

## SOPHROLOGIE

N° 17

Resp. : **Nathalie COCHET** - 06 30 58 63 50

Anim. : **Isabelle MATHALY**

■ **Adultes** - Tarif : 207 € / an

Horaire : Lundi de 18h15 à 19h30 (1h15)



## STRETCHING BODY ZEN\*

N° 18

Resp. : **Edith FRANCONY** - 06 20 79 21 58

E-mail : edithfrancony@wanadoo.fr

Anim. : **Sophie BELLINGHERY**

Tarif : 102 € / an

Horaire : Jeudi de 18h30 à 19h30



## TAI CHI CHUAN\*

N° 19

Resp. : **Sabine COGNE** - 06 67 02 30 68 - sabine.cogne@gmail.com

Anim. : **Laurence ZULIAN**

Tarif : 129 € / an (dont licence : 37 €)

Horaires : Lundi de 20h15 à 21h15

Mardi de 20h00 à 21h00 (débutants)



## YOGA

N° 20

Resp. : **Yves LUNA** - 06 32 14 02 83 - lunaloggia@free.fr

Anim. : **Françoise SIMEON**

Tarif : 153 € / an

Horaires : • Mardi de 8h30 à 9h45

• Jeudi de 18h00 à 19h15 et de 19h15 à 20h30

Apporter son tapis + Serviette



## ZUMBA Apporter son tapis + Serviette

N° 21

Resp. : **Florence CHAMPION** - ftofred73@gmail.com

**Marie-Claire VALET** - valetmarieclaire@gmail.com

Anim. : **Marie-Claire FAVAND**

Tarifs : • Cours d'1 h : 117 € / Cours d'1 h 15 : 129 €

• 2 cours par semaine : 174 €

**Zumba Mix** : Mardi de 17h00 à 18h00 (1h)

**Zumba Sentao** : Mardi de 19h00 à 20h15 (1h15)

**Zumba 1** : Mercredi de 19h00 à 20h15 (1h15)

**Zumba 2** : Mercredi de 20h15 à 21h30 (1h15)



*Pause loisirs se réserve le droit d'annuler une activité si le nombre minimum d'adhérents n'est pas atteint.*

## NOUVELLE ACTIVITE

### REPRISE D'UNE ACTIVITÉ EN DOUCEUR

N° 22

Reprendre goût à l'activité physique en douceur, remise en forme.

Resp. : **pauseloisirs@orange.fr**

Anim. : **Julie DINARD**

Tarif : 117 € / an


Horaire : Mardi de 14h30 à 15h30



La CARTE D'ADHÉSION est obligatoire pour toutes les activités.

TARIFS :	Jeunes (- 18 ans)	Adultes	Familiale
	8 €	14 €	21 €

Coupon Sport non accepté



DÉBUT DES ACTIVITÉS  
16 septembre 2019

FIN DES ACTIVITÉS  
19 juin 2020

INSCRIPTIONS  
FORUM DES ASSOCIATIONS  
SALLE PRÉ MARTIN  
Samedi 7 septembre 2019  
de 9 h à 13 h

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE  
Vendredi 18 octobre 2019  
19h30



Mairie - Chemin de la Mairie - 73190 SAINT-BALDOPH

E-mail : [pauseloisirs@orange.fr](mailto:pauseloisirs@orange.fr)

Retrouvez la plaquette en ligne sur

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



Toutes vos activités  
en un **clin d'œil** !



Conception - Réalisation : PASTEL Impression St-Baldoph 04 79 28 22 08

votre guide  
2019-2020

**AFRICA'DANSE** N° 1  
 Resp. : **Florence CHAMPION - ffred73@gmail.com**  
 Anim. : **Marie-Claire FAVAND**  
 Tarif : **129 € / an**  
 Horaire : Lundi de 19h00 à 20h15  
 Salle Pré Martin  
 Apporter son tapis + Serviette

**BARRE AU SOL** N° 2  
**Pas de niveau Ouvert à tous**  
 Resp. : **Florence CHAMPION - ffred73@gmail.com**  
 Anim. : **Marie-Claire FAVAND**  
 Tarif : **117 € / an**  
 Horaires : • Lundi de 20h15 à 21h15  
 • Mardi de 18h00 à 19h00  
 Salle Pré Martin  
 Apporter son tapis + Serviette

**CHORALE** N° 3  
 Resp. : **Marie-Jo ERRICO - 06 15 97 91 33 - erricomm@aol.com**  
 Chef de chœur : **Hervé CORROTTE**  
 Tarif : **75 € / an (adultes)**  
 Horaire : Mardi de 20h15 à 22h00  
 Salle Pré Martin

**DANSE DE SALON TOUS NIVEAUX** N° 4  
 Resp. : **Pierrette DE VIT - 06 62 47 74 17 - jl-devit@wanadoo.fr**  
 Anim. : **Denise DELTEIL**  
 Tarif : **186 € (30 séances / an)**  
 Horaires : • Lundi de 19h00 à 20h15 et de 20h15 à 21h30  
 • Débutants : mercredi de 19h30 à 20h30  
 Salle Pré Martin

**DANSE ENFANTS** N° 5  
 Resp. : **Myriam HARTH - 07 82 43 31 64 - ph.drezet@free.fr**  
 Anim. : **Marie-Claire FAVAND**  
 Tarifs : Cours d'1 h : **105 € / Cours d'1 h 15 : 117 €**  
**Danse Africaine / Body Percussions :**  
 Horaire : • Mercredi de 15h45 à 16h45 (grande section / CP)  
**Street Dance :**  
 Horaires : • Lundi de 18h00 à 19h00 (CM1 / CM2 / 6<sup>ème</sup>)  
 • Mercredi de 16h45 à 17h45 (CE1 / CE2) et de 17h45 à 19h00 (ados à partir de la 5<sup>ème</sup> - Jazz + Street Danse)  
 Prévoir l'achat de tenues pour le cours et pour le gala de fin d'année.

**DANSEZ AVEC PARKINSON...** N° 6  
**... Et tout handicap moteur !**  
 Mouvements et déplacements divers sur fond musical. Travail sur la mémoire et la gestuelle limitant les tremblements.  
 Resp. : **Marie-Claire VALET - valetmarieclaire@gmail.com**  
 Anim. : **Marie-Claire FAVAND**  
 Tarif : **117 € / an**  
 Horaire : Lundi de 16h45 à 17h45  
 Salle Pré Martin

**EVEIL MUSICAL** N° 7  
 Découverte de la musique et de la rythmique par le jeu.  
 Resp. : **pauseloisirs@orange.fr**  
 Anim. : **Corinne SUBTIL**  
 Tarif : **141 € / an**  
 Horaire : Mercredi matin de 10h00 à 10h45  
 Enfants de 3 à 6 ans - Maximum : 8 enfants  
 Bâtiment Passerelle

**EVEIL PHYSIQUE ET SPORTIF\*** N° 8  
 Resp. : **Marie-Thérèse PERRIN - 06 78 88 01 45**  
 Anim. : **Nadège ROBILLARD**  
 Tarif : **96 € / an**  
 Horaires : • Mercredi de 16h45 à 17h45 (3 à 6 ans)  
 Bâtiment Passerelle

**GYMNASTIQUE ADULTES\*** N° 9  
**Cardio training renforcement musculaire**  
 Resp. : **Edith FRANCONY - 06 20 79 21 58**  
 E-mail : **edithfrancony@wanadoo.fr**  
 Anim. : **Trois animateurs : Rémy, Julie, Maxime**  
 Tarifs : • **114 € / an**  
 • **129 € / an** (à partir de la 3<sup>ème</sup> heure de cours par semaine)  
 Horaires : • Mardi de 9h00 à 10h00 et de 20h10 à 21h10  
 • Jeudi de 9h00 à 10h00 et de 19h30 à 20h30  
 Salle Pré Martin  
 Apporter son tapis + Serviette

**KARATE SELF-DEFENSE\*** N° 10  
**Ouvert à tous**  
 Resp. : **Frédéric GEORGOUX - 06 71 60 87 59**  
 Anim. : **Pascal MARIE, ceinture noire 6<sup>e</sup> dan**  
 Tarifs : • **108 € / an (enfants) / 144 € / an (autres)**  
 (dont licence : **38 €**)  
 Horaires : • Enfants/débutants : mardi de 17h30 à 18h30  
 • Enfants : mardi de 17h30 à 18h30  
 • Adultes et ados : mardi de 18h30 à 20h00 et jeudi de 18h30 à 21h00  
 Salle Pré Martin le mardi  
 Gymnase de la Ravoire le jeudi

**KARATE SENIORS\*** N° 11  
 Anim. : **Frédéric GEORGOUX - 06 71 60 87 59**  
 Tarif : **117 € / an (licence comprise)**  
 Horaire : d'octobre à mai, le mardi de 17h30 à 18h30  
 Bâtiment Passerelle

**\* Activités nécessitant un certificat médical à fournir à l'inscription.**

**LANGUES ETRANGERES** N° 12  
 ■ **Anglais (pour adultes)**  
 Resp. : **Marie-Christine LATHOUD**  
**06 95 06 85 09 - mc.lathoud@gmail.com**  
 Anim. : **Marie-Christine LATHOUD**  
 Tarif : **230 € / an**  
 Horaire : Mardi de 18 h 30 à 20 h 00  
 Bâtiment Passerelle

**MARCHE NORDIQUE\*** N° 13  
 Resp. : **Serge COGNE - 06 86 14 16 47**  
 E-mail : **serge.cogne1926@gmail.com**  
 Anim. : **Sylvia FRAPPIER**  
 Tarifs : • 6 séances les vendredis en septembre et octobre : **55 €**  
 • 10 séances les vendredis entre les mois d'avril et juin : **85 €**  
 • Tarif préférentiel pour les 16 séances : **130 €**  
 Horaire : Vendredi soir de 18h30 aux alentours de 20h30

**NOUVEAU !**  
 Anim. : **Nadège ROBILLARD**  
 Tarif : • **125 € / an**  
 Horaire : 30 séances le mercredi de 11h00 à 12h30  
**10 personnes minimum**

**GENOPHILIE** N° 14  
 Resp. : **Michel LACROIX - 06 87 39 73 58**  
 E-mail : **michel.lacroix73@gmail.com**  
 Anim. : **Françoise ROUMAT**  
 Tarif : **141 € / an**  
 Horaires : 10 séances dans l'année - 3 groupes (en fonction du nombre d'inscrits) - Mardi, mercredi et jeudi (selon les groupes) de 19 h 30 à 22 h 30  
 Mairie

**PILATES\*** N° 15  
 Resp. : **Evelyne DHERBEYS**  
**06 23 40 89 27 - edherbeys@orange.fr**  
 Anim. : **Gwenn MORTREUIL**  
 Tarif : • **117 € / an**  
 Horaires : • Mardi de 12h15 à 13h15  
 • Mercredi de 9h00 à 10h00  
 • Jeudi de 17h30 à 18h30  
 Salle Pré Martin  
 Apporter son tapis + Serviette

**QI GONG\*** N° 16  
 Resp. : **Sabine COGNE - 06 67 02 30 68 - sabine.cogne@gmail.com**  
 Anim. : **Laurence ZULIAN**  
 Tarif : **129 € / an (dont licence : 37 €)**  
 Horaire : Mardi de 18h45 à 19h45  
 Bâtiment Passerelle