



## **ACTIVITES 2005 -2006**

### **INSCRIPTIONS**

#### **Maison des associations**

Vendredi 9 septembre 2005 de 16h00 à 19h00

Samedi 10 septembre 2005 de 8h30 à 12h00

### **ADHESIONS**

#### **Chevaline, Doussard, Lathuile :**

**-18 ans : 8,50 € / +18 ans : 17,00 € / Familiale : 34,00 €**

#### **Autres communes :**

**-18 ans : 9,50 € / +18 ans : 19,00 € / Familiale : 38,00 €**

**Un justificatif de domicile (quittance EDF, téléphone, ...)  
sera demandé le jour des inscriptions**

Le règlement de l'adhésion par chèque bancaire et le certificat médical sont à fournir lors de l'inscription. Tous les renseignements sont donnés à titre indicatif et peuvent être modifiés sans préavis

## **ANIMATION PHYSIQUE**

Responsable : Andrée SEROND (04 50 32 92 85)

Professeur : Marie-Rose DABO

- **Gymnastique**

Mardi de 9h à 10h et Vendredi de 9h à 10h

- **Stretching**

Mardi de 10h15 à 11h15 et Vendredi de 10h15 à 11h15

Participation annuelle : 60 € pour 2 heures de cours hebdomadaires

75 € pour plus de heures de cours hebdomadaires

## **ATELIER D'ECRITURE**

Responsable : Louis TERRIER ( 04 50 32 92 30)

30 séances sur l'année scolaire

Mercredi de 20h à 22h à partir du 6 octobre 2005 (sauf jours fériés et vacances scolaires)

Objectifs : prendre plaisir à écrire, à écouter, à s'améliorer, à partager.

Etre ensemble dans une ambiance amicale et détendue.

Nombre de participants : 12 personnes maximum

Participation annuelle : 22 €

## **CHORALE et CHANT**

Responsable : Claudie DERONZIER (04 50 44 34 33)

Professeur : Michel BOUARD (04 50 44 87 70)

- **Chorale adultes**

Lundi de 20h15 à 22h en période scolaire

Accompagnement à la guitare : Daniel DUCHER

Participation annuelle : 90 €

- **Chanson enfants**

Lundi de 17h30 à 18h30 en période scolaire

Cet atelier s'adresse aux enfants à partir de 6 ans

(10 personnes au minimum)

Participation annuelle : 90 €

- **Atelier chant (variétés)**

Cours individuels de 30 minutes par semaine en période scolaire

Technique vocale et interprétation

Tous niveaux, tous âges

## **CORPS, MOUVEMENT et EXPRESSION**

Responsable : Dominique MINSTER (04 50 32 99 52)

Professeur : Valérie DAGUE, professeur de danse contemporaine et danse-thérapeute

«Notre corps est un instrument précieux qui est au coeur de notre relation avec le monde. Nous disposons de nombreux outils pour l'accorder ou le ré-accorder. Je vous propose d'en découvrir quelques uns des plus doux au plus toniques : écoute, conscience corporelle, relaxation, auto-massage, accordage des chaînes musculaires, jeux autour du tonus, du temps et de l'espace, mouvements dansés... etc.»

Participation annuelle : 120 €

**NOUVEAU !**

## COUTURE

Responsable : Paulette GIOUX (04 50 44 31 57)

Lundi de 14h00 à 16h00 (sauf jours fériés et vacances scolaires)

30 séances sur l'année scolaire

Tous travaux d'aiguille

Participation annuelle : 25 €

## DANSE AFRICAINE

Responsable : Carole GUENOT (04 50 32 99 83)

Professeur : Marie-Rose DABO

30 séances sur l'année scolaire

- **Cours adultes confirmés (avec percussions africaines) :**

Samedi de 9h à 10h30 et de 10h30 à 12h

Participation annuelle : 115 €

- **Cours enfants dès 8 ans :**

Vendredi de 17h30 à 18h30 et de 18h30 à 19h30

Participation annuelle : 100 €

- **Cours adultes :**

Vendredi de 20h30 à 22h00

Participation annuelle : 100 €

## DANSE CLASSIQUE

Responsable : Odile VELLUT (04 50 44 57 71)

Professeur : Laure NOYER (diplômée d'état) remplacée jusqu'à la Toussaint par Véronique CELIER

30 séances en période scolaire

- **Cours initiation (5-6 ans) :**

Vendredi de 16h45 à 17h30

Participation annuelle : 144 €

- **Cours classique 1<sup>ère</sup> et 2<sup>ème</sup> année (7-8 ans) :**

Vendredi de 17h30 à 18h30

Participation annuelle : 150 €

- **Cours classique 3<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> année (9-12 ans) :**

Vendredi de 18h30 à 19h30

Participation annuelle : 150 €

- **Cours pour adolescents :**

Vendredi de 19h30 à 20h30

Participation annuelle : 150 €

## DANSE DE SALON

Responsable : Dominique PERRET (04 50 44 30 42)

Professeur : Julien GUELLA

Tous les mercredis de 17h30 à 22h

12 séances par trimestre

Apprenez à danser le rock dancing, tango, paso, cha cha cha, rumba, ...

Enfants, ados, adultes, débutants, avancés

## DESSIN

Responsable : Annie MAILLET ( 04 50 44 38 50)

Professeur : Dominique MINSTER-CARRE

Cours du 20 septembre 2005 au 20 juin 2006

30 séances en période scolaire

Mardi de 9h15 à 11h15 (sauf jours fériés et vacances scolaires)

Utilisation de tous supports et matières

Nombre de participants minimum : 12 personnes

Participation annuelle : 180 €

## JUDO JUJITSU (Club affilié à la FFJDA)

1<sup>er</sup> cours à partir du 5 septembre 2005

### • Judo

Responsable : Lucien GRANGIER (2<sup>ème</sup> DAN arbitre F1)

Cours enfants : lundi et jeudi de 18h00 à 19h30

Renseignements: 06 09 31 55 60

### • Judo Jujitsu

Responsable : Franck STAUBLI (1<sup>er</sup> DAN moniteur diplômé)

Cours adultes :

**Self défense échauffement TAISO** : lundi de 19h30 à 21h30

**Jujitsu** : Jeudi de 19h30 à 21h30

Certificat médical obligatoire

Renseignements : 04 50 44 80 75

## KARATE/TAE-BO (Club affilié à la FFKAMA)

Responsable : Colette NEYRET ( 06 87 56 72 08)

Professeur 4<sup>ème</sup> Dan : Zakariya TAGUIGUE (04 55 51 12 74 ou 06 61 34 25 50) accompagné de Jean-Pierre DOYE (diplômé d'instructeur fédéral)

1<sup>er</sup> cours à partir du 6 septembre 2005

• **Karaté** (à partir de 6 ans) : 4 cours d'une heure répartis par niveaux d'âge et par grades. Deux cours d'essai possibles  
Mardi et vendredi de 17h30 à 20h30,

80 cours sur l'année:

Participation annuelle enfant - de 16 ans : 227 €

Participation annuelle adulte : 272 €

• **Tae-bo** pour ados et adultes (mouvements de karaté et fitness en musique) Deux cours d'essai possibles

Mardi et vendredi de 20h30 à 21h30

40 cours sur l'année :

Participation annuelle ados : 37,50 €

Participation annuelle adulte : 47,50 €

80 cours sur l'année :

Participation annuelle ados : 68 €

Participation annuelle adulte : 85 €

**Fournir impérativement le jour de l'inscription** : 2 photos d'identité (pour les nouveaux) et un certificat médical obligatoire pour tous dès le 1<sup>er</sup> cours (sauf pour les cours d'essai)

## MONTAGNE & RAQUETTES

Responsable : André NATIVEL (04 50 09 95 01)

Animateur : Michel GIOUX

Randonnées été et hiver chaque mercredi et dimanche (sans interruption)  
A partir de 18 ans.

Participation annuelle : 10 €

## MUSIQUE

Responsable : Michèle DOMENGE (04 50 44 89 43 ou 06 78 80 58 83)

### •Guitare (tous styles)

Cours particuliers de 30 mn le mercredi à partir de 8 ans (30 séances pour l'année)

Participation annuelle : 480 €

### •Djembe : O. DABO

Cours collectif le samedi matin. Groupes débutants et avancés de 12 élèves maximum à partir de 8 ans (32 séances sur l'année)

Participation annuelle indicative pouvant être revue à la hausse si le nombre de participants est insuffisant :

Débutants : 150 € (cours de 1h00)

Avancés : 195 € (Cours de 1h30)

## PEINTURE

Responsable : Jocelyne GIROD

Mercredi de 14h à 17h (sauf jours fériés et vacances scolaires)

Adultes et enfants à partir de 10 ans

Le 21 septembre 2005 démonstration de toutes les activités : peinture sur tissu, verre, soie, porcelaine, carte en 3D, bijoux en perles, collage de serviettes en papier sur tous supports,...

Participation annuelle : 75 € (adultes) et <sup>54</sup>~~18~~ € (enfants de 10 à 16 ans)

## SKI DU MERCREDI

Responsable : Catherine DJOUADI (04 50 44 86 14)

### ATTENTION PLACES LIMITEES

Enfants du CP au CM2

Mercredi après-midi : départ à 12h15, retour vers 18h15

Ski de piste et un groupe de surf, 6 ou 7 sorties sont prévues de janvier à mars

Recherchons :

- Encadrants bénévoles (+18ans) skieurs tous niveaux (de la 1<sup>ère</sup> étoile à la flèche)
- Encadrants bénévoles (+18ans) non skieurs pour le bas des pistes
- Encadrants bénévoles (+18ans) pour le surf

### RAPPEL

Les enfants des bénévoles sont pris de la grande maternelle à la 6<sup>ème</sup>

## **THEATRE ADULTES**

Responsable : Eugène MARTINEZ (04 50 44 32 74)

Professeur : Alexandra LANIER

Atelier le mardi de 20h30 à 22h30

## **THEATRE ENFANTS & ADOS**

Responsable : Sandrine CHARTON LAGACHE (04 50 32 92 31)

### **• Troupe jeunes enfants**

Animatrice : Muriel DUSSOLLIET

Enfants nés entre 95 et 97

Atelier le mercredi de 14h00 à 15h30

### **• Troupe enfants**

Animatrice : Muriel DUSSOLLIET

Enfants nés entre 91 et 94

Atelier le mercredi de 16h00 à 18h30

### **• Troupe adolescents**

Professeur : Eve PRALON

Jeunes nés avant 1991

Atelier le mercredi de 18h30 à 20h00

**NOUVEAU !**

## **YOGA D'ENERGIE**

Responsable : Pierre LENOIR (04 50 44 81 10)

Professeur : Claire GRESSET

30 séances d'octobre 2005 à juin 2006

Cours le mercredi, limité à 22 personnes

1<sup>er</sup> cours de 18h00 à 19h30

2<sup>ème</sup> cours de 19h45 à 21h15

A l'inscription la participation est de 70 € et la seconde sera définie selon le nombre d'adhérents

Tenez-vous informés de la vie de l'association et des sections en visitant régulièrement le site internet  
**[www.lcdoussard.com](http://www.lcdoussard.com)**