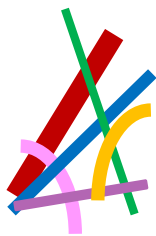


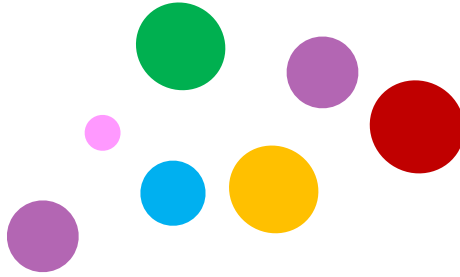


LEUDEVILLE  
[www.leudeville.fr](http://www.leudeville.fr)

# Guide des ASSOCIATIONS

**2019/2020**





# JOURNEE DU 7 SEPTEMBRE 2019

**11H**

ACCUEIL DES NOUVEAUX HABITANTS  
EN SALLE DES LOISIRS

**14H À 17H :**

FORUM DES ASSOCIATIONS

A NOTER LA PRÉSENCE :

DE LA **MÉDIATHÈQUE**

DE L'ASSOCIATION **SOLIDARITES NOUVELLES POUR LE LOGEMENT**

DE LA SECTION DE L'UNION NATIONALE DES COMBATTANTS  
& DE **VDPC91, VOLONTAIRES DE DÉFENSE ET DE SÉCURITÉ CIVILES**

DE L'ASSOCIATION **CHAOS LORD**, JEUX DE RÔLES  
ET DE SOCIÉTÉ DE MAROLLES-EN-HUREPOIX

**TROC' TES ROLLERS** PAR L'ASSOCIATION **PEPS' DU TILLEUL**



Comme chaque année, nous sommes heureux de vous présenter ce guide qui recense toutes les activités proposées par les associations sur notre commune.

Nous considérons que partager des activités sportives, culturelles et créatrices est un vecteur essentiel de solidarité et de bien-être au quotidien.

C'est pourquoi nous mettons tout en œuvre pour accompagner au mieux les associations dans leurs projets.

Sans l'engagement des bénévoles qui œuvrent au service des autres, ces associations n'existeraient pas. Nous en profitons pour les remercier de leur implication et restons à leur écoute.

Nous vous espérons nombreux au :

### **FORUM DES ASSOCIATIONS :**

**7 septembre 2019 de 14h à 17h**

*Sur le parking du city-stade  
ou en cas de pluie dans la salle des loisirs*

Nous vous souhaitons une belle rentrée.

Jean-Pierre LECOMTE  
Maire de Leudeville



# SOMMAIRE

-  AÉROCLUB DES CIGOGNES
-  A.F.A.L. - ASSOCIATION FOOTBALL AMICALE DE LEUDEVILLE
-  A.G.V. - ASSOCIATION GYMNASTIQUE VOLONTAIRE
-  ASSOCIATION INTERPAROISSIALE CHEPTAINVILLE, GUIBEVILLE, LEUDEVILLE, MAROLLES-EN-HUREPOIX
-  COMITÉ DES FÊTES
-  EVASION VERT LEUDEVILLE - VTT
-  HARMONIE & BIEN-ÊTRE
-  LEUD'ÉVEIL
-  LEU'SCRAP 91
-  L.T.C.- LEUDEVILLE TENNIS CLUB
-  MÉDIATHÈQUE
-  MON THÉÂTRE POUR TON CARTABLE
-  MUSIQUE BUISSONNIÈRE
-  PEP'S DU TILLEUL
-  PRENDS SOIN DE TOI
-  RIBAMBELLE
-  SORTIES CULTURELLES
-  TAI CHI CLUB
-  VENTS DE FLEURS

## ACTIVITE

**Aéromodélisme de loisir et de compétition d'aéromodèles radiocommandés**

## RENSEIGNEMENTS

Membres du bureau :

- Président : Jean ROUSSEAU
- Trésorier : Jean-Pierre LONDERO
- Secrétaire : Denis LABROSSE

Affiliation à la Fédération Française d'Aéromodélisme

Contacts :



06.83.54.44.98

[cj-rousseau@orange.fr](mailto:cj-rousseau@orange.fr)

[www.aeroclub-cigognes.info](http://www.aeroclub-cigognes.info)

## LIEU - HORAIRES

Lieu : terrain d'aéromodélisme de Leudeville (près de la ferme de Bressonvilliers)

Horaires : tous les jours, du lever au coucher du soleil



## ACTIVITE

### Initiation et pratique du football de loisir

## RENSEIGNEMENTS

### Membres du bureau :

- Président : Romuald LEGRAND
- Trésorier : Grégory DAVID
- Secrétaire : Eric THER

### Contacts :

☎ 06.79.64.75.85

✉ [karyne.romuald@hotmail.fr](mailto:karyne.romuald@hotmail.fr)

<https://www.facebook.com/afal.leudeville/>

## LIEU - HORAIRES

Lieu : Terrain de football de Leudeville

Horaires : Dimanche de 10h à 12h

Conditions d'inscriptions :

18 ans minimum ou 16 ans avec accord parental  
Certificat médical obligatoire

Tarif : 30 € / an



## ACTIVITE

**Vous vous souciez de votre forme et de votre condition physique, venez bénéficier d'une pédagogie individualisée au sein d'un même groupe avec des activités multiples :**

- ***Cardio, abdos fessiers, renforcement musculaire***
- ***Assouplissement, stretching, relaxation***
- ***Techniques issues du Pilates, Yoga, Qi Gong, Tai Chi***

## RENSEIGNEMENTS

Membres du bureau :

- Présidente : Violaine LEFEBVRE
- Trésorière : Nadine LEDOGAR
- Secrétaire : Anne POTTIER

Affiliation à la Fédération Française d'Education Physique et de Gymnastique Volontaire (FFEPGV)

Contacts :

01.64.56.04.82 / 06.84.77.18.03



[nadine.ledogar@orange.fr](mailto:nadine.ledogar@orange.fr)

## LIEU - HORAIRES

Lieu : Salle des loisirs, Leudeville

Horaires : tous les mardis, de 20h30 à 21h45 (hors vacances scolaires)

Conditions d'inscriptions :

A partir de 16 ans

Tarif : 115 € / an (licence incluse)

Equipement nécessaire : tapis, tenue de sport et chaussures propres





## ACTIVITE

ASSOCIATION INTERPAROISSIALE CHEPTAINVILLE, GUIBEVILLE, LEUDEVILLE, MAROLLES-EN-HUREPOIX

**Gestion des salles paroissiales de Marolles-en-Hurepoix et Leudeville au bénéfice des séances de catéchisme, éveil à la foi, aumônerie, préparation à la communion, ...**  
**Organisation de la kermesse à Marolles-en-Hurepoix en mai**

## RENSEIGNEMENTS

### Membres du bureau :

- Président : Vincent PANNETIER
- Trésorier : Benoit LERAITRE

### Contacts :



06.89.22.81.49



[assipmarolles@gmail.com](mailto:assipmarolles@gmail.com)

## LIEU - HORAIRES

Inscription éveil à la foi, catéchisme, aumônerie à la journée des associations.

Age : à partir de 3 ans

*La salle paroissiale de Marolles-en-Hurepoix peut être empruntée pour des repas de famille le week-end. Elle est autorisée pour 70 personnes assises maximum.*

*Coût : 150 € / journée + 150 € de caution.*



## ACTIVITE

### Organisation d'activités festives à Leudeville



#### Agenda :

**Samedi 16 Novembre 2019 : Dîner dansant**

**Samedi 7 Mars 2020 : Soirée au profit des  
"Restos du Coeur"**



**15, 16, 17 & 18 mai 2020 : Fête du village**



## RENSEIGNEMENTS

#### Membres du bureau :

- Président : Christian VITTI
- Trésorier : Jean-Claude PINEAU
- Secrétaire : Geneviève PINEAU

#### Contacts :

 Christian VITTI : 06.76.29.06.40  
 christianvitti@orange.fr

 Geneviève PINEAU : 06.70.06.41.16  
 genevieve\_pineau@orange.fr



## ACTIVITE

**Club de randonnée VTT**  
**Sorties VTT en groupe**

## RENSEIGNEMENTS

### Membres du bureau :

- Président : Christian LESCENE
- Trésorier : Patrice LEDUC
- Secrétaire : Michel MEURISSE

Affiliation à la Fédération Française de Cyclotourisme (FFCT)

### Contacts :

- ☎ 06.25.45.06.89
- ✉ clecesne@wanadoo.fr  
evlvt.pagesperso-orange.fr

## LIEU - HORAIRES

Lieu : Chemins de la région

Horaires : tous les dimanches matin

Conditions d'inscriptions :

A partir de 18 ans

Tarif : 56 € / an



## ACTIVITE

L'association HARMONIE & BIEN ETRE propose de la sophrologie, de la relaxation, des animations, des ateliers ou d'autres manifestations visant à favoriser la découverte de techniques de bien être ou de développement personnel.

Destinée aux adultes et aux enfants, elle favorise leur épanouissement personnel, leur créativité , leur équilibre et leur bien être.

## RENSEIGNEMENTS

### Membres du bureau :

- Présidente : Magali PICQ
- Trésorière : Cécile CURT POUPINET

Intervenante sophrologie et relaxation : Audrey BELLEY

### Contacts :

- ☎ 06.73.03.86.82
- harmonieetbienetre91@gmail.com

## LIEU - HORAIRES

Cours de sophrologie :

Le Vendredi soir selon calendrier remis en début d'année pour 20 cours

Horaires : 19h/20 h ou 20h30/21h30

Lieu : 3ème salle de l'école maternelle

Tarif : 190 euros (dont 10 euros d'adhésion à l'association)



## ACTIVITE


**Promouvoir toutes les actions favorisant l'éveil des enfants de 0 à 3 ans, accompagnés d'un ou plusieurs parents ou d'une assistante maternelle**

## RENSEIGNEMENTS

Membres du bureau :

- Présidente : Valérie BRUGNON
- Trésorière : Magali PICQ
- Secrétaire : Florence LEMOULE

Contacts :

 06.33.48.31.97 ou 01.69.58.53.12

 LEUDeveil@gmail.com

## LIEU - HORAIRES

Lieu :

- Salle école maternelle les lundis et jeudis
- Salle des loisirs les mardis
- Accueil de loisirs les vendredis

Jours et horaires :

Lundi, mardi, jeudi et vendredi de 10h à 11h30

Conditions d'inscriptions : Enfants âgés de 0 à 3 ans



## ACTIVITE

Cette nouvelle association de Scrapbooking qui a débuté en février 2018 a pour objectif de créer des moments de partage autour d'une passion commune, d'échanger des idées, des techniques et des savoir-faire liés au scrapbooking (l'art de mettre ses photos en valeur) et ses dérivés (carterie...) au travers d'ateliers.

L'association ne dispense pas de cours, elle est basée sur le partage des connaissances

## RENSEIGNEMENTS

Membres du bureau :

- Présidente : Isabelle BRUN
- Trésorière : Valérie BRUGNON
- Secrétaire : Lisbeth BASSIERE

contacts :

leuscrap91@yahoo.com

inscriptions au Forum des Associations

## LIEU - HORAIRES

Lieu : salle école maternelle

Jour et horaires : un vendredi par mois de 19h à 22h30  
un samedi par mois de 14h à 17h (calendrier fourni lors de l'inscription)

Conditions d'inscription : à partir de 16 ans avec accord parental

**Inscriptions limitées à 20 adhérents**

Tarifs : adhésion à l'association 30 € pour l'année scolaire avec possibilité d'un atelier d'essai gratuit



## ACTIVITE

## Pratique du tennis

- en loisir
- en compétition jeunes , hommes et dames en Essonne

## RENSEIGNEMENTS

Membres du bureau :

- Président : Jean-Pierre LECOMTE
- Trésorier : Philippe BOUSSELET
- Secrétaire : Valérie CHEVOT

Affiliation à la Fédération Française de Tennis (FFT)

Contact : Itcleudeville@laposte.net

<https://www.facebook.com/Leudevilletennisclub/>

Inscriptions au Forum des Associations

## LIEU - HORAIRES

Conditions d'inscriptions : Tous les âges

Certificat médical obligatoire pour les compétiteurs / Licence obligatoire

Tarifs :

30 € pour les enfants de 3 à 6 ans

60 € pour les jeunes de 7 à 17 ans

90 € pour les adultes

*Licence  
incluse*

3 personnes de la même famille s'inscrivant en même temps bénéficient d'une réduction globale de 10% (hors licence); pour 4 personnes et plus, la réduction est de 20% (hors licence).

**MINI-TENNIS de 3 à 5 ans : 50 €** (Forfait de 23 leçons de 45 mn par semaine sur l'année scolaire avec un minimum de 20 leçons en cas d'intempéries)

le **Mercredi** (début des cours mercredi 11 septembre)

**COURS ENFANTS de 6 à 10 ans : 90 €** (Forfait de 23 leçons d'1 heure par semaine sur l'année scolaire avec un minimum de 20 leçons en cas d'intempéries)

le **Mercredi** (début des cours mercredi 11 septembre)

**COURS JEUNES de 11 à 18 ans: 125 €** (Forfait de 23 leçons d'1 heure 30 sur l'année scolaire avec un minimum de 20 leçons en cas d'intempéries)

le **Mercredi** (début des cours mercredi 11 septembre)

**COURS ADULTES : 165 €**

Forfait de 25 leçons d'1 heure 30 sur l'année à Lisses (installation couverte)

le **mardi** (début des cours mardi 17 septembre)



## ACTIVITE

**Prêt de livres, DVD et CD**

**Animation de calinoucontes pour les 0-3 ans**

**Cafés littéraires**

**Accueil des classes : recherche de documentaires, lecture et présentation de livres, contes adaptés aux différents niveaux**

## RENSEIGNEMENTS

Responsable : Marie-Claude FONCELLE

Prêt et traitement du livre :

Mesdames BALAGNY, EDWARDS, FONCELLE, HURET et MOREAU

Saisie informatique :

Mesdames BOUSSICAUD et ORTIN-SERRANO, Monsieur DESPREZ

## LIEU - HORAIRES

Abonnement annuel : adulte 4 €, enfant : 2 €

Horaires :

- Le mardi matin est réservé aux scolaires, écoles maternelle et élémentaire
- Mardi de 16h30 à 19h00
- Samedi de 10h30 à 12h
- Ludothèque et médiathèque : samedi matin

Pendant les vacances d'été, ouverture tous les mardis de 17h30 à 19h00.

La médiathèque est fermée pendant les petites vacances scolaires. 16





## ACTIVITE

**Stages de théâtre à destination des enfants et adolescents**

## RENSEIGNEMENTS

Membres du bureau :

- Présidente : Malika THOMAS
- Trésorière et secrétaire : Cécile CAMBRAY

Contacts :

- ☎ 06.43.63.43.17
- ✉ [montheatrepourtoncartable@yahoo.fr](mailto:montheatrepourtoncartable@yahoo.fr)

## LIEU - HORAIRES

Lieu : salle des loisirs à Leudeville

Conditions d'inscriptions :

A partir de 6 ans

Tarif : Environ 25 € selon le nombre d'inscriptions



## ACTIVITE

**Découvrir la musique et le chant à travers le chant chorale et/ou la pratique de la flûte**



Chorale enfant (école élémentaire)  
Chorale « ado » (collégien & lycéen)  
Chorale adultes tout âge

## RENSEIGNEMENTS

Membres du bureau :

- Présidente : Florence PICAULT
- Trésorière : Monique BOUSSICAUD
- Secrétaire : Patricia GRAND

Contacts :

06.35.46.47.90



musiquebuissonniere.info@gmail.com

## LIEU - HORAIRES

Lieu : Salle des Jonquilles, Leudeville

Jours et horaires :

**Flûte** : mardi ou mercredi (horaires précisés et confirmés à la rentrée)

**Chorale adulte** : mardi 20h30/22h et mercredi 18h30/20h

**Chorale enfants** : mercredi 16h30/17h30

**Chorale « ado »** : mercredi 17h30/18h30

Tarif : en fonction de l'activité



## ACTIVITE

Association locale, à but non lucratif, indépendante et non politique dont le but est :

- d'apporter une aide matérielle et financière aux écoles de Leudeville par le biais de diverses actions et manifestations festives et ludiques (kermesse, Troc' tes rollers, marché de Noël)
- de représenter les parents des élèves des deux écoles aux différentes commissions et groupes de travail auxquels ils sont invités à siéger, de favoriser la communication entre les parents et les écoles, de diffuser des informations aux familles et d'être partenaire auprès des acteurs de l'éducation

## RENSEIGNEMENTS

Membres du bureau :

- Présidente : Aurélie JAY
- Trésorière : Céline BARBARIN
- Secrétaire : Delphine BECAUD

Contacts :

- ☎ 06.81.80.64.06
- ✉ pepsdutilleul@gmail.com



**Troc' tes rollers**  
**Samedi 7 septembre**  
**De 14h à 17h au city-stade**



**Vente de crêpes**



## ACTIVITE

**Prends soin de toi est une association d'éducation à la santé par le sport, avec une activité principale autour de la course à pied hors stade dans une ambiance festive et bienveillante.**

## RENSEIGNEMENTS

**Contact :** Arnaud RIZZO ☎ 07.67.57.73.35  
[info@prendssoin2toi.fr](mailto:info@prendssoin2toi.fr)  
 inscriptions en ligne [www.prenssoin2toi.fr](http://www.prenssoin2toi.fr)

## LIEU - HORAIRES

**RUNNING ACADEMY :**

Du débutant jusqu'au confirmé, nous avons des groupes pour tout le monde, et pour tous les jours de la semaine ! N'oubliez pas, un adhérent à Prends soin de toi peut aller courir où il veut, quand il veut !

**Tous les lundis** : 20h30 à Ballancourt/Mennecy - tous les niveaux

**Tous les mardis** : 20h30 à Leudeville - tous les niveaux et à Boissy-sous-Saint-Yon pour les intermédiaires/confirmés

**Tous les mercredis** : 20h30 à Brétigny-sur-Orge- tous les niveaux

**Tous les jeudis** : 20h30 à Lardy - tous les niveaux

*Egalement dans cette section, des week-ends courses à travers la France et l'Europe, des colos sportives pour les adultes à Annecy, des courses organisées dans toute l'Essonne chaque année (Moustachue, Macarun, Co-Zombie, ...)*

**WELLNESS ACADEMY****Marche et Marche nordique**

On ne fait pas que courir, certains marchent ou pratiquent la marche nordique !

**Tous les mardis** : 20h30 à Leudeville.

**Run & Forme**

Activité alliant la rando-course, le renforcement musculaire, la prévention des blessures et l'exercice cardio-pulmonaire. Idéal pour reprendre une activité physique et sportive et débiter dans le running par la porte douce et progressive !

**Tous les lundis** : 20h30 à Ballancourt/Mennecy

**Tous les mardis** : 20h30 à Leudeville

**Tous les mercredis** : 20h30 à Brétigny-sur-Orge

**Tous les jeudis** : 20h30 à Lardy

**Activité Multi-Fitness** - Destinée aux adultes, avec 2 propositions :

\***Street Fit** : c'est l'activité autour du cross-training. Enchaînement de mouvements fonctionnels, alliant travail musculaire et cardiopulmonaire. Les exercices sont réalisés au poids du corps ou avec du matériel spécifique.

\***Medley Fitness** : Yoga, relaxation, renforcement musculaire, zumba, abdos-fessiers, ... chaque semaine, l'activité change suivant l'inspiration de nos spécialistes du Fitness !

**Tous les samedis** : 11h à 12h à l'école élémentaire de Leudeville.



## MULTISPORTS ACADEMY

### Activités physiques adaptées Séniors /Retraité.e.s

Venez partager des moments conviviaux, et garder la forme autour d'activités physiques diverses : badminton avec ballon de baudruche, molkky, randonnée, travail sur l'équilibre, escrime, prévention des chutes, ...

**Tous les mercredis** : 9h à 10h à la salle des loisirs de Leudeville.

### Activité Multisports Maternelle

Destinée aux enfants nés en 2014 – 2015 - 2016, ils découvriront des activités physiques et sportives telles que : motricité, athlétisme, gymnastique rythmique et artistique, lutte, escrime, badminton, kinball, hockey, accrobranche, ...

**Tous les mercredis** : 10h à 11h à la salle des loisirs de Leudeville. Possibilité de se faire accompagner par l'accueil de loisirs.

### Activité Multisports Élémentaire

Destinée aux enfants nés entre 2009 et 2013, ils découvriront des activités physiques et sportives telles que : motricité, athlétisme, gymnastique rythmique et artistique, lutte, escrime, badminton, kinball, hockey, accrobranche, ...

**Tous les mercredis** : 11h à 12h à la salle des loisirs de Leudeville. Possibilité de se faire accompagner par l'accueil de loisirs.

**Tous les samedis** : 11h à 12h à l'école élémentaire de Leudeville.

### Activité Multisports Adulte

Destinée aux grands enfants qui eux aussi ont droit de découvrir des activités physique et sportives telles que : tchoukball, hockey, Ultimate, Nerf, sarbacane, handball, escrime, trampoline, fitness-étirements, patinoire, badminton, escalade, basket, volley, natation, ....

**Tous les jeudis** : 20h30 à 22h30 à la salle des loisirs de Leudeville.

### Activité Multisports Parents-enfants

Venez partager une heure d'activités variées avec vos enfants ! nés en 2014 – 2015 – 2016.

**Tous les samedis** : 9h45 à 10h45 à l'école élémentaire de Leudeville.

### Activité Multisports Urbain **\*\*Nouveauté 2019-2020\*\***

Destinée aux enfants nés entre 2002 et 2009, c'est la découverte des activités dites urbaines : art du déplacement, Double Dutch, hip-hop, foot freestyle, streetball, trottinette, ...

**Tous les samedis** : 14h à 15h30 à l'école élémentaire de Leudeville.

### Activité Multisports Nature **\*\*Nouveauté 2019-2020**

Destinée aux enfants nés entre 2007 et 2012, c'est la découverte des activités physiques et sportives en pleine nature : Accro-slackline, course d'orientation, trail, tir à l'arc, natation, VTT, escalade, biathlon, ...

**Tous les dimanches** : 10h à 12h à l'école élémentaire de Leudeville.

## FOOTBALL ACADEMY

Section football pour les enfants nés entre 2007 et 2014. Le football est une activité excellente pour le développement moteur de l'enfants. Mais il ne se résume pas qu'à la pratique sur terrain vert, en championnat. D'un côté, ce sera la découverte du football sur terrain vert, et de l'autre, la découverte du jeu en 5x5 sur city-stade, du freestyle, du Panna (petit pont), gestes techniques, ... du multi-foot pur et dur !

**Tous les samedis** : 9h45 à 12h à l'école élémentaire de Leudeville.

## SPORT SANTÉ SUR ORDONNANCE

Vous souffrez d'une maladie chronique ? Faites-vous prescrire de l'activité physique par votre médecin traitant et nous assurons la prise en charge et le suivi individualisé, avec notre panel d'activités physiques adaptées.

Nous contacter directement, les programmes étant individualisés : 07.67.57.73.35 ou info@prendssoin2toi.fr.

### Tarifs :

**Adhésion 1 ou 2 personnes de la même famille** : 45€.

**Adhésion tribu** : à compter de la 3ème personne de la même famille, les adhésions suivantes sont gratuites.

**Prix par activité** : 30€. Pour tout adhérent inscrit à 3 activités ou plus, une course au choix est offerte entre La Moustachue, la Macarun ou la Co-Zombie.

## ACTIVITE

**Sauter, bouger, créer, chanter, imaginer, découvrir en s'amusant !**

**Créée en 2007, l'association RIBAMBELLE propose aux tout-petits (0-3 ans) une multitude d'activités, les aidant ainsi dans leur développement corporel et social.**

## RENSEIGNEMENTS

Membres du bureau :

- Présidente : Nadège VALETTI
- Trésorière : Sylvie SEVERIN-BERESINA

Contacts :

- ☎ 06.62.17.68.35
- ✉ nvaletti@gmail.com

## LIEU - HORAIRES

Lieu :

- Salle école maternelle, mardi et vendredi
- Salle des loisirs, jeudi
- Accueil de loisirs, lundi

Jours et horaires :

Lundi, mardi, jeudi et vendredi de 10h à 11h30

Conditions d'inscriptions :

Enfants accompagnés d'une assistante maternelle ou d'un parent.  
Inscriptions limitées à 12 enfants dans l'année



## ACTIVITE

**Sorties culturelles en demi-journée ou journée avec transport en autocar**

**Chaque mois, une sortie thématique est organisée :  
Visite avec guide-conférencier d'un musée, exposition,  
château, monument ou d'un quartier parisien ...**

## RENSEIGNEMENTS

Contacts :

Michèle NAVARRO



01.69.14.88.12



mwnavarro21@gmail.com

## LIEU - HORAIRES

Jour : 3ème jeudi du mois (après-midi ou pour la journée 2 fois/an)

Inscription en mairie

Tarif en fonction des sorties

Programme à venir (sous réserve) :

- 19 septembre 2019 (journée) : **La Roche-Guyon et Villarceaux (Val d'Oise)**
- 17 octobre 2019 : **musée des papiers peints et dégustation de produits du terroir, Melun**
- 21 novembre 2019 : **la Scène Musicale, Boulogne-Billancourt**
- 12 décembre 2019 (date avancée) : **les coulisses de l'aéroport d'Orly**



## ACTIVITE


Le **Tai Chi Chuan** et le **Chi Gong** sont deux gymnastiques chinoises issues de la médecine traditionnelle. Avec douceur, la pratique met l'accent sur le développement de la respiration, sur l'équilibre du geste, sa coordination, sa souplesse, et réactive le circuit de l'énergie qui est en chacun de nous. Idéal pour une remise en forme en profondeur, une stimulation du système immunitaire et une réelle détente nerveuse.

Le Tai Chi Club intègre à la fin de chaque cours une séquence de **Méditation** de pleine conscience qui permet d'ancrer plus encore les bienfaits des mouvements. S'allonger, se laisser guider et se reconnecter avec son corps en portant son attention sur l'instant présent. Il suffit de quelques minutes pour développer un calme profond et durable.

A vous d'essayer !

## RENSEIGNEMENTS

Contacts : Lionel SEITE, professeur diplômé pro

 06 13 63 30 90

[taichiclub91@gmail.com](mailto:taichiclub91@gmail.com)

[lionel.seite9@gmail.com](mailto:lionel.seite9@gmail.com)

<http://taichiclub91.fr/>

<https://www.facebook.com/Taichi.club91>

## LIEU - HORAIRES

Adhésion au club : 20 €

Pour un cours d'1h30 : 200 € (adhésion non comprise)

Pour un cours de 2h : 200 € + 30 € = 230 € (adhésion non comprise)

Pour un cours de 2h30 : 200 € + 30 € + 30 € = 260 € (adhésion non comprise)

Vous souhaitez faire un second cours d'1h30 dans la semaine : rajouter au tarif de votre premier cours 90 €

Certificat médical obligatoire pour les débutants

Deux cours d'essai gratuits sont proposés.

30 cours par an.





LUNDI 19h30 - 21h / LEUDEVILLE :

**CHI GONG (25%) et TAI CHI CHUAN 108 & 24 (75 %)**  
*(Niveau Avancé)*

LUNDI 21h - 21h30 / LEUDEVILLE :

**ARMES : EVENTAIL, EPEE et SABRE**  
*(Niveau avancé)*

LUNDI 21h30 - 22h / LEUDEVILLE :

**FAST 108 et MEDITATION**  
*(Niveau avancé)*

MARDI 19h30 - 21h / SAINT-VRAIN : ACCUEIL DEBUTANT !

**CHI GONG (25%) et TAI CHI CHUAN (75 %)**  
*(Niveau intermédiaire et débutant)*

MARDI 21h – 21h30 / SAINT-VRAIN :

**MEDITATION**  
*(Tous niveaux)*

JEUDI 20h - 21h30 / SAINT-VRAIN : ACCUEIL DEBUTANT !

**CHI GONG (75 %) et MEDITATION (25%)**  
*(Tous niveaux)*

JEUDI 21h30 - 22h / SAINT-VRAIN :

**TAI CHI CHUAN 24**  
*(Tous niveaux)*

VENDREDI 19h30 - 22h / SAINT-VRAIN :

**ENTRAINEMENT**  
*(Tous niveaux)*

## ACTIVITE

L'art floral, c'est créer des compositions florales avec harmonie.

Vents de Fleurs vous enseigne bases, techniques et dirige votre créativité.

## RENSEIGNEMENTS

Membres du bureau :

- Présidente : Valérie SOULIE
- Trésorier : Christian LECESNE
- Secrétaire : Monique PRONYSZYN

Affiliation à la Société Nationale d'Horticulture de France (SNHF)

Contacts : Christine LECESNE

06.77.54.25.99



ventsdefleurs@orange.fr

<http://ventsdefleurs.free.fr>

## LIEU - HORAIRES

Lieu : Leudeville

Pour les dates de cours, voir auprès de ventsdefleurs@orange.fr

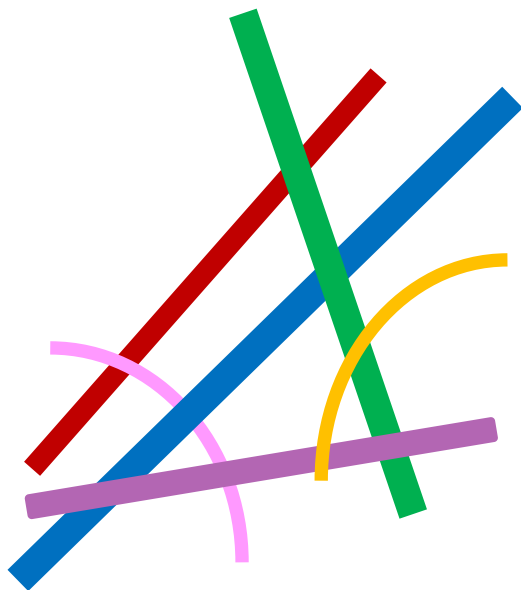
Cours collectifs

Conditions d'inscriptions : à partir de 3 ans

Tarifs : diverses formules de 15 € à 50 €







*Ne pas jeter sur la voie publique*

*Impression réalisée par la Mairie de Leudeville  
Août 2019*