



# Association Sports et Loisirs Année 2024-2025

(du lundi 2 septembre 2024 au samedi 9 juillet 2025)

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 si réponse oui au questionnaire

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 € (sports et loisirs/stages)

### ACTIVITÉS SPORTIVES

ACTIVITE	Responsable de section	Professeur ou animateur	Code	Catégorie	Jours	Horaires	Lieu	Tarif Commune	Tarif Hors commune
Gymnastique Sportive Enfants	<a href="mailto:gym_sportive@asl-stpryve.fr">gym_sportive@asl-stpryve.fr</a>	Nadine TROUILLARD	SP1	Eveil 4-5 ans	Mercredi	10h00-10h45	Gymnase	80,00 €	90,00 €
			SP2	6 - 9 ans		10h45-11h45		100,00 €	110,00 €

### Activités AVEC Licence

#### Licence 33 €

Gymnastique d'Entretien Gym reprise Body Zen	<a href="mailto:Odile TEYRIER gym_entretien@asl-stpryve.fr">Odile TEYRIER gym_entretien@asl-stpryve.fr</a>	Laurence VIOLET	SP3	Gym Adultes	Lundi	18h15-19h15	Salle des Fêtes St Pryvé	80,00 €	90,00 €
			SP4	Gym Adultes	Mardi	18h00-19h00	Salle Proust	80,00 €	90,00 €
			SP5	Gym Adultes	Mardi	19h00-20h00	Salle Proust	80,00 €	90,00 €
Stretching dynamique	<a href="mailto:gym_entretien2@asl-stpryve.fr">gym_entretien2@asl-stpryve.fr</a>	Sylviane LEMOULT	SP6	Stretching Adultes	Jeudi	17h00-18h00	Salle des Fêtes St Pryvé	80,00 €	90,00 €
Cardio/Renfort Musculaire	Arlinda GARCEZ <a href="mailto:cardio_renfort@asl-stpryve.fr">cardio_renfort@asl-stpryve.fr</a>	Odile BRONZARD	SP7	Adultes	Lundi	18h15-19h15	Gymnase	80,00 €	90,00 €
			SP8	Adultes	Lundi	19h30-20h30	Salle Proust	80,00 €	90,00 €
Muscu/Stretch 2 en 1	Arlinda GARCEZ <a href="mailto:muscu_stretch@asl-stpryve.fr">muscu_stretch@asl-stpryve.fr</a>	Odile BRONZARD	SP9	Adultes	Jeudi	18h00-19h00	Salle Proust	80,00 €	90,00 €
			SP10	Adultes	Vendredi	14h30-16h00	Lac de St Pryvé et autres	80,00 €	90,00 €
Marche Nordique	Jean-Marc BLONDEEL <a href="mailto:marche_nordique@asl-stpryve.fr">marche_nordique@asl-stpryve.fr</a>	Rodolph PEPIN	SP11		Florent TATINCLAUX	Samedi			

#### Licence 41 €

Judo	Pascale VIÉ / Olivier ROGGEMANS <a href="mailto:judo@asl-stpryve.fr">judo@asl-stpryve.fr</a>	Pascal BOUGUEREAU	SP12	Baby 1 (4/5 ans)	Mardi	17h00-17h45	Dojo Céline Lebrun St-Pryvé	100,00 €	110,00 €
			SP13	Baby 2 (4/5 ans)	Mercredi	14h00-14h45		100,00 €	110,00 €
			SP14	Pré-Poussins (6/7 ans)	Mardi et Mercredi	17h45-18h30		150,00 €	160,00 €
					15h00-16h30				
			SP15	Poussins et Benjamins (8/10 ans)	Mardi et Mercredi	18h30-19h45		190,00 €	200,00 €
SP16	Minimes, Cadets, Juniors et Séniors (+ de 11 ans...)	Mardi et Mercredi	17h00-18h30 19h45-21h00 18h45-20h00	200,00 €	210,00 €				

### Activités Sportives SANS Licence

ACTIVITE	Responsable de section	Professeur ou animateur	Code	Catégorie	Jours	Horaires	Lieu	Tarif Commune	Tarif Hors commune
Pilates	Caroline CHAPURON <a href="mailto:pilates2@asl-stpryve.fr">pilates2@asl-stpryve.fr</a>	Eléna SANTARROMANA	SP17	Adultes	Lundi	9h00-10h00	Salle de Danse	100,00 €	110,00 €
			SP18		Lundi	20h15-21h15	Salle du Part'Age	100,00 €	110,00 €
			SP19		Mercredi	9h00-10h00	Salle de Danse	100,00 €	110,00 €
			SP20		Mercredi	19h00-20h00	Salle du Part'Age	100,00 €	110,00 €
			SP21		Mélanie BOUREAU	Vendredi	17h30-18h30	Auditorium	100,00 €
Step/Body Fit	Valérie RAULIN <a href="mailto:step_bodyfit@asl-stpryve.fr">step_bodyfit@asl-stpryve.fr</a> Sandra LALLERON <a href="mailto:step_bodyfit@asl-stpryve.fr">step_bodyfit@asl-stpryve.fr</a>	Wilfried MYRTIL	SP22	Step	Vendredi	17h30-18h30	Salle Proust	80,00 €	90,00 €
			SP23	Body Fit 1		18h30-19h30		80,00 €	90,00 €
			SP24	Body Fit 2		19h30-20h30		80,00 €	90,00 €
Cuisses Fessiers Abdominaux	Laurence GOUMAIN <a href="mailto:cfa@asl-stpryve.fr">cfa@asl-stpryve.fr</a>	Odile BRONZARD	SP25	Adultes	Jeudi	19h15-20h15	Salle Proust	80,00 €	90,00 €
Renfort Musculaire	Caroline CHAPURON <a href="mailto:renfort_musculaire@asl-stpryve.fr">renfort_musculaire@asl-stpryve.fr</a>	Isabelle ADAM	SP26	Adultes	Mercredi	18h30-19h30	Salle des Fêtes St Pryvé	80,00 €	90,00 €

### ACTIVITÉS DÉTENTE

ACTIVITE	Responsable de section	Professeur ou animateur	Code	Catégorie	Jours	Horaires	Lieu	Tarif Commune	Tarif Hors commune
Stretching	Arlinda GARCEZ <a href="mailto:stretching@asl-stpryve.fr">stretching@asl-stpryve.fr</a>	Odile BRONZARD	DET1	Stretching <i>actif</i>	Mardi	9h15-10h15	Salle de Danse	90,00 €	100,00 €
			DET2	Adultes	Mardi	10h20-11h20		90,00 €	100,00 €
			DET3	Stretching <i>détente</i>	Jeudi	9h30-10h30		90,00 €	100,00 €
			DET4	Adultes	Jeudi	10h35-11h35		90,00 €	100,00 €
Qi Gong	<a href="mailto:qi_gong@asl-stpryve.fr">qi_gong@asl-stpryve.fr</a>	Joëlle RIBAUD	DETS	Adultes	Lundi	17h45-19h00	Salle du Part'Age	160,00 €	180,00 €
Yoga	Pascal RETHORE <a href="mailto:yoga@asl-stpryve.fr">yoga@asl-stpryve.fr</a>	Marie-Claude VANNIER	DET6	Adultes	Mardi	10h00-11h00	Salle Toulouse	140,00 €	160,00 €
			DET7			11h30-12h30	Salle de danse	140,00 €	160,00 €
			DET8			12h40-13h40	140,00 €	160,00 €	
		Valérie MORVAN	DET9	Adultes	Mardi	17h00-18h00	Salle des Fêtes St Pryvé ou salle Toulouse	140,00 €	160,00 €
			DET10	18h15-19h15	140,00 €	160,00 €			
		Guy DE CANCK	DET11	Adultes	Mardi	18h15-19h15	Salle du Part'Age	140,00 €	160,00 €
DET12	19h30-20h30	140,00 €	160,00 €						

## ACTIVITÉS SPORT BIEN-ÊTRE

ACTIVITES	Responsable de section	Professeur ou animateur	Code	Catégorie	Jours	Horaires	Lieu	Tarif Commune	Tarif Hors commune
Gym Douce Séniors	Marie-Reine HEMERAY gym-douce@asl-stpryve.fr	Nadine TROUILLARD	BE1	Adultes	Mardi	10h00-11h00	Salle Proust	90,00 €	100,00 €
			BE2	Adultes	Vendredi	14h45-15h45	Salle de Danse	90,00 €	100,00 €
	Gisèle RADÉ gym_douce_seniors@asl-stpryve.fr	Nadine TROUILLARD	BE3	Séniors	Vendredi	10h00-11h00	Salle de Danse	90,00 €	100,00 €
Sophrologie	sophrologie@asl-stpryve.fr	Florence MARTINOIS	BE4	Adultes	Lundi	19h05-20h05	Salle du Part'Age	150,00 €	170,00 €
Pilates Soft	pilates3@asl-stpryve.fr	Mélanie BOUREAU	BE5	Adultes	Lundi	10h00-11h00	Salle de Danse	100,00 €	110,00 €
			BE6			11h00-12h00		100,00 €	110,00 €
Yoga Séniors	Dany ROUSSEAUD yoga_seniors@asl-stpryve.fr	Mélanie BOUREAU	BE7	Séniors	Vendredi	11h15-12H30	Salle de Danse	150,00 €	170,00 €
Equilibre Corps et Mental	ecm@asl-stpryve.fr	Marie KASSEL	BE8	Adultes	Vendredi	14h00-15h30	Salle Proust	170,00 €	190,00 €

## 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	DA1	Adultes	Jeudi	17h00-18h30	Salle des Fêtes St Hilaire	140,00 €	160,00 €
			DA2			19h00-20h30	Salle des Fêtes St Pryvé	140,00 €	160,00 €
Hip-Hop	Valérie RAULIN hip-hop@asl-stpryve.fr	Emma DUPANLOUP	DA3	Ados à partir de 12 ans	Lundi	18h30-20h00	Salle de Danse	140,00 €	160,00 €
		Mathilde LEROUX	DA4	Juniors 8/11 ans	Mercredi	15h15-16h15	Salle Proust	120,00 €	130,00 €
Zumba	Virginie PINHEIRO zumba@asl-stpryve.fr	Isabelle ADAM	DA5	Ados à partir de 16 ans/Adultes	Mercredi	19h30-20h30	Salle des Fêtes St Pryvé	100,00 €	120,00 €
Cardio-danse	cardio-danse@aslstpryve.fr	Mélanie BOUREAU	DA6	Ados à partir de 16 ans/Adultes	Vendredi	18h30-19h30	Auditorium	120,00 €	130,00 €

**Montant de l'adhésion à l'association : 10 € (loisirs/stages seuls)**

## 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	LO1	Adultes 1 cours/mois à définir	Mardi ou Vendredi	13h30-16h30	Salle Mozart	110,00 €	125,00 €
Couture adultes*	Caroline CHAPURON	Muriel ROUZE	LO2	Adultes 1 cours/mois à définir	1er lundi du mois	18h00-20h00	Salle Mozart	250,00 €	270,00 €
Couture enfants*	Caroline CHAPURON	Muriel ROUZE	LO3	Enfants Vacances scolaires	1er mercredi	14h00-16h00	Salle Mozart	100,00 €	110,00 €
Dessin-Arts plastiques 4/6 ans*	Caroline CHAPURON	Laura PESTY	LO4	Enfants 4/6 ans	Mercredi	14h00-14h45	Salle Toulouse	160,00 €	180,00 €
Dessin-Arts plast. 7/10 ans*	Caroline CHAPURON	Laura PESTY	LO5	Enfants 7/10 ans	Mercredi	15h00-15h45	Salle Toulouse	160,00 €	180,00 €
Dessin-Arts plastiques +11 ans*	Caroline CHAPURON	Laura PESTY	LO6	+ 11 ans	Mercredi	16h00-17h15	Salle Toulouse	200,00 €	220,00 €

\*fournitures incluses

## STAGES

ACTIVITE	Responsable de section	Professeur ou animateur	Code	Catégorie	Jours	Horaires	Lieu	Tarif Commune	Tarif Hors commune
Art Floral	Laurence GOUMAIN	Elodie MARAIS	ST1	Adultes 1 cours/trimestre	A définir	A définir	A définir	35,00 €	35,00 €
Mosaïque	Laurence GOUMAIN	Valerie PERDOUX	ST2	Adultes stage de 5 jours	A définir	A définir	A définir	90,00 €	90,00 €
Aquarelle	Laurence GOUMAIN	Emilie SCHIELE	ST3	Adultes 1 cours/trimestre	Samedi	A définir	A définir	35,00 €	35,00 €
Hip-Hop	Valerie RAULIN	Emma DUPANLOUP	ST4	Adultes Stage de 3 jours	A définir	A définir	Auditorium	20,00 €	25,00 €
Taï-chi	Pascal RETHORE	A définir	ST5	Adultes Stage de 3 jours	A définir	A définir	A définir		
Zumba	Virginie PINHEIRO	Isabelle ADAM	ST6	Adultes	A définir	A définir	A définir		
Judo	Pascale VIE	Pascal BOUGUEREAU	ST7	Adultes	A définir	A définir	Dojo		
Danse en ligne	Hortense ROBERT	Eléna SANTARROMANA	ST8	Adultes	A définir	A définir	A définir		

**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, virement SEPA

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).