

Inscriptions et présentation des activités par les enseignants

Vendredi 7 Septembre 2018 - 20h - Salle des fêtes.

*Les deux premières séances sont gratuites et sans engagement.*

*Les activités peuvent être payées en plusieurs fois.*

Tirage  
au sort

Le gagnant d'un tirage au sort parmi les inscrits aux activités et présent ce soir-là, se verra offrir le prix de son activité.

Nouveau

## Groupe vocal Synergy

Vous aimez chanter et la présence sur scène,

Sandrine vous accompagne :

Travail sur la voix, l'expression scénique et  
préparation de spectacles.

Dès 11 ans - vendredi 19h-20h - 130 €

Dès 20 ans - vendredi 20h15 - 21h45 - 150 €

[synergYGroupevocal@gmail.com](mailto:synergYGroupevocal@gmail.com)

Contact : Sandrine GIROUX 06 61 91 74 27

## Zumba adulte

Karima vous fera bouger sur des rythmes et des  
chorégraphies inspirées des danses latines

Lundi 19h15-20h15

Tarif : 120 €

Responsable : Emmanuelle FAIVRE PICON

06 51 40 28 53

## Cardio fitness

Tous niveaux

Avec Michelle SOCHAY

Step/Cardio : Mardi 19h-20h

Renforcement musculaire : Mardi 20h-21h

Tarifs : 120 €, les deux 200 €

Responsable : Isabelle MARCHETTO

04 74 35 56 08

## Gymnastique d'entretien de la forme

Catherine MARVIE accueille dames et messieurs

Renforcement musculaire, stretching, pilates

Lundi 15h30-16h30

Tarif : 100 €

Responsable: Ginette DELESTRAS

04 74 35 56 22

## Théâtre enfants

Virginie initiera les enfants (6 -11 ans) au théâtre.

Jeux de rôles, jeux de voix. Transformer son  
corps, se costumer en jouant des histoires que l'on  
peut, pourquoi pas imaginer... avec ses mots à soi.

Horaires : 9h00 à 11h00 - 120 €

Le mercredi à partir du 12/09/2018

Responsable : Marie GILLOUIN

06 85 65 68 22

## Zumba et danses enfants

Karima initiera les enfants à la zumba,  
au rock et autres danses.

De 8 à 13 ans :

Lundi 18h-19h

Tarif : 120 €

Responsable : Emmanuelle FAIVRE PICON

06 51 40 28 53

## Gymnastique enfants

Avec Catherine MARVIE

Pour les 3-5 ans : Lundi 16h45-17h30

Pour les 6-10 ans : Lundi 17h30-18h30

Tarifs : 95 € pour les 3-5 ans

120 € pour les 6-10 ans

Responsable : Yves BEDEAU

04 74 35 52 49

## Yoga

Michèle vous propose d'être à l'écoute de votre  
corps et de votre respiration pour mieux gérer les  
tensions de la vie quotidienne.

Lundi 19h-20h, 20h15-21h15

Mardi 9h15-10h15, 10h30-11h30

Et 19h-20h, 20h15-21h15

Tarif : 120 €

Responsable : Michèle NIROL 04 74 35 52 49

## Chorale Adultes "les Balad'Ain"

Christian MAUPOME vous fera partager  
sa passion du chant

Mercredi 19h45-21h45

Tarif : 120 €

Responsable : Catherine MARTIN-SISTERON  
04 74 38 02 53

## Informatique

1 semaine sur 2 :

Cours débutants / Perfectionnement.

Planning sur le site

[www.lesfutesdelinformatique01.fr](http://www.lesfutesdelinformatique01.fr)

10 places maximum par cours

1 fois par trimestre : 1 cours EXPERT

pour traiter de sujets de façon plus approfondie  
(Word, Excel, montage vidéo, retouche audio)

Les dates sur le site : 4 places maximum pour les  
élèves du cours perfectionnement en priorité

(Autre s'il reste des places).

Responsable : Eric PREVOST 06 10 01 00 49

## Couture de fils et d'aiguilles

Apprenons ensemble à coudre ou créer  
pour le plaisir.

Mercredi 19h30-22h

1 € /séance

Animatrice et responsable :

Marie-Jo MATHY 06 70 40 94 73

## Scrabble

Moment convivial autour de ce jeu !

Lundi 14h-17h

Responsable : Arlette BLATRIX

04 74 35 53 59

## Echanges culturels et gourmands

Le 1er dimanche du mois 10h30-11h30

au coin café de l'épicerie de Valérie

à partir d'octobre

Responsable : Yves BEDEAU

04 74 35 52 49

## Conversation en anglais

Dans une ambiance sympathique,  
une enseignante d'origine irlandaise,

Karen FERGUSON,

vous fera partager sa joie de  
communiquer dans sa langue.

Mercredi 19h30-21h - Tarif : 120 €

Responsable : Noëlle PERNOUD-JOLIVET  
06 87 82 26 91 / 04 37 61 07 43

## Initiation à L'anglais

Pour voyager ou exercer sa mémoire, Josette et  
Joëlle auront plaisir à transmettre les

rudiments de la langue anglaise.

Mercredi 18h30-19h30

Tarif : 60 €

Josette BLATRIX 04 74 35 51 88

Joëlle DEVAUX 06 89 26 44 68

## Poterie

Corinne ARCENS vous propose une initiation  
à la poterie chez elle au Pied de la Côte.

Adultes : Mercredi 14h30-16h30

Enfants : vendredi 17h-18h30 (à partir de 8 ans)

Tarif : 140 €

Responsable : Corinne ARCENS

06 48 73 76 21

## Sophrologie

Elisabeth vous invite à libérer vos tensions et  
à apprivoiser vos émotions

Lundi 19h-20h débutant

20h15-21h15 confirmé

(sous réserve)

Tarif : 200 €

Responsable : Elisabeth MAYNARD

07 68 77 16 49



## Cinéma

Jeudi toutes les trois semaines  
17h00 films enfants / 20h films pour tous

Tarifs : 2 € pour les moins de 14 ans

4 € pour les moins jeunes

## Atelier périscolaire et Centre de Loisirs

Renseignements et inscriptions auprès de Ludovic COLLET 06 24 80 04 17

Mail : bullesdesourires01160@gmail.com

Pour plus d'informations, retrouvez nous sur [www.af-saintmartindumont.fr](http://www.af-saintmartindumont.fr) et Facebook