

SOMMAIRE

- Mot du Conseil d'Administration
- Hommages
- Coordonnées des animateurs
- Proposition de stage : Pastel/dessin
- La Rentrée 2019 : nouveaux ateliers
- Derniers évènements
- Cours des Animateurs
- Forum des Adhérents
- Quelques informations : nouveau site et nouveau bulletin d'inscription
- Inscriptions

MOT DU CONSEIL ADMINISTRATION

Avant que l'été ne pointe le bout de son nez, le Conseil d'Administration, les Animatrices et les Animateurs vous attendent à l'Exposition de fin d'année qui aura lieu :

Les samedi 15 et dimanche 16 juin de 10h à 18h.

Salle ELIA, 40 rue de la Mulonnière

Entrée gratuite.

Venez découvrir :

- Les œuvres réalisées par les artistes durant cette saison : Cartonnage, Vitrail, Art Floral, Pastel, Aquarelle.
- Des stands de différents ateliers où les animatrices/animateurs et même des « adhérents » vous feront entrevoir l'activité et les résultats obtenus.
- Les démonstrations d'art floral et de pastel/dessin tout le long du week-end.

Durant ce week-end, les inscriptions pour la saison 2019/2020 pourront se faire à l'aide du « nouveau » bulletin que vous trouverez en page 11 de ce journal ou sur place. Nous vous remercions de bien vouloir recycler tous les anciens bulletins.

Il vous sera possible également de vous inscrire ultérieurement dans la limite des places disponibles.

Le nouveau site CALIOP ACTIV' est achevé. Vous y trouverez tous les journaux, les comptes-rendus de l'assemblée générale, le livret d'accueil, l'agenda des évènements, les activités proposées, etc ... De ce fait, ces documents ne seront plus envoyés par mail car vous en aurez la primeur par une simple consultation sur le site (dates de parution des journaux => en septembre, en novembre, en janvier, en mai). ⚠ L'envoi du journal de mai 2019 – n°131 – est donc le dernier que vous recevrez dans votre boîte mail. L'expédition du journal par la Poste est toujours d'actualité pour les adhérents n'ayant pas d'ordinateur.

Nous tenons à remercier celles et ceux qui ont eu la gentillesse de rédiger un article pour ce journal et également tous les bénévoles qui nous assistent pour les différents évènements : tenue de la caisse pour le théâtre et l'installation, les achats et l'organisation de « la Galette » et de « l'Exposition ».

En attendant de se voir lors de l'exposition, nous souhaitons à tous une belle saison printanière et des vacances estivales pleines de bonheur et de souvenirs.

Le Conseil d'administration.

HOMMAGES



Pour rendre hommage à Catherine BOUASSI qui nous a quittés en novembre 2018, nous avons décidé de reprendre certaines de ses jolies aquarelles sur la page de garde. Diplômée de la faculté d'Arts Plastiques de Rennes, Enseignante des Arts Plastiques au collège, Catherine nous avait fait l'honneur de rejoindre notre association pour faire partager sa passion.

Nous ne l'oublierons pas, tant pour son implication au sein de l'association que par son talent.

Nous avons également la grande tristesse de vous annoncer les décès de :

✠ Norbert LEVREL survenu à Cuba le 30 janvier 2019. L'association CALIOP et le groupe de « gymnastique » adressent leurs sincères condoléances à Rachel et sa famille ainsi qu'à leurs amis.

✠ Andrée MARTINEZ, survenu le 10 avril 2019. L'association CALIOP et le groupe de « vitrail » adressent leurs sincères condoléances à sa famille et amis.

L'association CALIOP.

COORDONNÉES DES ANIMATEURS 2019

Vous trouverez ci-dessous les coordonnées des animatrices et animateurs ou des responsables des différents ateliers afin d'obtenir, si vous le désirez, des renseignements sur les activités que nous proposons ou éventuellement assister à un cours :

ACTIVITE	ANIMATEURS	TEL / PORT.	ACTIVITE	ANIMATEURS	TEL / PORT.
ANGLAIS	Servane	06 52 19 16 24	MARQUETERIE PAILLE	Dominique	06 81 59 12 77
AQUARELLE	Jean-Michel	06 44 98 07 24	PAPIER MACHE	Annie	06 10 24 55 32
ART FLORAL	Claire	07 71 73 59 67	PASTEL/DESSIN	Sabine	06 73 62 60 91
BRIDGE	Monique	02 40 76 09 32	REFECTION SIEGE	Nathalie	02 40 25 50 38
CARTONNAGE	Chantal	02 40 29 75 64	RELAX. - MEDIT.	Amandine	06 71 65 93 20
CUISINE	Elisabeth	06 26 37 32 35	STRETCHING	Colette	02 40 59 40 80
ENCADREMENT	Chantal	02 40 29 75 64	TAI CHI CHUAN	Amandine	06 71 65 93 20
ENCADREMENT	Joëlle	02 40 16 27 64	THEATRE	Nadine	02 40 77 88 77
GYMNASTIQUE	Véronique	06 75 56 67 48	VITRAIL	Jean-Louis	02 40 76 63 73
INFORMATIQUE/BUREAU.	Nicolas	06 81 73 10 10	YOGA	Sylvie	06 67 35 60 49

PROPOSITION de STAGE « PASTEL-DESSIN »

Sabine propose 2 matinées de pastel. Le programme sera adapté en fonction des demandes : si vous souhaitez davantage travailler le dessin ou la technique du pastel.

LUNDI 24 et MARDI 25 JUIN de 09h30 à 12h – Salle Elia

TARIF : 50€ les 2 matinées

Inscription par mail à : sabine.atelier-pastel@orange.fr ou par tél : 06.73.62.60.91

LA RENTREE 2019 : NOUVEAUX ATELIERS

PAPIER MACHE :

Annie et Jacqueline offrent des cours gratuits de papier mâché, ½ journée tous les 15 jours – le mardi matin de 09h30 à 12h00 – salle art-déco ELIA (petite salle).

MARQUETERIE de PAILLE :

Mme Dominique CHESNEL vous propose de découvrir : « *La Marqueterie de Paille. Cet artisanat prestigieux chargé d'histoire qui est à l'origine de fabuleuses productions en tableaux, coffrets, ébénisterie. Amoureuse des beaux objets, je pose la paille d'abord sur des baguettes d'encadrement, des cadres photos, puis sur des objets plus importants. La paille, matériau principal de mes créations, met ainsi en valeur n'importe quel support et sublime les objets par la multiplicité de ses reflets et l'éclat de ses couleurs.* »

<https://refletsdepaille.odexpo.com/default.asp?page=13478&lg=>



DERNIERS EVENEMENTS

La galette du 18 janvier 2019.



C'est super ! Vous êtes de plus en plus nombreux à partager notre traditionnelle galette.

Est-ce du à l'interprétation de l'atelier théâtre ou au copieux buffet ou le vin chaud d'Annie ? Sans doute les trois.

Notez sur un post-it : « GALETTE le vendredi 17 janvier 2020 (19h00) » pour le reporter dans votre agenda de 2020 et battre un nouveau record de participants.

Représentations du théâtre Orvaudeville « Associations de malfaiteurs »



"Cette année, les comédiennes et comédiens ont pris un malin plaisir à jouer les malfaiteurs dans le monde de la finance, pour la grande joie de leur fidèle public. Malgré une soirée en moins, vous avez été nombreux à venir ! C'est pourquoi nous vous donnons rendez-vous en 2020, le ven 20, sam 21, dim 22, sam 28 ou dim 29 mars ! "

Dominique

COURS DES ANIMATEURS

Dans notre association, il y a :

Les Concentrés



Les Accros au jeu !



Les Restaurateurs



Les Artistes



Les Chefs Cuistots



Les Passionnés



Les Anti-stressés



Les Anglophones



BRAVO et MERCI A TOUS

FORUM des Adhérents

ART FLORAL : animatrice Claire

Par Michèle : « *L'atelier d'art floral est un moment de détente agréable plein de fraîcheur, d'odeur et de couleur, où il nous faut faire preuve de dextérité et de bon sens pour arranger les fleurs comme il convient dans un contenant. Puis, c'est un bonheur de contempler notre réalisation à la maison !* »

PASTEL/DESSIN : animatrice Sabine

Par Jean-François : « *A l'atelier pastel, Sabine est évidemment de très bon conseil, mais aussi l'échange avec les autres participants est très bénéfique.* »

Par Christine A. : « *De la bonne humeur, de la bienveillance, un excellent prof, tout les ingrédients sont réunis pour progresser! Merci Sabine.* »

Par Marie-Annick : « *L'atelier pastel est un moment de récréation qui me laisse liberté à la création.* »

Par Catherine :
*Oubliés le temps qui passe, le temps qu'il fait,
Oubliées les petites ou grandes misères
Oubliée la réalité du monde d'aujourd'hui
Vivez pleinement l'instant présent, absorbé par le dessin, le pastel*

Par Odile : « *Le pastel m'apporte une certaine paix intérieure, il exige de la patience et de la persévérance.* »

Par Martine : « *Les cours de pastel m'apportent un moment de détente, j'apprécie beaucoup cette créativité et grâce aux précieux conseils de Sabine j'ai retrouvé l'envie de dessiner et de mettre des couleurs sur le papier, me procurant le plaisir d'avoir réalisé un sujet.* »

Par Christine M. : « *l'activité pastel est un moment de plaisir où en même temps on aborde le dessin et la technique du pastel. Chaque séance est une nouvelle découverte dans une excellente ambiance. Merci Sabine !* »

TAÏ CHI : animatrice Amandine

"Les cours de Tai chi d' Amandine me procurent beaucoup de bien-être : ils sont lents, précis, paisibles, sans aucune pression dans la réussite d'un geste, d'un enchainement, sans aucun discours ésotérique incompréhensible. Après chaque cours je me sens "bien", paisible physiquement et psychologiquement".

RELAXATION/MEDITATION : animatrice Amandine

" Le souffle c'est la vie ! Bien respirer c'est indispensable pour une détente profonde, pour bien dormir... Le cours d'Amandine de relaxation et méditation m'a beaucoup fait progresser dans "l'art" de me détendre. Voilà la 2ème année que je suis le cours, j'ai convaincu mon mari, ma belle-sœur et d'autres personnes de se joindre à nous. Donc rendez-vous en septembre pour la suite du bien-être !"

ANGLAIS : animatrice Servane

De Régine (2^{ème} année à CALIOP et partante pour se réinscrire) : « *Des cours de conversation 100% en anglais sur des thèmes d'actualité, voyages... En petits groupes permettant à chacun de s'exprimer, en toute convivialité et offrant à Servane la possibilité de nous corriger afin de nous faire progresser. Ces cours correspondent réellement à mon besoin.* »

De Martine (2^{ème} année à CALIOP et partante pour se réinscrire) : « *Nous apprenons aussi le vocabulaire usuel sur des thèmes précis tels que (cette année) : location/réservation, voiture ... , médecine... santé.... + l'écoute audio de textes anglais.* »

De Nicole : « *Voilà le bon endroit pour reprendre ou s'améliorer en anglais dans une ambiance très sympathique.* »

De Claudelle (2ème année Anglais, ne dira pas non à une 3ème) : « *Un groupe ravi de (re)découvrir L'Anglais avec grand plaisir Avec Servane, à CALIOP C'est le TOP !!!!!!!* »

QUELQUES INFORMATIONS

NOUVEAU SITE « CALIOP ACTIV' » : <https://www.caliop.info/>

J'ai le plaisir de vous présenter le nouveau site de C.A.L.I.O.P. ACTIV'.

- ACTIV' pour les personnes qui s'ACTIVent au sein de l'association
- ACTIV' pour les ACTIVités proposées
- ACTIV' pour la réaACTIVité des animatrices, animateurs, adhérents et bénévoles.

Il y a 5 pages (onglets) : ACCUEIL – AGENDA – ACTIVITES – DOCUMENTATIONS - INSCRIPTIONS

1. Saisir dans la barre d'adresse : <https://www.caliop.info/>



2. Découvrir les 5 pages

PAGE AGENDA

- Tous les événements de la saison en cours et à venir

PAGE DOCUMENTATIONS (en pdf)

- Journaux
- Procès verbal de l'Assemblée Générale
- Livret d'accueil
- Règlement intérieur
- Les ARCHIVES des saisons précédentes

PAGE ACCUEIL

- Il était une fois CALIOP
- Conseil d'administration
- Bénévolat
- Pour ne pas se perdre...
- Planning
- Votre avis nous intéresse...



PAGE INSCRIPTIONS

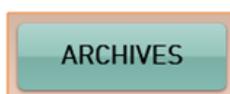
- Les modalités des inscriptions
- Lieux et dates d'inscription
- Comment remplir le bulletin d'inscription
- LE BULLETIN D'INSCRIPTION téléchargeable

- Les "boutons" à cliquer pour toutes les ACTIVITES proposées
- La liste des activités et l'animatrice/teur
- La saison suivante (à partir de Mai)

3. En cliquant sur l'étoile, vous pouvez ajouter le site à vos favoris. Une fois fait, vous aurez accès directement au site.



<= Sur le site, cliquer sur l'icône pour visualiser le document



<= Sur le site, cliquer sur l'icône pour retrouver les documents des saisons précédentes.

Si vous rencontrez des difficultés à ouvrir des documents, ou à « naviguer » sur le site, envoyez-moi vos demandes par mail à caliop.orvault@gmail.com. Si vous étiez nombreux dans ce cas, je me ferai un plaisir de réaliser une petite « formation » à la salle ELIA.

Toutes les suggestions/remarques seront les bienvenues :

- sur la page « accueil - Votre avis nous intéresse » du site
- par mail à caliop.orvault@gmail.com

Je vous laisse consulter le site et n'hésitez pas y revenir pour suivre les mises à jour.

Très bonne visite. Chrystèle.

« NOUVEAU » BULLETIN D'INSCRIPTION page 11 :



Merci de recycler les anciens

Nous avons mis en place un nouveau bulletin d'inscription :

=> **1 seul** bulletin d'inscription **PAR FAMILLE (1)** et ce, **quelque soit le nombre d'activités choisies**.
 Vous avez ainsi le privilège de ne payer qu'1 fois la cotisation d'adhésion.
(1) Famille = femme - mari - enfant(s) vivant sous le même toit.

=> Pour les anciens adhérents :
 - remettre **1 seul** bulletin d'inscription à 1 de vos animateurs et ce, quelque soit le nombre d'activités choisies.

Comment remplir le **NOUVEAU** bulletin d'inscription : Tous les champs en italique (et en rouge sur le site) doivent être remplis comme ci-dessous :

C.A.L.I.O.P. (Centre Animations Loisirs Inter-Ages Orvault Praudière) 40 rue de la Mulonnière - 44700 ORVAULT - caliop.orvault@gmail.com																			
BULLETIN D'INSCRIPTION																			
NOM DE FAMILLE : LEBLANC		ADRESSE : <i>14 rue des Alouettes</i>																	
		CP : <i>44440</i>	VILLE : <i>RIAILLE</i>																
MAIL : <i>leblanc-fam @ gmail.com</i>		Tél : <i>02.40.99.99.99</i>			Tél URGENCE : <i>06.99.99.99.99</i>														
PRENOM de l'adhérent	Nom de l'activité (1)	Jour	horaire	Périodicité	Tarif /inscription	Nombre d'inscription	Montant												
<i>Tiphaine</i>	<i>Cartonnage Stage</i>	<i>Lundi</i>	<i>09h30 / 12h00</i>	<i>mensuelle</i>	<i>20 €</i>	<i>4</i>	<i>80 €</i>												
<i>Léo</i>	<i>Tai chi chuan - 1ère année</i>	<i>Mercredi</i>	<i>9h30 / 10h30</i>	<i>hebdo</i>	<i>150 €</i>	<i>1</i>	<i>150 €</i>												
<i>Tiphaine</i>	<i>Tai chi chuan - 3ème année</i>	<i>Lundi</i>	<i>19h30 / 20h45</i>	<i>hebdo</i>	<i>150 €</i>	<i>1</i>	<i>150 €</i>												
<i>Arthur</i>	<i>Vitrail</i>	<i>Vendredi</i>	<i>09h00 / 12h00</i>	<i>hebdo</i>	<i>0 €</i>	<i>1</i>	<i>0 €</i>												
					€		€												
					€		€												
TOTAL INSCRIPTION A PAYER => payable par 1, 2 ou 3 chèques à l'ordre de CALIOP présentés à l'encaissement en septembre, janvier et mars					MONTANT : Chèque n° 1 : <i>120.00 €</i> + Chèque n° 2 : <i>130.00 €</i> + Chèque n° 3 : <i>130.00 €</i>		Nb chèques/s : <i>3</i>	TOTAL : <i>380 €</i>											
+ 1 chèque pour l'adhésion Familiale à l'ordre de CALIOP (encaissé en septembre)																			
TARIF ADHESION OBLIGATOIRE :		Orvaltais 22.00 € <input type="checkbox"/>	Autres communes 25.00 <input checked="" type="checkbox"/>		Montant chèque : <i>25.00 €</i>														
(1) Un certificat médical datant de moins de 3 mois doit obligatoirement être remis lors de la première séance de gymnastique, de stretching et de Tai Chi Chuan, y compris pour les séances d'essai. Pour ceux qui l'ont fourni l'an dernier, ils pourront remplir un questionnaire de santé. Ne pas oublier votre ancienne carte pour le renouvellement. Avant de signer, lire attentivement le texte sur les assurances :																			
Le reconnais avoir pris connaissance des informations sur les assurances proposées par AXA assureur de CALIOP.																			
Date de l'inscription : <i>Le 06/06/2019</i>		Signature : <i>Mme Leblanc</i>																	
<table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="3">CADRE RESERVE POUR CONTRÔLE ADMINISTRATIF CALIOP</th> </tr> <tr> <th></th> <th>OK</th> <th>PAS OK => COMMENTAIRES</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>CHQ ADHESION</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>CHQ INSCRIPTION</td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>								CADRE RESERVE POUR CONTRÔLE ADMINISTRATIF CALIOP				OK	PAS OK => COMMENTAIRES	CHQ ADHESION			CHQ INSCRIPTION		
CADRE RESERVE POUR CONTRÔLE ADMINISTRATIF CALIOP																			
	OK	PAS OK => COMMENTAIRES																	
CHQ ADHESION																			
CHQ INSCRIPTION																			

CHEQUES :

=> **Chèque « Adhésion »** : 1 chèque pour l'adhésion : 22€ pour les Orvaltais et 25€ pour les non-Orvaltais et ce, quelque soit la date d'inscription.

=> **Chèque(s) « Activités »** : possibilité du paiement total des activités en 1, 2 ou 3 chèques (mis en banque en septembre, janvier et mars)

Veillez à :

- joindre les chèques "adhésion" et "activités" au bulletin d'inscription
- ce que chaque chèque soit signé
- ce que le montant du (ou des chèques) correspond au moment total des activités choisies.
- **ne pas cumuler le montant de l'adhésion avec le montant total des activités**

INSCRIPTIONS

MODALITES D'INSCRIPTION

TARIF ADHESION

Le montant de l'adhésion annuelle par famille (habitant à la même adresse) est de 22 € pour les Orvaltais et de 25 € pour les autres communes => 1 chèque pour l'adhésion.

Il n'est pas nécessaire de participer à une activité pour être adhérent ; mais il est obligatoire d'être adhérent pour participer à une activité et ce, même si celle-ci est gratuite.

REGLEMENT de l'ADHESION

Païement par 1 chèque à l'ordre de C.A.L.I.O.P joint au bulletin d'inscription. Le chèque sera débité en septembre.

INSCRIPTION :

- En juin lors de l'exposition, salle ELIA - CALIOP
- ou le 1er samedi de septembre au Forum des Associations
- ou le 1er mardi de septembre de 18 à 20h, salle ELIA - CALIOP

REINSCRIPTION : dès le mois de mai pour la saison suivante :

En utilisant le bulletin d'inscription du journal de mai à remettre avec le chèque d'adhésion + le(s) chèque(s) d'activités soit :

- à un(e) de vos animateurs(trices)
- dans la boîte aux lettres "intérieure" ou "extérieure" de la Salle ELIA

Le tout sous enveloppe pour éviter les pertes ou mélanges.

TARIF ACTIVITE

Variable selon l'activité.

Attention : le montant des fournitures (matériel et matériaux) n'est pas inclus au tarif.

REGLEMENT DES ACTIVITES

Païement par 1, 2 ou 3 chèques, à l'ordre de C.A.L.I.O.P, mis en banque en septembre, janvier et mars. Les chèques sont à joindre au bulletin d'inscription.

Le règlement de toutes les activités de la famille est à régler pour la saison entière. Aucun remboursement ne sera effectué, excepté les cas particuliers et sous l'approbation des membres administratifs du bureau CALIOP.

DEMARRAGE DES ACTIVITES

Les cours démarrent en septembre ou octobre selon le planning de chaque activité. Suivant le nombre d'inscrits à une activité, les horaires et/ou le coût peuvent être modifié(s) ou voir l'annulation de l'activité.

ASSURANCES : NOTE A LIRE AVANT DE REMPLIR LE BULLETIN D'ADHESION

Cette note d'information s'adresse aux adhérents, particulièrement à ceux des activités de gym, de stretching et de yoga.

Notre association est couverte par une assurance responsabilité civile souscrite auprès du groupe AXA.

Cependant, nous avons l'obligation légale de vous informer que le groupe AXA vous propose une assurance individuelle complémentaire couvrant les dommages corporels que vous pourriez subir dans le cadre des activités que vous exercez au sein de l'association CALIOP.

Nous sommes à votre disposition pour vous donner des informations complémentaires et vous mettre si besoin en relation avec notre assureur.

CERTIFICAT MEDICAL* : Obligatoire pour les cours de Gymnastique - Stretching - Tai chi chuan.

Il est impératif de remettre à votre « professeur » un certificat médical de – de 3 mois dès le 1er cours (y compris pour la séance d'essai).

Pensez donc à prendre RDV chez le docteur dès la mi-juin.

*Pour ceux qui l'ont fourni l'an dernier, ils pourront remplir un questionnaire de santé.

INFORMATIONS PRATIQUES :

- Les dates de reprise des activités seront indiquées dans le journal de septembre
- Le nombre de participants indique un minimum indispensable pour que le cours puisse avoir lieu et un maximum à ne pas dépasser pour qu'il se déroule dans de bonnes conditions.
- Les activités, sauf exception, n'ont pas lieu pendant les vacances scolaires ni les jours fériés.
- On trouvera les jours et heures des ateliers sur la liste des activités. Il est prudent de le noter sur vos agendas.

Vous êtes invités à vous inscrire **le plus tôt possible** pour la prochaine saison, en sachant que les chèques ne seront pas encaissés avant les dates prévues dans les modalités ci-dessus.

Le Conseil d'Administration

LISTE DES ACTIVITES 2019/2020

ACTIVITES	LU	MA	ME	JE	VE	HORAIRES	Périodicité	Nb cours	Tarif	Nb Pers.	LIEU	Choix
ANGLAIS												
ANGLAIS - niveau 1		X				14h00 - 15h30	semaine	30	160 €	8 à 10	A	
ANGLAIS - niveau 2		X				15h30 - 17h00	semaine	30	160 €	8 à 10	A	
ANGLAIS - niveau 1			X			09h00 - 10h30	semaine	30	160 €	8 à 10	A	
ANGLAIS - niveau 2			X			10h30 - 12h00	semaine	30	160 €	8 à 10	A	
AQUARELLE												
AQUARELLE			X			10h00 - 12h00	15 jours	15	150 €	6 à 10	A	
ART FLORAL												
ART FLORAL			X			14h00 - 16h00	mois	8	90 €	7 à 10	A	
BRIDGE												
BRIDGE		X				14h15 - 18h00	semaine	32	---	A	
BUREAUTIQUE/INFORMATIQUE												
BUREAUTIQUE/INFORMATIQUE		X				18h00 - 19h30	15 jours	32	---	6 à 8	A	
CARTONNAGE												
CARTONNAGE	X					09h30 - 12h00	mois	9	72 €	8 à 9	A	
CARTONNAGE	X					09h30 - 12h00	15 jours	15	120 €	8 à 9	A	
CARTONNAGE				X		14h00 - 16h30	15 jours	15	120 €	8 à 9	A	
CARTONNAGE - Stage					X	09h30 - 12h30 +13h30 - 16h30	mois	1 à 9	20 € le stage	8 à 9	A	
CUISINE												
CUISINE			X	X		14h00 - 16h30	mois	7	96 €	6 à 7	C	
DESSIN/PASTEL												
DESSIN/PASTEL		X				15h00 - 17h00	15 jours	15	150 €	6 à 10	A	
ENCADREMENT												
ENCADREMENT				X		09h30 - 12h00	15 jours	15	120 €	8 à 9	A	
ENCADREMENT				X		14h00 - 16h30	mois	9	72 €	8 à 9	A	
GYMNASTIQUE (1) 												
GYMNASTIQUE - Douce	X					13h45 - 14h45	semaine	32	105 €	15 à 20	A	
GYMNASTIQUE - Dynamique	X					20h30 - 21h30	semaine	32	105 €	15 à 20	A	
GYMNASTIQUE - Pilates				X		20h30 - 21h30	semaine	32	135 €	12 à 15	A	
MARQUETERIE (2)												
MARQUETERIE de PAILLE				X		09h30 - 12h30 +13h30 - 16h30	mois	à définir	à définir	6 à 8	A	
PAPIER MACHE												
PAPIER MACHE		X				9h30 - 12h00	15 jours	20	---	2 à 4	A	
REFECTION SIEGES												
REFECTION SIEGES				X		09h30 - 12h30 +13h30 - 16h30	mois	8	210 €	6 à 7	A	
REFECTION SIEGES					X	09h30 - 12h30 +13h30 - 16h30	mois	8	210 €	6 à 7	A	
RELAXATION/MEDITATION												
RELAXATION/MEDITATION		X				12h45 - 13h45	semaine	30	135 €	10 à 15	A	
STRETCHING 												
STRETCHING			X			19h00 - 20h00	semaine	32	90 €	15 à 20	A	
TAI CHI CHUAN 												
TAI CHI CHUAN - 1ère année	X		X			10h30 - 11h30	semaine	30	150 €	8 à 15	B	
TAI CHI CHUAN - 2ème & 3ème année	X		X			09h30 - 10h30	semaine	30	150 €	8 à 15	B	
THEATRE												
THEATRE		X				20h00 - 22h00	semaine	35	---	A	
VITRAIL												
VITRAIL					X	09h00 - 12h00	semaine	32	---	8 à 10	A	
YOGA												
YOGA	X					15h30 - 16h45	semaine	32	140 €	12 à 15	A	
YOGA	X					17h00 - 18h15	semaine	32	140 €	12 à 15	A	
YOGA	X					18h30 - 19h45	semaine	32	140 €	12 à 15	A	

(1) Réduction de 20 € si gym pilates + gym dynamique ou douce

(2) Ateliers : mois de janvier, février, mars, avril, mai, à confirmer pour le mois de juin.

Tarifs : de la saison => à définir / le stage d'une journée => 50€ (prévenir 15 jours avant la date du stage)



Un **certificat médical** datant de moins de 3 mois doit **obligatoirement** être remis lors de la première séance de gymnastique, de stretching et de Tai Chi, y compris pour les séances d'essai. Ceux qui l'ont fourni l'an dernier rempliront un questionnaire de santé.

LIEUX : A = Salle Elia - MULONNIERE / B = Salle du Parc - GOBINIERE / C = La Chapelle/Erdre

