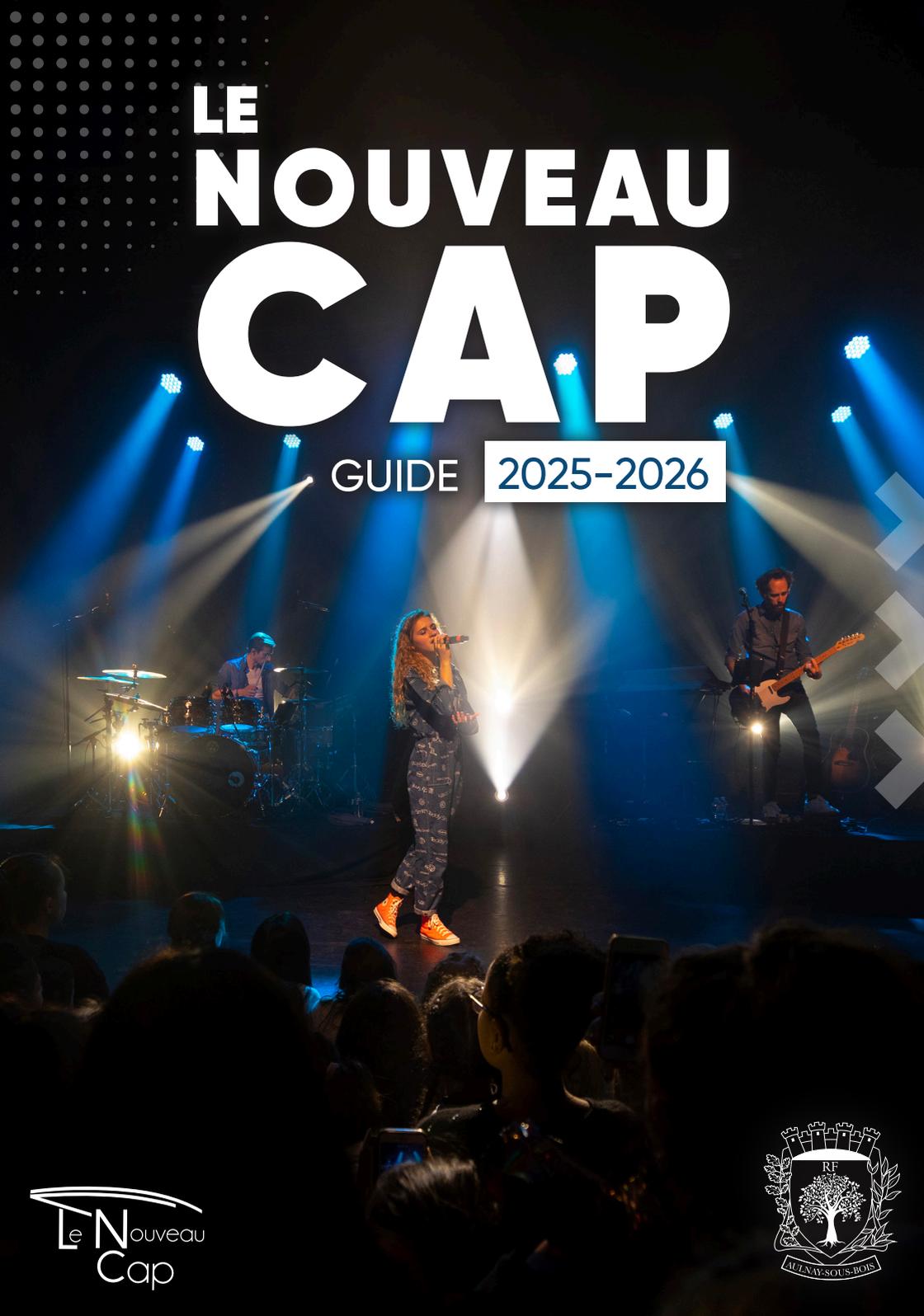


LE NOUVEAU CAP

GUIDE 2025-2026



ÉDITO



Nous sommes heureux de vous retrouver pour une nouvelle année pleine de créativité et d'enthousiasme.

Cette rentrée 2025 s'annonce riche en découvertes, avec des concerts, des ateliers, des expositions et des moments de convivialités pensés pour tous les publics.

Le programme des ateliers est dès à présent disponible sur le site de la ville. Cette année deux nouveautés viennent enrichir notre offre : Devant le succès rencontré lors de nos stages d'initiation, "Cap'Track", devient un atelier à part entière, une belle occasion de se perfectionner à la Musique assistée par ordinateur.

"Cap' Comédy", l'atelier théâtre adulte pour explorer le jeu scénique et se découvrir dans une ambiance conviviale.

Rejoignez le cursus Musiques Actuelles proposé en partenariat avec le Conservatoire d'Aulnay-sous-Bois.

Bonne lecture, et à très vite au Nouveau Cap !

Bruno Beschizza
Maire d'Aulnay-sous-Bois



Le Nouveau Cap se distingue par une programmation culturelle riche et éclectique, capable de séduire un large public tout en accueillant des artistes de renommée internationale. Il s'impose ainsi comme un pilier incontournable de la vie culturelle locale.

Bien plus qu'une simple scène, c'est un véritable carrefour artistique qui contribue à l'animation du territoire et au renforcement du lien social à travers la culture.



Sébastien Morin
Adjoint au maire aux arts et à la culture

PRATIQUE MUSICALE



Pianissimo

Le mardi et mercredi
à partir de 14h (session 20 min)

**Atelier d'initiation et d'apprentissage
du piano**

Envie de vous initier au piano ou d'enrichir votre pratique ? Cet atelier vous propose un accompagnement personnalisé pour découvrir cet instrument avec plaisir, à votre rythme. L'approche se veut ludique, interactive, et ouverte à toutes les envies musicales.

Intervenant : Ismail Benhabyles

Accessible à partir de 12 ans



Cap'Basse

Mercredi de 17h à 20h
(session 30 min)

Atelier Basse - maîtrise du groove

Cet atelier vous propose de découvrir ou perfectionner la basse, cet instrument discret mais essentiel. Travail du rythme, placement, écoute collective ; Vous apprendrez à poser les bases solides d'un bon groove.

Intervenant : Eric Rakotoarivony

Accessible à partir de 10 ans



Cap Guitare

Sessions de 45 minutes,
(par niveau) le mercredi
de 14h à 20h

Atelier guitare

Envie d'apprendre ou d'approfondir la guitare dans une ambiance motivante ? Cet atelier propose une approche visuelle et intuitive pour progresser à votre rythme. Accompagnement personnalisé pour vous aider à développer votre jeu, votre oreille et votre présence sur la scène.

Intervenant : Alex Benichou

À partir de 10 ans



LES ATELIERS

Cap' track

Le mardi et mercredi à partir de 14h (session 20 min)

Atelier perfectionnement à la MAO

Cap'Track, c'est un espace dédié à celles et ceux qui créent déjà et souhaitent aller plus loin. Besoin d'un coup de main pour utiliser un logiciel, peaufiner un mix, ou concrétiser un projet sonore ? Cet atelier est là pour vous accompagner et débloquer vos idées et vous aider à progresser dans la création musicale.

Intervenant : Ismaïl Benhabyles

Accessible à partir de 12 ans



Cap'Percussion

Mardi de 17h à 22h (session 30 min)

Atelier de Percussions : Cajon, darbouka...

Un atelier pour plonger dans l'univers vibrant des percussions, en s'appuyant sur des rythmes traditionnels du monde. Entre tak et doum, vous apprendrez les frappes de base, et laisserez place à l'improvisation. Un moment de partage musical ou le jeu collectif est au cœur de la pratique. Cette année, un nouveau module "Cajon" à découvrir !

Intervenant : Dahmane Khalifa

Accessible à partir de 10 ans



Cap'Drum

Mardi de 17h à 20h - (session 45 min)

Atelier Batterie – rythmes et techniques

Quel que soit votre niveau, venez découvrir ou perfectionner votre pratique de la batterie dans un cadre personnalisé. Vous explorerez différents styles musicaux, apprendrez les bases techniques ou approfondirez votre jeu selon vos besoins. Un atelier dynamique pour progresser à votre rythme.

Intervenant : Lucas Coudert

Accessible à partir de 10 ans



Cap' Accompagne

Mardi de 17h à 20h (Suivant projet)

Vous composez, vous écrivez, vous créez ? Cet accompagnement sur mesure est fait pour vous. Que vous soyez beatmaker, chanteur ou musiciens, notre équipe vous accueille en studio pour vous aider à structurer, enrichir ou finaliser vos projets.

Intervenant : Ismaïl Benhabyles

Accessible à partir de 16 ans





PRATIQUE VOCALE

Cap'Voix

Jeudi de 16h30 à 20h30 (session de 30 minutes)

Atelier chant - exprime ta voix

Votre voix est votre instrument de musique le plus personnel. Cet atelier vous invite à en explorer toutes les dimensions : techniques vocales, interprétation, confiance, expressivité ; un accompagnement personnalisé pour révéler votre potentiel vocal.

Intervenant : Yann Cosson

Accessible à partir de 12 ans

Cap'Gospel Choir

Jeudi de 19h à 22h (session 90 min)

Gospel traditionnel / Gospel urbain

Envie de vibrer en chœur ? Cet atelier vous ouvre les portes du chant gospel, dans toute sa richesse : traditionnel ou urbain, toujours porté par l'émotion, l'harmonie et l'énergie du collectif.

Intervenant : Moïse Chery

Accessible à partir de 15 ans

PRATIQUE THÉÂTRALE



Cap'Kids Comedy

Mercredi de 14h à 18h

Votre enfant souhaite avoir un premier contact avec la scène, ludique et drôle. Alors inscrivez-le à l'atelier Cap'Kids Comedy ! Cet atelier offre un espace de liberté, fait appel à la sensibilité et à la créativité. Il permettra à votre enfant de s'exprimer plus facilement, donc d'aborder avec plus d'assurance les autres apprentissages. Au programme : éveil corporel et vocal, écoute, contact et dynamisation, travail sur les espaces, jeux de rythme, improvisation, construction d'un parcours de restitution.

Intervenante : Yasmina Ghemzi

De 8 à 13 ans



Cap'Comedy

Lundi de 19h à 21h

Vous êtes prêt(e) à parler de vous (avec ou sans humour). Vous n'avez pas peur de la scène et de la caméra. Vous êtes motivé pour intégrer une troupe. Alors inscrivez-vous à l'atelier Cap' Comedy ! Cet atelier propose un voyage poétique, scénique et artistique qui aiguise la sensibilité et aide à maîtriser le geste et la parole. Improvisations, techniques du jeu d'acteur et écriture de textes, approche des personnages. Ouvert aux personnes ayant ou non une pratique artistique.

Intervenants : Karim Yazı et Yasmina Ghemzi

Accessible à partir de 16 ans

6

PRATIQUE CULINAIRE



Petit Cuisto

Mercredi de 14h30 à 16h30

Ce sont nos bambins qui sont invités à découvrir l'art de la pâtisserie. Au programme, des recettes simples et faciles, que nos chers enfants pourront réaliser et déguster

Intervenante : Mireille Simion

Accessible à partir de 8 ans





LES MUSIQUES ACTUELLES

Au Nouveau Cap et/ou Au Conservatoire à Rayonnement Départemental d'Aulnay-sous-Bois

Parcours Etudes Création Musiques actuelles

Vous êtes collégien, lycéen, musicien ou beatmaker ?

Rejoignez un cursus complet pour créer vos propres titres !

Deux profils possibles :



Beatmaker – débutant ou avancé



Instrumentiste ou chanteur Musiques Actuelles Amplifiées (MAA)
en solo ou en groupe

Parcours Projet Création Musiques actuelles

Vous avez un projet de création artistique à réaliser ?

→ Besoin de MAO, pratique de groupe, composition, culture musicale ?

Ce dispositif sur-mesure est fait pour vous (instrumentistes, chanteurs, groupes, beatmakers).

Candidatures ouvertes jusqu'au 22 juin 2025

→ Formulaire en ligne sur les sites du Nouveau Cap ou du Conservatoire



Flashez pour accéder
au formulaire
du Nouveau Cap



Flashez pour accéder
au formulaire
du Conservatoire

Atelier de groupe Musiques Actuelles Amplifiées (MAA)

Intègre un groupe encadré sur l'année et accède aux studios du Nouveau Cap ! Profite d'un accompagnement personnalisé pour progresser dans un cadre stimulant pour apprendre, pratiquer et créer ensemble.

Accessible à partir de 10 ans

MODALITÉS D'INSCRIPTION AUX ATELIERS

Après le calcul du barème familial, dépôt des dossiers d'inscription et règlement à l'accueil du Nouveau Cap à partir du 1^{er} septembre 2025.

• Dossier d'inscription

Dossier d'inscription disponible sur le site ou sur place.

Dépôt des dossiers à l'accueil du Nouveau Cap ou par courrier :
56 rue Auguste Renoir
93600 Aulnay-sous-Bois.

• Contact ateliers

lenouveaucap@aulnay-sous-bois.com

• Pièces à fournir

Deux photos d'identité
Autorisation parentale pour les mineurs
Cotisation annuelle, payable en une seule

DATE DE REPRISE DES ATELIERS : LE 15 SEPTEMBRE 2025

TARIFICATION

Le montant à régler pour l'année repose sur le calcul du barème familial. Celui-ci s'effectue en mairies annexes ou au centre administratif, à partir du 1^{er} juillet de l'année en cours. Si vous renoncez au barème familial, il vous faut impérativement fournir un justificatif de domicile datant de moins de 3 mois (facture eau, gaz, électricité, téléphone fixe ...); vous serez facturé au tarif maximum Aulnaysien.

• Vous n'êtes pas Aulnaysien et résidez en Seine-Saint-Denis (93) ?

Vous êtes soumis à un tarif trimestriel unique.

• Vous n'êtes pas Aulnaysien et résidez hors du département de Seine-Saint-Denis (93) ?

Vous êtes soumis à un tarif trimestriel unique.

Uniquement en ligne.





LES STUDIOS

Le Nouveau Cap dispose de trois studios dédiés à la répétition et à l'enregistrement. Climatisés et équipés, ils sont ouverts sur réservation aux musiciens et aux groupes amateurs et professionnels.

Studios de répétition

30 m² (maximum 8 musiciens)

40 m² (maximum 12 musiciens), équipé d'une cabine pour enregistrement multipistes.

L'enregistrement

L'accès à la M.A.O. (Musique Assistée par Ordinateur) permet aux artistes d'enregistrer et de mixer des morceaux avec les techniciens son du Nouveau Cap pour finaliser un projet de qualité professionnelle.



Horaires et réservations

Les studios sont ouverts :

Du mardi au samedi de 14h à minuit

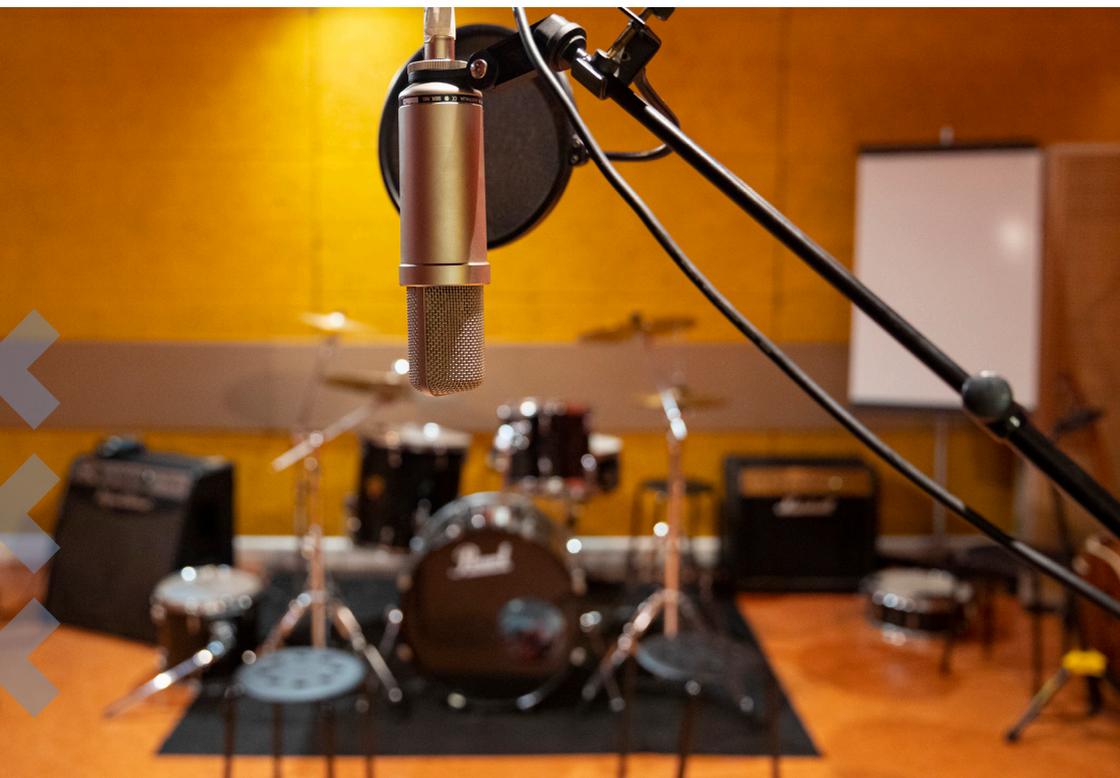
Réservations par téléphone du mardi au vendredi de 10h à 12h et de 14h à 16h :

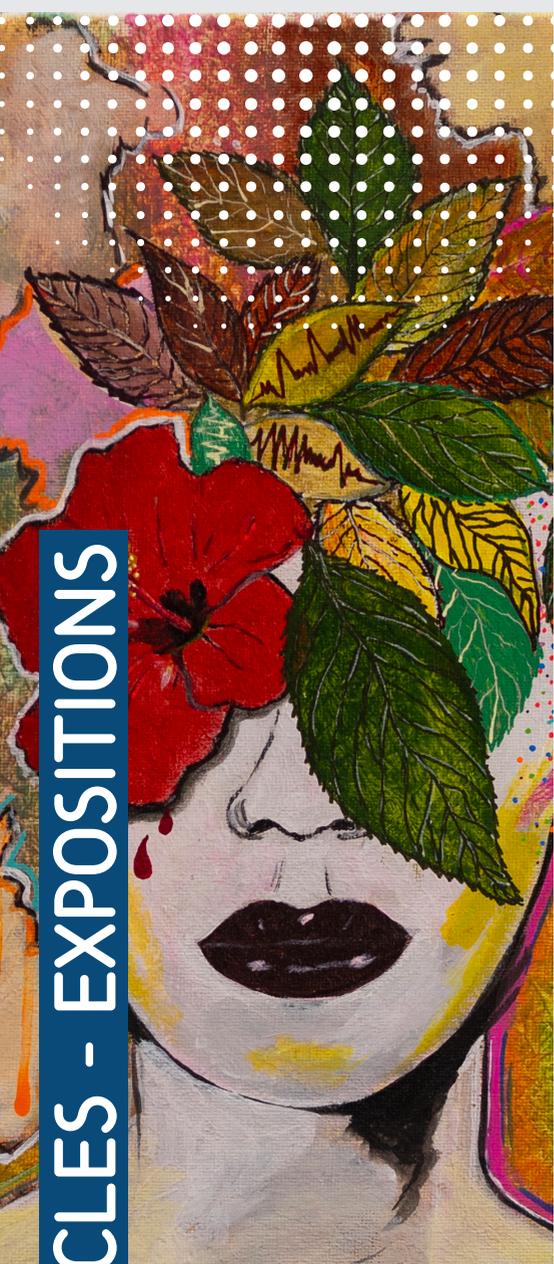
Au 01 48 79 63 33

Par mail : lenouveaucap@aulnay-sous-bois.com

Par message via Instagram ou facebook.

| TARIFS | | |
|-----------------|---|---------------------------------|
| | Studio 1 (30m ²) | Studio 2 (40m ²) |
| Tarif horaire | 12€ / h | 13 € / h |
| RÉPÉTITIONS | Forfait 2h d'enregistrement (1 voix - 1 support CD) | 12 € / h |
| | Forfait 10 heures | 89 € |
| | Forfait 20 heures | 188 € |
| ENREGISTREMENT | | 300 € |
| Groupe 8 heures | | |





SPECTACLES - EXPOSITIONS

LES SPECTACLES

Concerts, stand-up, théâtre, conférences, danse, cinéma, spectacles de magie... Vous l'aurez compris, l'éclectisme est notre mot d'ordre. Tout au long de l'année laissez-vous surprendre par une programmation riche et vibrante. Concerts, humour, théâtre, jeune public...il y en a pour tous les goûts et toutes les envies !

Le Nouveau Cap vous accueille dans une ambiance chaleureuse pour vivre ensemble des moments intenses, festifs ou intimistes. Retrouvez le programme complet à l'accueil ou en ligne sur :

<https://www.aulnay-sous-bois.fr/agenda/loisirs/culture/par-structures/le-nouveau-cap/>

Infos pratiques :

Le Nouveau Cap ouvre ses portes 45 minutes avant le début des spectacles. Placement libre dans la salle ; arrivez en avance pour choisir votre place !

Réservations : Du mardi au jeudi de 9h30 à 12h00 et de 14h00 à 17h00

Lundi et vendredi de 9h30 à 12h00

Tél : 01 48 79 63 33

Préventes : FNAC, France billets, festik

Tarif réduit : -25 ans, étudiants, personnes en situation de handicap, demandeurs d'emploi, adhérents du Nouveau Cap, CRD, CREA et EACM.

Pour toute question particulière (accès PMR, accueil spécifique, etc.), n'hésitez pas à contacter directement l'équipe du Nouveau Cap.

LES EXPOSITIONS

Tout au long de l'année, le hall du Nouveau Cap accueille un mur d'exposition dédié aux artistes. Une belle vitrine pour découvrir des univers variés, des talents et des regards singuliers sur le monde.

Accès libre : du mardi au vendredi de 11h à 17h30 sans interruption et les soirs de spectacles. **Contact :** 01 48 79 44 71



LE RESTAURANT

« Le Monde dans l'Assiette » vous fait découvrir des saveurs des 4 coins du monde tous les midis.

Au menu, entrée, plat et dessert, formules rapides et bien d'autres propositions à des prix abordables, sur place ou à emporter.

Horaires

Du lundi au vendredi de 12h à 14h30.

Tarifs

Formule 12 € :

Entrée + plat + dessert

Formule 10 € :

Entrée + plat ou plat + dessert

Plat seul : 8 €

La salade de Titi : 8 €

Sandwichs :

Classique : 3,50 €

Sandwich asiatique : 4 €

(poulet mariné au curry et fromage,
bœuf citronnelle)





LE NOUVEAU CAP

56 rue Auguste Renoir
93600 Aulnay-sous-Bois
Tél : 01 48 79 63 33

LE SECRÉTARIAT

Du lundi au vendredi de 9h à 12h
et de 14h à 17h
Tél : 01 48 79 44 90

RÉSERVATION STUDIO

Du mardi au vendredi de 10h à 12h
et de 14h à 18h
Tél : 01 48 79 63 33

RÉSERVATION CONCERT ET SPECTACLE

Du mardi au vendredi de 14h à 17h
Tél : 01 48 79 63 33 ou 06 14 62 56 94
lenouveaucap@aulnay-sous-bois.com



www.aulnay-sous-bois.fr/mes-loisirs/culture/le-nouveau-cap/



@lenouveaucap

PLAN D'ACCÈS

RER B

Arrêts Villepinte ou Aulnay-sous-Bois

BUS 43, 609 ou 617

43, 609 ou 617 arrêt « Tennis »
609 arrêt « Victor Hugo »

Autoroute A3 - A1

Direction « Lille Charles de Gaulle » : sortie Aulnay ZI.
Au carrefour de l'Europe : 2^e sortie ; puis suivre les
panneaux « Le Cap »

