

YOGA et RELAXATION

Pour adultes et adolescents
Animateur

Alexandre MONTANARI (Association AÈRE)



Reprise des cours **Mardi 12 septembre** de 20h à 21h15
Inscription **uniquement par téléphone** au 06.11.72.01.89 car places limitées
Possibilité de faire 1 séance d'essai en appelant
Lieu Salle Espace de la Carronnière

PARTICIPATION

ADHESION AÈRE ANNUELLE 15 €

COURS : Séances d'1 h 15 (minimum 32 par an)
Forfait annuel : 243 € soit 3 chèques de 81 € chacun, encaissés en 3 fois non remboursable

RENSEIGNEMENTS Alexandre MONTANARI 06.11.72.01.89 – aere71@sfr.fr
Site : www.yogalouhans.fr

Imprimé par le 7^e Chemin

QI GONG

Pour adultes et adolescents

Animatrice : Clotilde MAURY, praticienne en médecine traditionnelle chinoise

Inscription Un projet de bébé étant en cours, les cours seront probablement suspendus pour la prochaine saison.

Si toutefois un ou une remplaçant(e) se présentait, les cours seront maintenus.
Plus d'information à compter de 01/09/17 sur le site

Lieu Espace de la Carronnière



AUCUN COURS SANS CERTIFICAT MEDICAL

RENSEIGNEMENTS : Clotilde MAURY 06 80 38 47 22
Site : www.clotildemaury.fr

GALA DE DANSE – JUIN

INDICATIONS UTILES pour les activités ACCL

[Danse – Rock – Gym – Muscu – Boxe]

- ❖ Adhésion individuelle à remplir le jour de l'inscription (une par personne)
- ❖ Certificat médical de non contre indication à la pratique de l'activité choisie obligatoire pour toutes les sections [Pensez à faire des photocopies – Certificat valable 3 ans]
- ❖ Paiement possible en 3 fois avant le 1 JANVIER 2018

ASSURANCE

Toutes les cotisations comprennent une assurance individuelle souscrite par l'A.C.C.L. à la MAIF pour l'ensemble des adhérents.

AIDES EVENTUELLES

Les TOUS LOISIRS JEUNES (pour les 13/18 ans) envoyés par le CAF de l'Ain à certaines familles, ainsi que ceux de la M.S.A. au profit de l'enfant.

Les chèques Vacances sont acceptés puisque l'A.C.C.L. est agréé auprès de l'A.N.C.V. sous le numéro : 1R.2R.24

Les Coupons Sports

Les Aides de votre Comité d'Entreprise : Dépôt du chèque en caution

GYMNASTIQUE d'ENTRETIEN RENFORCEMENT MUSCULAIRE CARDIO

Pour adultes et Adolescents

Sous réserve de professeur

Inscription Salle Espace de la Carronnière **Lundi 18 Septembre**
De 18h30 à 20h



Cours : Tous les lundis au gymnase (jusqu'à mi-juin)

de 18 h 30 à 19 h 30
de 19 h 30 à 20 h 30
GYM : Les cours Vétérans sont

maintenus le mardi de 10h30 à 11h30.

AUCUN COURS SANS REGLEMENT ET CERTIFICAT MEDICAL

PARTICIPATION ANNUELLE

100 €

RESPONSABLE ACCL

Annie ROSSO

04.74.52.61.87

STREET DANCE

FRED FAYARD -

Animatrice Elodie

Cours tous les LUNDIS 18h - 19h (1) rock n'dance - street dance - à partir de 7 ans
19h - 20h (1) street dance - modern jazz - contemporain - street jazz - Ado
(2) 30 mn supplémentaire pour approfondissement

Minimum de participant : 16! Cours

*Nous nous réservons le droit d'annuler un cours si le nombre de participant n'est pas atteint
Et/ou de modifier l'horaire ou l'ordre des cours.*

Lieu Salle Espace de la Carronnière

Inscription Salle Espace de la Carronnière - **Lundi 18 Septembre** 18h30 à 20h
AUCUN COURS SANS REGLEMENT ET CERTIFICAT MEDICAL

Cours à partir du **Lundi 25 Septembre**
jusqu'à la date du gala de danse (excepté les vacances scolaires)

PARTICIPATION ANNUELLE

(1) **150 €**
(2) **150 €**

RESPONSABLE ACCL

M-Laure SALLET

04.74.52.63.34

ASSOCIATION CANTONALE DE CULTURE ET DE LOISIRS

St TRIVIER DE COURTES

ACTIVITES 2017-2018

DANSE MODERNE

Pour filles et garçons à partir de 5 ans
Places limitées

Animatrices

Laëtitia VELON
{06 61 51 91 17}

Enfants nés en 2012 - 2011

Cours mercredi à partir de 17H45

Laura VELON
{06 59 28 99 57}

Enfants nés en 2010 - 2009 - 2008

Cours mardi à partir de 17H45

Hélène LAMBERET
{06 50 48 30 55}

Enfants nés en 2007 - 2008

Cours vendredi 18h - 19h

Enfants nés en 2005 - 2004 - 2003

Cours vendredi 19h - 20h

Ados avant 2002 et Adultes

Cours vendredi 20h - 21h

Lieu

Salle Espace de la Carronnière

Inscription Salle de danse **Vendredi 15 Septembre** De 18h30 à 20h

AUCUN COURS SANS REGLEMENT ET CERTIFICAT MEDICAL

Cours à partir de la semaine suivante jusqu'à la date du gala de danse (excepté les vacances scolaires)

PARTICIPATION ANNUELLE

100 €

RENSEIGNEMENTS

Animatrices

ZUMBA

Adulte et Ado à partir de 14 ans révolus

Sous réserve de professeur

Inscription Salle Espace de la Carronnière

Vendredi 15 Septembre

De 18h30 à 20h

Cours Salle de Danse : (jusqu'à mi-juin) Mercredi 18h 20h

AUCUN COURS SANS REGLEMENT ET CERTIFICAT MEDICAL

PARTICIPATION ANNUELLE

ZUMBA : faute de professeur nous

sommes contraintes de suspendre

les cours cette année.

MUSCULATION

Pour adultes et Adolescents

Mise à disposition d'appareils de musculation
Places limitées à 15

Inscription Salle Espace de la Carronnière

Lundi 18 Septembre

De 18h30 à 20h



Durée : Tous les lundis sauf vacances scolaires de 19 h à 21 h au gymnase

AUCUN COURS SANS REGLEMENT ET CERTIFICAT MEDICAL

PARTICIPATION ANNUELLE

50 €

RESPONSABLE ACCL

Annie ROSSO

04.74.52.61.87

ECOLE du DOS

Animateur : Mickael MOREIRA, kinésithérapeute

RENSEIGNEMENT Salle Espace de la Carronnière

Vendredi 15 Septembre

De 19h45 à 20h30

Cours MARDI de 19 h à 21 h

Lieu Gymnase

PARTICIPATION

5 € de l'heure

AUCUN COURS SANS BILAN MEDICAL AU CABINET

RENSEIGNEMENTS

M. MOREIRA

DESSIN – PEINTURE - PASTEL

Pour Enfants et Adultes de tous niveaux

Animateur

Laurent VERNIER

Inscription et reprise des cours **Mardi 19 Septembre** de 19h30 à 22h

Lieu Salle Espace de la Carronnière - Premier étage

PARTICIPATION ANNUELLE à BLEU MANDARINE

AUCUNE INSCRIPTION SANS REGLEMENT

RENSEIGNEMENTS

Laurent VERNIER 06 31 20 82 68

