



ACTIVITÉS EXTRA-SCOLAIRES 2025-2026

Pour connaître les horaires associés ou pour tout renseignement, merci de
contacter Mme Laetitia Massin : lmassin@florimont.ch.



SPORTS

SPORTS

Activités	Tranche d'âge	Classes
Aikido <i>Art martial japonais aidant à canaliser énergies et émotions</i>	11-14	6 ^e -4 ^e
Athlétisme <i>Course de fond, sprint, relais au stade de Florimont</i>	8-14	9 ^e -4 ^e
Basketball <i>Initiation et entraînement. Participation à la journée du championnat ADISR</i>	9-15	8 ^e -3 ^e
Boxe/fitness <i>Enseignement des bases de la boxe en mettant l'accent sur la forme physique</i>	3-15	14 ^e -3 ^e
Calistenics <i>force, contrôle, agilité. Entraînement au poids du corps visant la perfection du mouvement</i>	11-17	6 ^e -T
Dance kids (zumba) <i>Expérimentation et partage de la créativité en mouvement et en musique</i>	5-11	12 ^e -7 ^e
Danse classique <i>Base techniques solides et travail sur la maîtrise de la relation musique-mouvement</i>	6-9	11 ^e -9 ^e
Danse contemporaine <i>Forme d'expression libre, puissante et créative mêlant fluidité, ancrage, souplesse et émotion</i>	11-14	6 ^e -4 ^e
Danse Modern Jazz <i>Danse favorisant le bon palcement corporel et l'expression de soi, à travers la chorégraphie</i>	6-11	11 ^e -7 ^e
Eveil à la danse <i>S'ouvrir à la danse en s'amusant, et se dépenser tout en travaillant sa motricité</i>	3-5	14 ^e -12 ^e
Escalade <i>Entraînement aux efforts de résistance, à une bonne motricité et au travail en binôme</i>	8-17	9 ^e -T
Escrime <i>Club d'escrime de Florimont. Souplesse, réflexes, rapidité, puissance.</i>	6-13	11 ^e -5 ^e
Football avec Djourou Elite <i>Entraînements alliant passion, exigence et plaisir du jeu. Voyage immersion en option</i>	8-14	9 ^e -4 ^e
Gymnastique <i>sol, barres asymétriques, anneaux</i>	6-14	11 ^e -4 ^e
Judo <i>Initiation à cet art martial aidant à prendre confiance et à découvrir son corps</i>	3-11	14 ^e -7 ^e
Pilates <i>Entraînement alliant respiration, concentration, centrage, contrôle, précision et fluidité</i>	11-14	6 ^e -4 ^e
Self-défense <i>Apprentissage à savoir réagir à toutes situations potentielles, à la réponse spontanée du corps</i>	11-14	6 ^e -4 ^e
Tennis de table <i>Apprentissage technique et entraînement, suivi de "jeux" avec challenges et défis</i>	7-14	10 ^e -6 ^e
Triathlon <i>Course à pieds, vélo, et natation (club plan-les-Ouates) et participation aux compétitions suisses</i>	11-13	6 ^e -5 ^e
Yoga & relaxation <i>Initiation à travers la respiration, la sophrologie, les étirements. Canaliser l'énergie</i>	3-11	14 ^e -7 ^e

ARTS ET CRÉATIVITÉ

Activités	Tranche d'âge	Classes
Atelier de céramique <i>Initiation à travers le modelage, la sculpture, l'estampage, le décor aux engobes et la gravure</i>	11-14	6 ^e -4 ^e
Atelier de dessin <i>Expression artistique à travers: crayons, aquarelle, feutres, pastel, Neocolors, stylos, fusain</i>	8-11	9 ^e -7 ^e
Atelier des couleurs <i>Exploration du monde des couleurs par diverses techniques ludiques avec peintures et encres</i>	6-11	11 ^e -7 ^e
Petit atelier théâtre en anglais <i>Pour élèves débutants ou intermédiaire en anglais pour oser s'exprimer en s'amusant</i>	6-8	11 ^e -10 ^e
English theater <i>Simply theater propose d'explorer le théâtre en anglais en groupe, y compris via de l'improvisation</i>	8-11	9 ^e -7 ^e
Chorale <i>Chants à l'unisson, à 2 voix en canon, en français et en anglais, le répertoire abordé est éclectique</i>	7-11	10 ^e -7 ^e
Cours de cuisine <i>apprentissage ludique de la cuisine. Cahier de recettes et thèmes de saison</i>	4-11	13 ^e -7 ^e
Théâtre <i>Apprendre à s'exprimer, improviser, travailler les déplacements. Découverte de l'univers théâtral</i>	8-15	9 ^e -3 ^e





TECHNOLOGIE ET INNOVATION

Activités	Tranche d'âge	Classes
Cours de design 3D: Blender et Fusion 360 <i>Cours de techniques de modélisation 3D: du design industriel, à l'animation et au rendu réaliste</i>	11-14	6 ^e -4 ^e
Futurekids - Robotique Spike Essential <i>Cours de robotique avec LEGO. Projets semi-dirigés et libres</i>	6-9	11 ^e -9 ^e
Futurekids - Robotique Spike Prime <i>Construction de robots LEGO et apprentissage de leur programmation</i>	11-14	6 ^e -4 ^e
Futurekids - Création 2D, 3D et réalité virtuelle <i>Programmation visuelle par blocs et codage. Réalité virtuelle et images animées</i>	8-11	9 ^e -7 ^e
Futurekids - Création de jeux vidéo avec Scratch Kodu <i>programmation d'animations et de jeux, game design. Développement d'un projet libre</i>	8-11	9 ^e -7 ^e
Futurekids – Programmation Python avec Minecraft <i>Codage grâce au langage Python à travers divers projets ludiques</i>	11-14	6 ^e -4 ^e
Futurekids – Roblox Studio : crée & code tes jeux vidéos <i>Conceptualise et code tes jeux vidéos à travers projets guidés et libres</i>	11-14	6 ^e -4 ^e
TechLabs – JR STEAM Medley <i>Introduction au codage, programmation de robots, apprentissage de la conception 3D</i>	6-9	11 ^e -9 ^e
TechLabs– AI robotics Lab <i>Apprendre les bases de l'IA, de la vision par ordinateur et de la décision intelligente via logiciels IA</i>	11-14	6 ^e -4 ^e



DÉVELOPPEMENT PERSONNEL ET COGNITIF

Activités	Tranche d'âge	Classes
Jeux d'échecs <i>Développe la concentration, aiguise l'attention, renforce la capacité d'analyser</i>	4-14	13 ^e -4 ^e
Atelier des émotions <i>Aide à reconnaître, exprimer et apprivoiser les émotions à travers jeux, chansons, histoires, danses</i>	4-6	13 ^e -12 ^e
Atelier débats et émotions <i>L'atelier offre un espace de confiance privilégié: on réfléchit ensemble, on s'écoute, on s'exprime</i>	7-10	10 ^e -8 ^e
Club débat et intelligence émotionnelle <i>Développement des compétences socio émotionnelles dans un espace de confiance</i>	11-14	6 ^e -4 ^e
Cours de conflits et stratégies de notre histoire <i>Cours de stratégie et d'histoire militaire préparant à l'analyse géopolitiques et géostratégiques</i>	15-18	2 ^e -T
Atelier Graines d'entrepreneurs <i>Développement de l'esprit et de projets d'entrepreneuriat</i>	11-15	6 ^e -3 ^e
Prix International du Duc d'Edinburgh (DofE) <i>Programme valorisant la créativité, l'activité physique, le service notamment grâce aux expéditions</i>	14-18	3 ^e -T

GARDERIE DU MERCREDI APRÈS-MIDI

Activités	Tranche d'âge	Classes
Flo'découverte 14^e <i>Après la sieste, des après-midis découverte à Florimont (bricolages, danse, cuisine)</i>	3	14 ^e
Flo'découverte <i>Des après-midis découverte, à Florimont ou en sortie (musée, accrobranche, ferme, ...)</i>	4-11	13 ^e -7 ^e
Round the World with Flo <i>Des après-midis découverte en anglais</i>	4-7	13 ^e -10 ^e

COURS PRIVÉS D'INSTRUMENTS DE MUSIQUE

Activités	Tranche d'âge	Classes
Violon	6-17	11 ^e -T
Piano	4-17	12 ^e -T
Violoncelle	8-17	9 ^e -T
Guitare acoustique	8-17	9 ^e -T
Guitare électrique	8-17	9 ^e -T

Institut Florimont
37, avenue du Petit-Lancy
Case postale 616
1213 Petit-Lancy 1
Tel: + 41 (0)22 879 00 00
Fax: + 41 (0)22 792 09 18
www.florimont.ch
info@florimont.ch

I N S T I T U T
FLORIMONT