



Association Sports et Loisirs Année 2023-2024

(du lundi 4 septembre 2023 au samedi 9 juillet 2024)

Mairie de St-Pryvé - Maison des Associations - 215 route de St Mesmin - 45750 St Pryvé St Mesmin

Tél. : 02.38.66.44.78 - email : aslstpryve@gmail.com - site internet : www.asl-stpryve.fr

Forum des Associations : Samedi 7 Septembre 2024 de 9h00 à 14h00 au Gymnase de St-Pryvé

Questionnaire de santé à compléter par les licenciés uniquement ; seule l'attestation est à remettre à l'ASL

Attention : L'A.S.L. se réserve le droit de supprimer tout cours dont le nombre d'inscrits est insuffisant.

L'A.S.L. n'est pas responsable des changements de salle pouvant intervenir.

Adhésion à l'A.S.L. : 1 adhésion/adulte. Les enfants mineurs rattachés à un parent adhérent ne sont pas redevables de l'adhésion.

Pour plusieurs enfants d'une même famille sans parent adhérent : 1 seule adhésion est demandée.

Montant de l'adhésion à l'association : 27 €

ACTIVITÉS SPORTIVES

| ACTIVITE | Responsable de section | Professeur ou animateur | Code | Catégorie | Jours | Horaires | Lieu | Tarif Commune | Tarif Hors commune |
|------------------------------|--|-------------------------|------|---------------|----------|-------------|---------|---------------|--------------------|
| Gymnastique Sportive Enfants | Nadine TROUILLARD gym_sportive@asl-stpryve.fr | Nadine TROUILLARD | 1 | Eveil 4-5 ans | Mercredi | 10h00-10h45 | Gymnase | 80 | 90 |
| | | | 2 | 6 - 9 ans | | 10h45-11h45 | | 100 | 110 |

Activités AVEC Licence

Licence 33 €

| | | | | | | | | | |
|---------------------------|--|--------------------|---|--------------------|----------|-------------|---------------------------|----|----|
| Gymnastique d'Entretien | Odile TEYRIER gym_entretien@asl-stpryve.fr | Laurence VIOLET | 3 | Gym Adultes | Lundi | 18h15-19h15 | Salle des Fêtes St Pryvé | 80 | 90 |
| Stretching dynamique | gym_entretien2@asl-stpryve.fr | Sylviane LEMOULT | 4 | Stretching Adultes | Jeudi | 17h00-18h00 | Salle des Fêtes St Pryvé | 80 | 90 |
| Cardio/Renfort Musculaire | Arlinda GARCEZ cardio_renfort@asl-stpryve.fr | Odile BRONZARD | 5 | Adultes | Lundi | 18h15-19h15 | Gymnase | 80 | 90 |
| Muscu/Stretch 2 en 1 | Arlinda GARCEZ muscu_stretch@asl-stpryve.fr | | 6 | | Lundi | 19h30-20h30 | Salle Proust | 80 | 90 |
| | | | 7 | Adultes | Jeudi | 18h00-19h00 | Salle Proust | 80 | 90 |
| Marche Nordique | Jean-Marc BLONDEEL marche_nordique@asl-stpryve.fr | Rodolph PEPIN | 8 | Adultes | Vendredi | 14h30-16h00 | Lac de St Pryvé et autres | 80 | 90 |
| | marche_nordique2@asl-stpryve.fr | Florent TATINCLAUX | 9 | | Samedi | 9h15-10h45 | | | |

Licence 41 €

| | | | | | | | | | |
|------|---|-------------------|-------------|----------------------------------|-------------------|-------------|-----------------------------|-----|-----|
| Judo | Pascale VIÉ / Olivier ROGEMANS judo@asl-stpryve.fr | Pascal BOUGUEREAU | 10 | Baby 1 (4/5 ans) | Mardi | 17h00-17h45 | Dojo Céline Lebrun St-Pryvé | 100 | 110 |
| | | | 11 | Baby 2 (4/5 ans) | Mercredi | 14h00-14h45 | | 100 | 110 |
| | | | 12 | Pré-Poussins (6/7 ans) | Mardi et Mercredi | 17h45-18h30 | | 150 | 160 |
| | | | | | Mardi et Mercredi | 15h00-16h30 | | | |
| | | | 13 | Poussins et Benjamins (8/10 ans) | Mardi et Mercredi | 18h30-19h45 | | 190 | 200 |
| | | | | | Mardi et Mercredi | 17h00-18h30 | | | |
| 14 | Minimes, Cadets, Juniors et Séniors (+ de 11 ans...) | Mardi et Mercredi | 19h45-21h00 | 200 | 210 | | | | |

Activités SANS Licence

| | | | | | | | | | |
|-----------------------------|--|--------------------|----|------------|----------|-------------|--------------------------|-----|-----|
| Pilates | pilates@asl-stpryve.fr | Eléna SANTARROMANA | 15 | Adultes | Lundi | 9h00-10h00 | Salle de Danse | 100 | 110 |
| | | | 16 | | Lundi | 20h15-21h15 | Salle du Part'Age | 100 | 110 |
| | Caroline CHAPURON pilates2@asl-stpryve.fr | | 17 | | Mercredi | 9h00-10h00 | Salle de Danse | 100 | 110 |
| | | | 18 | | Mercredi | 19h00-20h00 | Salle du Part'Age | 100 | 110 |
| Step/Body Fit | Valérie RAULIN step_bodyfit@asl-stpryve.fr | Wilfried MYRTIL | 19 | Step | Vendredi | 17h30-18h30 | Salle Proust | 80 | 90 |
| | Sandra LALLERON step_bodyfit@asl-stpryve.fr | | 20 | Body Fit 1 | | 18H30-19H30 | | 80 | 90 |
| | | | 21 | Body Fit 2 | | 19H30-20H30 | | 80 | 90 |
| Cuisses Fessiers Abdominaux | Brigitte VAUXION cfa@asl-stpryve.fr | Odile BRONZARD | 22 | Adultes | Jeudi | 19h15-20h15 | Salle Proust | 80 | 90 |
| Renfort Musculaire | renfort_musculaire@asl-stpryve.fr | Isabelle ADAM | 23 | Adultes | Mercredi | 18h30-19h30 | Salle des Fêtes St Pryvé | 80 | 90 |

ACTIVITÉS DÉTENTE

| ACTIVITE | Responsable de section | Professeur ou animateur | Code | Catégorie | Jours | Horaires | Lieu | Tarif Commune | Tarif Hors commune |
|------------|---|-------------------------------|------|--------------------------------------|----------|-------------|--|---------------|--------------------|
| Gym Douce | Marie-Reine HÉMERAY gym_douce@asl-stpryve.fr | Nadine TROUILLARD | 24 | Adultes | Mardi | 10h00-11h00 | Salle Proust | 90 | 100 |
| | | | 25 | Adultes | Vendredi | 14h45-15h45 | Salle de Danse | 90 | 100 |
| Stretching | stretching@asl-stpryve.fr | Odile BRONZARD | 26 | Stretching <i>actif</i> Adultes | Mardi | 9h15-10h15 | Salle de Danse | 90 | 100 |
| | | | 27 | | Mardi | 10h20-11h20 | | 90 | 100 |
| | | | 28 | Stretching <i>détente</i> Adultes | Jeudi | 9h30-10h30 | | 90 | 100 |
| | | | 29 | | Jeudi | 10h35-11h35 | | 90 | 100 |
| Qi Gong | qi_gong@asl-stpryve.fr | Joëlle RIBAUD | 30 | Adultes | Lundi | 17h45-19h00 | Salle du Part'Age | 160 | 180 |
| Yoga | Pascal RÉTHORÉ yoga@asl-stpryve.fr | Marie-Claude VANNIER | 32 | Adultes | Mardi | 11h30-12h30 | Salle de Danse | 140 | 160 |
| | | | 33 | | | 12h40-13h40 | | 140 | 160 |
| | | | 34 | | | 17h00-18h00 | Salle des Fêtes St Pryvé ou salle Toulouse | 140 | 160 |
| | | Valérie MORVAN | 35 | Adultes | Mardi | 18h15-19h15 | Salle du Part'Age | 140 | 160 |
| | | Guy DE CANCK | 36 | Adultes | Mardi | 18h15-19h15 | | 140 | 160 |
| | | | 37 | | | 19h30-20h30 | | 140 | 160 |
| | | Guy DE CANCK / Valérie MORVAN | 37b | Adultes | Jeudi | 17h00-18h00 | Auditorium | 140 | 160 |

ACTIVITÉS SPORT BIEN-ÊTRE

| ACTIVITES | Responsable de section | Professeur ou animateur | Code | Catégorie | Jours | Horaires | Lieu | Tarif Commune | Tarif Hors commune |
|---------------------------|---|-------------------------|------|-----------|----------|-------------|-------------------|---------------|--------------------|
| Gym Douce Séniors | Gisèle RADÉ gym_douce_seniors@asl-stpryve.fr | Nadine TROUILLARD | 38 | Séniors | Vendredi | 10h00-11h00 | Salle de Danse | 90 | 100 |
| Sophrologie | sophrologie@asl-stpryve.fr | Florence MARTINOIS | 39 | Adultes | Lundi | 19h05-20h05 | Salle du Part'Age | 150 | 170 |
| Pilates Soft | pilates3@asl-stpryve.fr | Mélanie BOUREAU | 41 | Adultes | Lundi | 10h00-11h00 | Salle de Danse | 100 | 110 |
| | | | 42 | | | 11h00-12h00 | | 100 | 110 |
| Yoga Séniors | yoga_seniors@asl-stpryve.fr | Mélanie BOUREAU | 44 | Séniors | Mardi | 10h45-12h15 | Salle Toulouse | 170 | 190 |
| | Dany ROUSSEAUD yoga_seniors2@asl-stpryve.fr | | | | | | | | |
| Equilibre Corps et Mental | ecm@asl-stpryve.fr | Marie KASSEL | 45 | Adultes | Vendredi | 14h00-15h30 | Salle Proust | 170 | 190 |

ACTIVITÉS DANSE

| ACTIVITES | Responsable de section | Professeur ou animateur | Code | Catégorie | Jours | Horaires | Lieu | Tarif Commune | Tarif Hors commune |
|----------------|--|-------------------------|------|-------------------------|----------|-------------|----------------------------|---------------|--------------------|
| Danse en Ligne | Hortense ROBERT danse_en_ligne@asl-stpryve.fr | Eléna SANTARROMANA | 46 | Adultes | Jeudi | 17h00-18h30 | Salle des Fêtes St Hilaire | 140 | 160 |
| | | | 47 | | | 19h00-20h30 | Salle des Fêtes St Pryvé | 140 | 160 |
| Hip-Hop | Valérie RAULIN hip-hop@asl-stpryve.fr | Emma DUPANLOUP | 48 | Ados à partir de 12 ans | Lundi | 18h30-20h00 | Salle de Danse | 140 | 160 |
| | | Shanna GODIN | 50 | Juniors 8/11 ans | Mercredi | 15h15-16h15 | Salle Proust | 120 | 130 |
| Zumba | Virginie PINHEIRO zumba@asl-stpryve.fr | Isabelle ADAM | 51 | Ados/Adultes | Mercredi | 19h30-20h30 | Salle des Fêtes St Pryvé | 100 | 120 |

ACTIVITES LOISIRS

| ACTIVITE | Responsable de section | Professeur ou animateur | Code | Catégorie | Jours | Horaires | Lieu | Tarif Commune | Tarif Hors commune |
|--------------|---|-------------------------|------|-----------------------------------|-------------------|-------------|--------------|---------------|--------------------|
| Scrapbooking | Alice GACHON scrapbooking@asl-stpryve.fr | Alice GACHON | 53 | Adultes 1 cours/mois à définir | Mardi ou Vendredi | 13h30-16h30 | Salle Mozart | 110 | 125 |

Paiement : Inscription annuelle et paiement préalable exigés.

Règlements acceptés : chèques, espèces, carte bleue, chèques vacances, coupons sports, pass'Loisirs de la CAF, ANCV Connect, Pass'Sport, YEP'S, participation CCAS, participation comité d'entreprise.

Remise multi-activité : 10 € de réduction pour toute inscription à une activité supplémentaire (pour toute inscription complète reçue avant le 31 octobre).

Remise multi-enfant : 10 € de réduction par inscription supplémentaire d'un enfant d'une même fratrie (inscription complète reçue avant le 31 octobre).