

<b>ARTS PLASTIQUES</b> 	<b>À PARTIR DE 5 ANS</b> Qui: Nadine Lacomme Quand: MERCREDI, 14H-16H Où: La Source - Prix: 150€/an	<b>EXPRESSION CORPORELLE</b> 	<b>ÂGE: 5-7 ANS</b> Qui: Célia Morais Quand: MERCREDI, 16H30-17H15 - OÙ: La Source Prix: 150 €/an
<b>BADMINTON</b> 	<b>À PARTIR DE 6 ANS</b> Qui: Laurent Couybes et Thomas Nivet - Quand: VENDREDI, 17h30-18h30 OÙ: Gymnase - Prix: 110€/an	<b>DANSE MODERN'JAZZ</b> 	<b>ÂGE: 8-12 ANS</b> Qui: Célia Morais Quand: MERCREDI, 17H30 -18H30 OÙ: La Source - Prix: 150€/an
<b>BALADES VTT</b> 	<b>À PARTIR DE 8 ANS</b> Qui: David Segonds et Michel Deleris (Michou) - Quand: DIMANCHE - OÙ: Lieux variables - Prix: 40€/an	<b>GYM</b> 	<b>À PARTIR DE 4 ANS</b> Qui: Marie Françoise Georges Quand: MERCREDI, 4-6ans: 10H-10H45, 7-10ans: 10H45-11H45 - OÙ: Bruyères - Prix: 150€/an
<b>BANDE DESSINÉE</b> 	<b>À PARTIR DE 9 ANS</b> Qui: Léa Constans Quand: LUNDI, 17H-18H15 OÙ: La Source - Prix: 110€/an	<b>JUDO</b> 	<b>À PARTIR DE 5 ANS</b> Qui: Alain Nougaret Quand: MERCREDI, 15H30-17H OÙ: La Source - Prix: 110€/an
<b>CAPOEIRA</b> 	<b>ÂGE: 6-12 ANS</b> Qui: Célie Thiry (Caracole) Quand: MERCREDI, 11H-12H OÙ: La Source - Prix: 150€/an	<b>MULTI ACTIVITÉS</b> 	<b>ÂGE: 4-6 ANS</b> Qui: Plusieurs encadrants Quand: MERCREDI OÙ: La Source / Bruyères Prix: 150€/an
<b>CIRQUE</b> 	<b>À PARTIR DE 4 ANS</b> Qui: Cyrille Grenouillet Quand: > 8 ans: MERCREDI, 14H-15H15 - 4-7ans: MERCREDI, 15H15-16H OÙ: Bruyères - Prix: 150€/an	<b>SCULPTURE</b> 	<b>À PARTIR DE 11 ANS</b> Qui: Fany Noël Quand: JEUDI, 17H-19H OÙ: La Source Prix: 150€/an
<b>CRÉATION DE MUSIQUE</b> 	<b>À PARTIR DE 12 ANS</b> Qui: Simon Bolay Quand: JEUDI, 18H-20H OÙ: Salle de Musique (au dessus de la cantine) Prix: 250€/an	<b>TENNIS</b> 	<b>À PARTIR DE 6 ANS</b> Qui: Julien Rigole et Laurent Pouget - Quand: MERCREDI 17H30-19H - VENDREDI, 17H-18h30 - OÙ: Terrain/ Gymnase - Prix: 110€/an

## ACTIVITÉS ADULTES

### BADMINTON

Qui: Laurent Couybes et Thomas Nivet  
 Quand: VENDREDI, 18H30-20H  
 OÙ: Gymnase - Prix: 110€/an

### CAPOEIRA

Qui: Célie Thiry (Caracole)  
 Quand: MARDI 19H-21H- Dès 13 ans  
 OÙ: La Source - Prix: 250€/an

### DANSE AFRICAINE

Avec musiciens percussionnistes  
 Qui: Célia Morais  
 Quand: MARDI 20H-21H15  
 OÙ: La Source  
 Prix: 10€/séance ou 250€/an  
 Changement de chorégraphie tous les trimestres.

### DANSE MODERN'JAZZ

Qui: Célia Morais - Quand: MARDI 18H30-19H45 - OÙ: La Source  
 Prix: 10€/séance ou 250€/an  
 Changement de chorégraphie tous les trimestres.

### SCULPTURE

Qui: Fany Noël - Quand: MERCREDI 18H-20H- OÙ: La Source- Prix: 150€/an

Les activités commencent le 09/09/2024, sauf le judo qui commence le 18/09/2024.

→ 3 séances d'essai gratuites, toutes disciplines confondues.

07.72.55.33.06 - [ascbr.contact@gmail.com](mailto:ascbr.contact@gmail.com)

Saison  
2024-2025

# ACTIVITÉS- A.S.C.B.R.



## ARTS PLASTIQUES

**À PARTIR DE 5 ANS**

**Qui:** Nadine Lacomme

**Quand:** MERCREDI, 14H-16H

**Où:** La Source - **Prix:** 150 euros/an



Découverte de diverses techniques: aquarelle, pastel, huile, acrylique, modelage, pierre à savon, mosaïque, dessin, etc...

## BADMINTON

**À PARTIR DE 6 ANS**

**Qui:** Laurent Couybes et Thomas Nivet

**Quand:** VENDREDI, 17h30-18h30

**Où:** Gymnase - **Prix:** 110 euros/an



Initiation au badminton pour tous les niveaux.

## BALADES VTT

**À PARTIR DE 8 ANS**

**Qui:** David Segonds et Michel Deleris (Michou)

**Quand:** DIMANCHE

**Où:** Lieux variables - **Prix:** 40 euros/an



Les sorties "VTT Rando Balade" sont organisées le dimanche, en fonction de la météo, dans différents lieux alentours. La difficulté et la longueur des sorties sont adaptées aux différents niveaux. Les maîtres mots sont le plaisir, la convivialité et le partage de bons moments. Ouvert à tous (gratuit pour les adultes accompagnants).

## BANDE DESSINÉE

**À PARTIR DE 9 ANS**

**Qui:** Léa Constans

**Quand:** LUNDI, 17H-18H15

**Où:** La Source - **Prix:** 110 euros/an



A travers l'écriture, le story board, les caractéristiques des personnages, les décors, et différentes techniques, chacun pourra créer sa propre bande dessinée tout au long de l'année.

## CAPOEIRA

**ÂGE: 6-12 ANS**

**Qui:** Célie Thiry (Caracole)

**Quand:** MERCREDI, 11H-12H

**Où:** La Source - **Prix:** 150 euros/an



La Capoeira Angola est à la fois une danse, une lutte et un jeu brésilien. En plus de la pratique des mouvements, il y a l'apprentissage des percussions et des chants en portugais brésilien. Très musicale et collective, la capoeira favorise l'expression de soi, la confiance en soi et le lien avec les autres.

## CIRQUE

**À PARTIR DE 4 ANS**

**Qui:** Cyrille Grenouillet

**Quand:** > 8 ans: MERCREDI, 14H-15H15

4-7ans: MERCREDI, 15H15-16H

**Où:** Bruyères - **Prix:** 150 euros/an



Les arts du cirque représentent une activité très complète. Au programme: jonglage avec des balles, des diabolos et des bâtons du diable; équilibre sur une boule, un fil ou un rolla-bolla; roulades cacahuètes, roulades chenilles; pyramides humaines... Et un spectacle de fin d'année !

## CRÉATION DE MUSIQUE

**À PARTIR DE 12 ANS**

**Qui:** Simon Bolay

**Quand:** JEUDI, 18H-20H

**Où:** Salle de Musique (au dessus de la cantine) - **Prix:** 250 euros/an



Cet atelier de productions musicales propose un espace de création avec des instruments physiques ou numériques, des logiciels, des micros et un musicien-accompagnant. Faire de la musique, chanter, rapper, créer une bande son, une compo de rap, de jazz, de techno, de pop.. seul ou en groupe, tout est possible. Aucun niveau n'est requis.

07.72.55.33.06 - [ascbr.contact@gmail.com](mailto:ascbr.contact@gmail.com)

## DANSE

### À PARTIR DE 5 ANS

Qui: Célia Morais

Quand: MERCREDI

- 5-7ans: EXPRESSION CORPORELLE: 16H30-17H15
- 8-12ans: MODERN'JAZZ: 17H30-18H30

Où: La Source - Prix: 150 euros/an

Pour les 5-7 ans, l'expression corporelle propose une initiation à la danse. La danse modern'jazz est un style de danse qui incorpore des éléments de ballet, de danse africaine et de musique jazz.



## MULTI ACTIVITÉS

### ÂGE: 4-6 ANS

Qui: Plusieurs encadrants

Quand: MERCREDI

Où: La Source- Bruyères

Prix: 150 euros/an

Le Multi activités permet aux plus petits de découvrir plusieurs activités. Après chaque période de vacances scolaires, les enfants changent d'activité. Au programme cette année: Danse, Judo, Cirque, Capoeira, Arts Plastiques et Sculpture.



## GYM

### À PARTIR DE 4 ANS

Qui: Marie Françoise Georges

Quand: MERCREDI

- 4-6ans: 10H-10H45
- 7-10ans: 10H45-11H45

Où: Bruyères - Prix: 150 euros/an

La Perle Villefrancoise propose cet atelier de gymnastique artistique et acrobatique avec agrès: sol, saut, barres, poutres, et aussi acrobaties diverses à plusieurs.



## SCULPTURE

### À PARTIR DE 11 ANS

Qui: Fany Noël

Quand: JEUDI, 17H-19H

Où: La Source

Prix: 150 euros/an

L'atelier « les héros du futur » est un cours conçu pour initier adolescents et adultes à plusieurs techniques de sculptures. Par le biais de la création de personnages (humains, animaux, végétaux, imaginaires), exploration d'une multitude de techniques et de matériaux, du modelage en terre-papier, à l'assemblage et raffinement de la matière plastique, en passant par le plâtre, le papier, le tissu, etc.



## JUDO

### À PARTIR DE 5 ANS

Qui: Alain Nougaret

Quand: MERCREDI, 15H30-17H

Où: La Source - Prix: 110 euros/an

Le judo est un sport de combat qui se pratique à mains nues, sans porter de coups. L'objectif est de faire tomber ou d'immobiliser l'adversaire. Le but de cette activité est avant tout ludique.



## TENNIS

### À PARTIR DE 6 ANS

Qui: Julien Rigole et Laurent Pouget

Quand: MERCREDI 17H30-19H

VENDREDI, 17H-18h30

Où: Terrain/Gymnase - Prix: 110 euros/an

Les cours de tennis ont lieu aux terrains de tennis à La Fouillade, ou au gymnase en cas de mauvais temps. Les horaires exacts seront définis en fonction des groupes de niveau.



- ✓ Les activités ont lieu du 09/09/2024 au 25/06/2025 hors vacances scolaires. Sauf le judo qui commence le 18/09/2024.
- ✓ 3 séances d'essai gratuites, toutes disciplines confondues.
- ✓ Réduction de 10€ sur la 2ème activité ou sur le 2ème enfant d'une famille.
- ✓ Réduction supplémentaire de 20€ à partir de la 3ème activité ou du 3ème enfant d'une famille.

Les programmes sont susceptibles d'être modifiés en cours d'année en fonction des besoins, des effectifs et du niveau des enfants.

07.72.55.33.06 - [ascbr.contact@gmail.com](mailto:ascbr.contact@gmail.com)