

PRATIQUES COLLECTIVES

pour les adultes 2026-2027

Intitulé	Horaires / Niveau	Professeur	Places
BIG BAND « OnlyPotes » Guitare, clavier, basse batterie, vents. cordes ...	Jeudi 20h15-21h45 4 ans d'instrument requis	Eric PAGE	12
ORCHESTRE CLASSIQUE « Cosmonotes » Violon, alto, violoncelle, contrebasse, clarinette, flûte, trompette, hautbois, basson...	Mercredi 20h-21h30 4 ans d'instrument requis	Bertrand AIMAR	20
ORCHESTRE CLASSIQUE « Philex » Violon, alto, violoncelle, contrebasse, clarinette, flûte, trompette, basson, hautbois...	Vendredi 20h-22h par quinzaine + 1 dimanche par mois 2 ans d'instrument requis	Bertrand AIMAR	20
CAPSULE INDIVIDUELLE OU COLLECTIVE Pour les adultes	<i>Cf. Liste</i>		
CYCLE SAMEDI OU DIMANCHE Pour les adultes	<i>Cf. Liste</i>		

CYCLES

SAMEDI OU DIMANCHE

POUR LES ADULTES

À PARTIR DE 16 ANS

2026-2027

Intitulé	Pour qui ?	Professeur·e	Dates et horaires	Places
ATELIER BLUES 3 séances de 3 heures	Instrumentistes ayant déjà une pratique de plusieurs années (5 sax, 1 batterie, 1 piano, 1 basse)	Benoît MEYNIER	Samedi 21 novembre, 16 janvier, 30 janvier 14h-17h	8
ATELIER BOSSA NOVA 1 séance de 3 heures	Instrumentistes ayant déjà une pratique de plusieurs années	Yann CHARESTAN	Samedi 13 mars 14h-17h	8
ATELIER GUITARE FLAMENCO 1 séance de 3 heures	Guitaristes à partir de la 4ème année	Yann CHARESTAN	Samedi 22 mai 14h-17h	6
ATELIER SALSA 1 séance de 3 heures	Instrumentistes ayant déjà une pratique de plusieurs années	Tomás MIZRAHI	Samedi 23 janvier 14h-17h	8
DÉCHIFFRAGE 6 séances d'1h30	Tou·tes instrumentistes Dès la 3ème année d'instrument	Bertrand AIMAR Hélène BILLARD Esther MAMANE Camille PETIT	Samedi 10 octobre, 21 novembre 12 décembre, 16 janvier 30 janvier, 13 mars 17h-18h30	12
ENSEMBLE de MUSIQUE BAROQUE 3 séances de 5 heures	Instrumentistes ayant déjà une pratique de plusieurs années	Jeronimo LOPEZ Marie-Claude LEBEY	Dimanche 22 novembre, 13 décembre, 24 janvier 10h-13h / 14h-16h	15
INITIATION à la GUITARE 6 séances d'1h30	Débutant·es ou faux débutant·es	Octave MURAT	Samedi 12 décembre, 16, 30 janvier 13, 20 mars, 24 avril 14h-15h30	6
MAO (Musique Assistée par Ordinateur) 6 séances 1h30	Pour tou·tes	Octave MURAT	Samedi 3 octobre, 14 novembre 9 janvier, 27 février, 6 mars, 3 avril 14h-15h30	6
MUSIQUE ACTUELLE des PARENTS 6 séances 1h30	Parents d'élèves Instrumentistes ayant déjà une pratique de plusieurs années	Camille PETIT André VIGIER-LATOUR	Samedi 13 mars, 20 mars, 24 avril, 29 mai, 5 juin, 19 juin 15h30-17h	8

Coût :
 307€ le cycle de 15h / 184€ le cycle de 9h / 62€ le cycle de 3h
 + 2€ d'adhésion à l'association

POLYNOTES

Association à but non lucratif
 Direction pédagogique : Hélène BILLARD
 01 43 79 88 75 - 83, rue Léon FROT - PARIS 11ème -
 Tous les renseignements sont sur polynotes.org



ATELIERS-CAPSULES

2026-2027
3 SÉANCES COLLECTIVES OU INDIVIDUELLES

DIFFICULTÉ IDENTIFIÉE	DESCRIPTION DE LA CAPSULE	PROF.	DATES ET HORAIRES
<i>Je ne sais pas comment travailler au piano ni comment mesurer les progrès</i>	L'autonomie au piano Y a-t-il des "trucs" qui pourraient m'aider ?	Esther MAMANE	SAMEDI 15H15-16H 07.11 / 21.11 / 05.12 CAPSULE COLLECTIVE
<i>Je ne m'y connais pas en musique. J'ai l'impression de ne pas savoir apprécier une oeuvre. J'aime qu'on m'explique ce qu'il faut écouter</i>	Comment écouter la musique ? Est-ce que ça s'apprend ? • 3 séances d'écoute guidée • Apprendre à écouter • Développer le plaisir de l'écoute	Camille PETIT	SAMEDI 16H45-17H30 07.11 / 28.11 SAMEDI 16H-16H45 12.12 CAPSULE COLLECTIVE
<i>Je n'ai pas le sens du rythme, je ne suis jamais dans le bon tempo</i>	Trouver le tempo et le maintenir • Écouter • Ressentir • Jouer	Jeronimo LOPEZ	DIMANCHE 14H30-15H15 08.11 / 10.01 / 28.02 CAPSULE COLLECTIVE
<i>J'aimerais bien écrire la musique de manière claire et efficace</i>	Savoir noter la musique, mieux la comprendre • Lire les notes calligraphiées • Écrire au crayon • S'initier au logiciel Musescore	Jeronimo LOPEZ	DIMANCHE 16H30-17H15 08.11 / 10.01 / 28.02 CAPSULE COLLECTIVE
<i>Je ne pratique pas assez le violoncelle et je souhaite renouveler ma façon de travailler</i>	Pratiquer le violoncelle à partir d'audios: • Apprendre à jouer avec un accompagnement audio • Enrichir sa pratique d'exercices techniques accompagnés par des oeuvres du répertoire	Hélène BILLARD	SAMEDI 14H-14H45 14.11 / 09.01 / 27.02 CAPSULE COLLECTIVE
<i>J'ai du mal à trouver les notes sur le manche du violon du 1er coup. Je voudrais améliorer ma justesse</i>	La justesse au violon • Entendre • Imaginer • Trouver la note juste	Bertrand AIMAR	SAMEDI 15H-15H45 14.11 / 09.01 / 27.02 CAPSULE COLLECTIVE
<i>Je chante faux, on me l'a toujours dit !</i>	Chanter juste, c'est possible • Reproduire une hauteur de son, un intervalle • Libérer sa voix • Apprécier son chant	Francine ROMAIN	DIMANCHE (30MN HORAIRE À DÉFINIR) 15.11 / 13.12 / 17.01 CAPSULE INDIVIDUELLE
<i>Je voudrais enfin vibrer au violoncelle et rendre mon son plus expressif</i>	Le vibrato au violoncelle • Comment l'obtenir, • Comment l'améliorer, le moduler • À quel moment l'utiliser	Elisabeth URLIC	MARDI 19H30-20H15 08.12 / 12.01 / 02.02 CAPSULE COLLECTIVE
<i>J'aimerais pouvoir m'accompagner au piano quand je chante</i>	Apprendre et utiliser les accords de base au piano pour s'accompagner.	Camille PETIT	SAMEDI 13H15-14H 09.01 SAMEDI 16H45-17H30 30.01 / 27.02 CAPSULE COLLECTIVE
<i>Je suis mal à l'aise avec les coups d'archet et j'ai du mal à les travailler. Comment faire pour les choisir ?</i>	Le sautillé, les coups d'archet au violon • La technique • Le choix des coups d'archet	Bertrand AIMAR	SAMEDI 16H-16H45 20.03 / 22.05 / 29.05 CAPSULE COLLECTIVE
<i>Les passages rapides sont brouillons, je n'arrive pas à réussir les notes répétées ou en doubles croches</i>	Précision des articulations et vitesse du détaché avec un instrument à anche • Améliorer la coordination entre la langue et les doigts • Gagner vraiment en vitesse.	Antonio CALACE	SAMEDI 14H-14H45 20.03 / 22.05 / 29.05 CAPSULE COLLECTIVE