tilt ou sur Hello Asso

Ateliers Cirque Parent / Enfant

Avec **Marie-Anne Chalencon**

3 octobre - 14 novembre - 12 €

Acrobaties, jonglage, boule... un temps complice à partager en famille autour des arts du cirque.

• Duo 18 mois / 3 ans → 9h45 - 10h45

• Duo 3 ans (scolarisé) / 6 ans → 11h00 - 12h00

Inscriptions au Tilt ou sur Hello Asso

Masterclass Qi Gong & Ostéopathie

10 octobre 9h30 - 12h - 25 €

Le mouvement, un allié naturel pour préserver sa santé.

Atelier qi gong proposé par **Alexandrine Lavandier**

Inscriptions au : 06 73 11 58 89

Après-midi magie

Proposé par **Yaël Magie**

21 octobre de 13h30 à 17h30 - 20€

Stages de 13h30-15h pour les 7/12 ans puis

15h-16h30 pour les 4/6 ans

Les stages seront suivi d'un **goûter** puis d'un **spectacle**.

Inscriptions au Tilt ou sur Hello Asso

APERI'TILT

JEUDI 24 SEPTEMBRE 18h00 - 20h

APÉRO BÉNÉVOLES

Vous avez du temps et l'envie de vous investir dans un projet humain et culturel ? Venez rencontrer l'équipe, découvrir le lieu, explorer nos activités et équipements... et poser toutes vos questions !

UN PROGRAMME POUR LES CURIEUX·SES



LE TILT C'EST AUSSI :

• le bureau de production

Lez'Arts Collectif
d'artistes du spectacle
vivant

• des espaces à louer :

réunions, formations,
danse, coworking

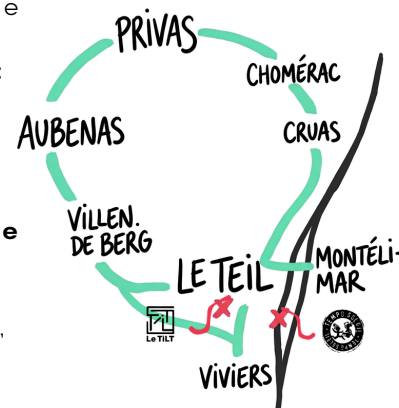
• des résidences

artistiques

• un café et bientôt une cantine !

• un crealab/fablab du matériel à louer : son, lumière, événements...

• cours de pratiques artistiques : danse, cirque, méditation...



PROGRAMME CULTUREL



SEPTEMBRE / DÉCEMBRE 2026



Le TILT
4 rue Colette Bonzo
07 400 Le Teil

04 75 00 06 68 / 06 58 72 52 32
contact@le-tilt.com



SUIVEZ-NOUS
www.le-tilt.com



Ne pas jeter sur la voie publique

Rendez-vous chaque 2ème vendredi du mois...
et bien plus encore !

ÉVÉNEMENTS

SAMEDI 5 SEPTEMBRE

De 16h à 22h - PORTES OUVERTES

De 16h à 18h

INITIATIONS

- Espace de pratique libre de **Cirque** pour tous proposé par **Marie-Anne Chalencon**
- Initiation assise de **Feldenkrais** pour ados et adultes proposée par **Anne Buffat**

De 18h à 22h

SOIRÉE ÉVÉNEMENTIELLE

Les participant-es du Tremplin TiLT, programme d'insertion et de remobilisation par la culture et le spectacle vivant, **Anne, Alecia, Benoît, Lionel**, prennent les commandes de la soirée. **Vernissage** : Exposition de planches de Bande-dessinées de story-board et de recherches graphiques par **Béno Expo., Danse, musique-chant-dessin live, fanzine.** Un événement imaginé et programmé par elles et eux, pour vous faire découvrir leurs talents, leurs univers et leurs voix singulières. Une soirée sincère, engagée et pleine de surprises.

De 19h à 20h30

Lancement de la **Cantine du Tilt** ! **Emerson** sera aux manettes et proposera sa cuisine sincère pour toutes et tous. Prix libre et conscient

VENDREDI 9 OCTOBRE

BTP

JEU

Florent aka Boni&Cloud

BTP pour Blind Test Protéiforme. À la croisée du Quizz musical, du jeu interactif et du théâtre, venez seul(e) ou en équipe. Disques vinyles, musiques inattendues et thématiques farfelues vous feront rire et voyager au Tilt.

Ouverture des portes à 19h30 - Jeu spectacle à 20h30

Tout public - Prix libre et conscient

VENDREDI 13 NOVEMBRE

TELLINE ESCALE

CONCERT

Telline Escale est un duo électro-pop poétique aux compositions originales. Leur musique scintille de paillettes nacrées, comme une vague au coucher de soleil, douce et dansante à la fois.

Ouverture des portes à 19h30 - Concert à 20h30

Tout public - Prix libre et conscient

VENDREDI 27 NOVEMBRE

Les Canut.es/FEMIX/Le TiLT

CONCERT

Feminist Sound Lab

Six musicien-nnes femmes et minorités de genre venues de France et de Serbie se rencontrent pour imaginer un spectacle inédit, présenté pour la première fois sur scène. Découvrez le résultat de cette aventure sonore collective, façonnée au fil des échanges lors d'une semaine d'expérimentation au Tilt.

Ouverture des portes à 19h30 - Concert à 20h30

Tout public - Prix libre et conscient

Tremplin TiLT



Les canut.es



Yolanda Vaquero

Au premier regard



Jinja



Jarmolaine



VENDREDI 11 DECEMBRE

CONCERT

JINJA

"C'est l'histoire d'un Amour... ou la rencontre de l'amour de soi"

Le pianiste Didier Klein et la chanteuse Jinja Andrianambinina-Teyssier célèbrent la rencontre de l'amour de soi, par lequel tout commence. Conte poétique, profond et drôle, ce spectacle aborde la quête du grand amour en jazz, soul, blues ou chanson... en quatre langues.

Ouverture des portes à 19h30 - Concert à 20h30

Tout public - Prix libre et conscient

EXPOSITIONS

Du 5 septembre au 2 octobre

Béno

"Une bande dessinée sur un père au foyer qui essaie d'écrire une bande dessinée pendant que la vie, elle, écrit une histoire bien plus importante."

Vernissage le 5 septembre à 18h30

Du 9 octobre au 9 novembre

Yolanda Vaquero

"Au premier regard, l'Homme"

Sensible au regard souvent indifférent des gens sur des faits de société, Yola garde longtemps sa vision du monde pour soi. Grâce à la bienveillance d'une amie et à la magie de ces lieux d'exposition qui lui ressemblent, le moment est venu de partager son regard sur l'Humanité.

Vernissage le 9 octobre à 18h30

Du 13 novembre au 7 décembre

Priscille Myszkowski

"Veines et vanités"

"Ce n'est pas de l'art abstrait, mais un soulignement choisi des veines d'un bois simple, rehaussées par des teintes neutres et colorées. Les lignes et les couleurs, nous emmènent, selon la direction choisie du tableau, dans un imaginaire qui est propre à chacun."

Vernissage le 13 novembre à 18h30

Du 11 décembre au 9 janvier

Jarmolaine

"Rudes nuits"

Artiste plasticienne à l'univers zinzin et dérangeant, expose ici du contenu nocturne, en écrit et en image

Vernissage le 11 décembre à 18h30