

ACTIVITÉS BOUD'CHOUX

CIRQUE

Par le jeu et l'expression artistique, prendre conscience de son corps, de ses mouvements pour développer sa motricité

Mercredi: 16h à 17h - 4/6ans

Tarif : 153 €*/168 €**

Animé par Mathias SIMON- Maison des associations

ANGLAIS

Se familiariser avec la langue anglaise par les chansons, les jeux, les petits spectacles, etc.

Mercredi: 15h30 à 16h - 4/6ans

Tarif : 72 €*/ 81€**

Animé par - Maison des associations

ACTIVITÉS ENFANTS

DESSIN

Un atelier créatif et ludique afin d'apprendre les bases du dessin (crayonner, dessiner un personnage, des animaux, des textures...).

Jeudi: 17h à 18h à partir de 6 ans

Tarif : 153 € * / 168 € **

Animé par Malou BLAZY – Maison des Associations

HIP HOP

Le mouvement Hip Hop est une forme d'expression et un outil pédagogique pour transmettre des règles et des valeurs simples : RESPECT ET UNITE faire naître une passion, veiller également à la sécurité et l'épanouissement de votre enfant.

Jeudi : 18h à 19h pour les 7-13 ans

Tarif : 153 € * / 168 € **

Animé par Bastien COSTES – Maison des Associations

LOISIRS CRÉATIFS

Réalisations d'objets (scrapbooking, carterie, customisation de vêtements, décopatch, objets de décoration, recyclage)... à travers différentes techniques et matériaux (laine, papier, tissu, carton, perles, bois ...).

Matériel de base fourni, prévoir l'achat de quelques fournitures en cours d'année.

Les samedis: 24/09- 15/10- 19/11- 03/12 – 14/01-04/02- 18/03-15/04-13/05-10/06 de 10h30 à 12h 7-11 ans

Tarif : 93 € * / 99 € **

Animé par Raphaëlle ROUX – Salle du Baratin

ANGLAIS

Une approche pédagogique individuelle et bienveillante de l'apprentissage de l'anglais. Des supports ludiques, des jeux de sociétés, des chansons permettent une progression toute en confiance.

Mercredi: 14h30 à 15h30 pour les 7-10 ans

Tarif : 153 € * / 168 € **

Animé par – Maison des Associations

MANGAS

Tout comprendre du style manga (personnages : Trait de visage, type de cheveux, vêtements) afin de réussir à créer ses propres BD.

Jeudi: 18h à 19h30 à partir de 8 ans

Tarif : 183 €* / 198 €**

Animé par Malou BLAZY - Maison des Associations

CIRQUE

Découverte et perfectionnement en motricité, jonglage, équilibre à travers différents outils (Balles, assiettes chinoises, sackline...)

Mercredi: 13h30 à 14h30 - 7/9ans

Mercredi: 17h à 18h30 - 10ans et plus

Tarif : 153€ * / 168€ ** (7/9ans), 183€ * / 198€ ** (10ans et plus)

Animé par Mathias SIMON – Maison des Associations

CHORALE

Pratiquer le chant en profitant de l'énergie collective. Prendre confiance en soi. Voici parmi d'autres quelques bienfaits de la pratique de la chorale

Mardi: 18h à 19h

A partir de 8 ans

Tarif : 153€ * / 168€ **

Animé par Vincent ANTONY – Maison des Associations

SAVANTS FOUS

Les enfants deviennent des petits scientifiques en manipulant, observant, explorant. Ils expérimentent avec des machines rigolotes, travaillent sur l'environnement, mènent une enquête policière...

Les lundis 26/09 - 17/10 - 21/11 - 12/12 - 23/01 -13/02 - 27/03 - 17/04 - 22/05 - 26/06 de 17h30 à 19h.

A partir de 6 ans.

Inscriptions pour les 10 ateliers

Tarif : 132 * / 147 € **

Animé par les Savants Fous – Salle des 3A.

THÉÂTRE (initiation expression théâtrale)

Travailler la voix, les déplacements, la confiance au travers de jeux et exercices. La production d'une pièce de théâtre viendra récompenser les efforts fournis durant l'année.

Jeudi: 17h30 à 19h, 8 / 15 ans.

Tarif : 132 € * / 147 € **

Animé par Peggy LARCHER – Salle des 3A

DANSE CLASSIQUE

Une approche en douceur de la danse classique. Loin des obligations de résultat, il s'agit de prendre du plaisir à la pratique tout en progressant au fil des séances.

Vendredi: 18h à 19h, 6/9 ans,

Vendredi: 19h à 20h, 10/15 ans,

Tarif : 153 € * / 168 € **

Animé par Lison MERMILLOD – Maison des Associations

ACTIVITÉS ADULTES

AQUARELLE / HUILE

Découvrir les secrets de la fabrication d'une œuvre d'art. Cadrage, profondeur, formes, lumière, et la poésie sont les maîtres mots pour ces activités artistiques.

Vendredi: 9h30 à 12h30

Tarif : 324 € * / 357 € **

Animé par Christine DECRETON – Salle des 3A

ANGLAIS

Une méthode d'apprentissage adaptée à tous niveaux pour découvrir ou perfectionner son vocabulaire, sa grammaire ou sa communication en anglais.

Mardi : 16h à 17h30, niveau : avancé

Mardi : 18h à 19h30, niveau : faux-débutant

Animé par – Maison des Associations

Tarif : 204 € * / 225 € **

CHORALE

Venez découvrir ou approfondir la pratique du chant ; que vous soyez débutant ou expérimenté. Répertoire varié.

Mardi de: 19h à 21h

Tarif : 183€ * / 198€ **

Animé par Vincent ANTONY – Maison des Associations

COUTURE (CRÉATION)

Découverte des bases, initiation à l'utilisation d'une machine à coudre. Mais aussi perfectionnement et réalisation de projet personnel grâce à un accompagnement individualisé.

Les mardis (1 semaine / 2): 20/09 – 04/10 – 18/10 – 08/11- 22/11 – 06/12 – 03/01 – 17/01 – 31/01 – 13/02 – 07/03 – 21/03 – 04/04- 18/04 – 09/05 de 18h30 à 20h30

Tarif : 192 € * / 207 € **

Animé par Julie GOUJAUD – Salle des 3A

ESPAGNOL

Dans un climat d'échange et de convivialité, venez découvrir ou redécouvrir l'espagnol, pour préparer vos voyages, améliorer vos échanges ou tout simplement pour le plaisir d'apprendre.

Mercredi: 9h à 10h30, niveau : intermédiaire

Mercredi: 10h30 à 12h, niveau : avancé

Tarif : 252 € * / 273 € **

Animé par Isabelle GRIMAL – Maison des Associations

GYM/PILATES

Gym: Entretien et renforcement, travail de tous les groupes musculaires, de la coordination. Chaque séance est différente et adaptée en fonction des caractéristiques de la personne.

Pilates: Renforcement des muscles posturaux basé sur l'harmonie corps / esprit. On vient travailler l'équilibre et renforcer les muscles profonds, la sangle abdominale et le périnée. Adapté pour tous y compris les femmes enceintes et en post- natal.

Gym 1h30 : Lundi de 9h à 10h30

Tarif : 177 € * / 195 € **

Gym: 1h: Lundi de 19h45 à 20h45 - Mercredi de 18h30 à 19h30

Pilates: Mercredi de 19h35 à 20h35 - Jeudi de 9h à 10h - Jeudi de 20h à 21h - Samedi de 9h30 à 10h30

Tarif : 165 € * / 183 € **

Pack : 2 cours aux choix (gym + gym ou pilates + pilates ou gym + pilates) Tarif : 1h + 1h : 243 € * / 264 € ** Tarif : 1h30 + 1h : 258 € * / 276 € **

Animé par Nathalie MATURI – Maison des Associations

GYM CARDIO

Entraînement en extérieur. Exercice cardio-training, renforcement musculaire, perte de poids.

Lundi : 19h à 20h

Tarif : 165 * / 183€ **

Animé par Marie AFONSO – Parc du pigeonnier

GUITARE

Apprentissage de la guitare à travers l'étude de répertoires classique, rock, musique actuelle.

Mercredi: 19h15 à 20h15 (1 semaine / 2)

Tarif : 120 €* / 135 €**

Animé par Jean GUIRAO - Maison des Associations

THÉÂTRE

Travailler sa voix, sa gestuelle scénique, apprendre des textes. Le tout dans une ambiance conviviale.

Jeudi: 19h30 à 21h

Tarif : 165 €* / 183 €**

Animé par Peggy LARCHER - Salle des 3A

ITALIEN

Apprentissage de la langue de Dante, Acquisition de vocabulaire, préparation de séjours, ou tout simplement discuter.

Vendredi: 18h à 19h30

Tarif : 204 * / 225€ **

Animé par Claudia ANTINI – Maison des associations

PATCHWORK

Art d'assembler des tissus de formes et couleurs différentes en utilisant des techniques variées et minutieuses afin de réaliser des ouvrages décoratifs.

Jeudi: 10h à 12h30 et de 14h à 17h

Tarif : 51€ * / 57€ **

Animé par Jacqueline DESUMEUR – Salle des 3A

PEINTURE CONTEMPORAINE

Passer un bon moment à découvrir le fusain, l'acrylique, et différents outils. Échanger avec le groupe, ses idées et ses désirs. Le regard de chacun étant important pour aider à construire et à se développer. Il n'est pas indispensable de savoir dessiner, simplement apprendre à faire passer une émotion et à réaliser une œuvre.

Vendredi: 14h à 17h

Tarif : 324 € * / 357 € **

Animé par Christine DECRETON– Salle des 3A

PHOTO

Le club photo accueille des amateurs souhaitant pratiquer en groupe la photographie numérique ou argentique. Des ateliers de prise de vue, de développement des images sont proposés ainsi que des séances plus culturelles sur l'histoire de la photographie. Sorties organisées.

Mardi: 9h à 12h

Tarif : 51 € * / 57 € ** Animé par Jean-Pierre OLLIVIER– Salle des 3A

POTERIE

Travail de la terre et des émaux, cuisson raku.

Jeudi: 10h à 18h

Tarif : 51 € * / 57 € **

Animé par Josette DUPUY – Maison des Associations

TAI CHI CHUAN

Basé sur un enchaînement de mouvements exécutés dans la lenteur et la fluidité au rythme d'une respiration profonde. Sa pratique régulière délie le corps et ses articulations, améliore la mémoire et favorise l'attention.

Mardi: 19h à 20h15

Tarif : 210 € * / 231 € **

Animé par Françoise BRAJOUT – Salle des fêtes

YOGA

Pratique corporelle et respiratoire qui favorise, une meilleure circulation de l'énergie dans le corps ainsi que l'apaisement du mental.

Lundi: 10h 45 à 12h ou 18h15 à 19h30

Tarif : 210 € * / 231 € **

Animé par Aurélie BERNOU – Maison des Associations

LEGENDE DES PICTOS

+ : Soumis à un questionnaire de santé
/* : Auzellois / Extérieurs