

Bouger !

Gymnastique douce

Au gymnase du Château

Le lundi de 10h15 à 11h15

Animatrice : Maryse Faillon

Gymnastique tonique

Au gymnase de la Citadelle :

Le lundi de 18h à 19h

Animatrice : Aurélie Gisselbrecht

Au gymnase Dubois-Crancé :

Le mercredi de 9h à 10h

Animatrice : Maryse Faillon

Renforcement musculaire

Au gymnase du Château

Le vendredi de 10h15 à 11h15

Animatrice : Aurélie Gisselbrecht

Pilates

Au gymnase du Château

Le lundi de 9h à 10h

Le vendredi de 9h à 10h

Animatrice : Gisèle Roussia

Tarifs annuels : 1 cours : 75 € ;
2 cours : 95 € ; 3 cours et + : 115 €

Qi Gong

Salle du Dojo du gymnase Dubois-Crancé

Le jeudi de 10h30 à 11h30

Tarif : 84 € par trimestre ou 240 € à l'année

Animatrice : Samia Mameri

Première séance le 10 septembre

NOUVEAU

Marche rythmée

Le mardi à 9 h

Animatrice : Régine Lebègue

Reprise le 11 septembre

Marche santé

Le jeudi à 9 h

Animatrice : Marcelle Houssine

Reprise le 13 septembre

Marche promenade

Le lundi à 13h30

Animatrices : R. Lebègue et M. Houssine

Première marche le 17 septembre

Randonnée : 15 ou 20 km

5 samedis par an,
de janvier à septembre
Animatrice : Sandrine Lambert

Au Centre aquatique du Mont Olympe

Natation & aquagym

Le mardi de 9 h 15 à 10 h

Le vendredi de 9 h 15 à 10 h

Responsables : Micheline Depuiset
et Christine Perinet

A la piscine de la Ronde Couture

Aquagym

Le lundi de 11 h 15 à 12 h

Le mercredi de 9 h 15 à 10 h

Le mercredi de 10 h 15 à 11 h

Responsables : Janine Durot et Josette Guerrier

Tarifs à la séance :
Aquagym : 6,40 € / Natation : 3,30 €

1 marche : 15 €
2 marches : 20 €

**Certificat médical
obligatoire et exigible
pour toute activité sportive
dès l'inscription**

**Reprise des cours le
24 septembre 2018**

Programme et tarifs
2018 / 2019
(Adhésion annuelle : 25 €)

28 Porte de Bourgogne - 08 000 CHARLEVILLE MEZIERES
Renseignements : 03 24 58 13 47 - 03 24 35 54 19 - 03 24 37 69 45
www.vivreenville08.org - mail : vivreenville.08@gmail.com

association
Vivre en Ville

Bouger !... Cogiter !... Créer !...

Créer !

Couture, tricot et crochet

↪ Le mardi de 9h à 12h

Tarif : 80 € par an

Animatrice : Janine Paquet

Reprise le 11 septembre

Peinture à l'huile

↪ Le jeudi de 9h à 11h

↪ Le vendredi de 9h à 11h

Tarif : 62 € par trimestre

Animatrice : Julie Delgenes

Reprise les 27 et 28 septembre

Aquarelle

↪ Le mardi de 14h à 16h

↪ Le mardi de 16h à 18h

Tarif : 62 € par trimestre

Animatrice : Julie Delgenes

Reprise le 25 septembre

Créations à base de Patchwork (Plaids, sacs, trousse et créations diverses)

↪ Le vendredi de 14h à 16h

Tarif : 40 € par an

Responsable : Jocelyne Mazzolini

Reprise le 28 septembre

Poterie

↪ Le lundi de 14h à 16h

Tarif : 80 € par an

Animatrice : Danièle Ozanne

Reprise le 1er octobre

Enluminure

↪ 5 séances par trimestre, le jeudi de 14h à 17h

Tarif au trimestre : 90 € pour 6 séances

75 € pour 5 séances.

Animatrice : Valérie Stevenin

Reprise le 6 septembre

Ces ateliers ont lieu au local de l'association :
28 rue de la Porte de Bourgogne à Mézières

Cogiter !

Scrabble duplicate

↪ Le lundi de 14h à 17h

Animatrice : Agnès Cosson

Reprise le 3 septembre

Scrabble

↪ Le mercredi de 14h à 17h

Animatrice : Claudine Mormanne

Reprise le 5 septembre

Anglais Grands débutant et Débutants

↪ Le mercredi de 9h à 10h15

Anglais Débutant Confirmés

↪ Le mercredi de 10h30 à 11h45

Animateur : Gaétan Rollinet

Reprise le 12 septembre

Pour un cours d'Anglais :
60 € par trimestre ou 150 € par an

Scrabble :
1 atelier : 15 €
2 ateliers : 25 €

Exposition des Ateliers créatifs

Du 15 au 21 mars 2019 : Galerie du Caveau

Art floral

↪ 4 ou 5 mercredis par an de 17h30 à 20h30

Tarifs : 42 € la séance pour les adhérents ;

48 € pour les non adhérents, fleurs comprises

Animatrice : Marie-France Simonet

Premier atelier le 10 octobre

Inscription obligatoire 10 jours avant l'atelier au 03 24 57 60 90

Relaxation - Sophrologie

↪ A déterminer : les informations concernant cet atelier seront indiquées sur le site de l'association début septembre.

www.vivreenville08.org

Œnologie

↪ Un jeudi par mois, de 18h30 à 20h30

Tarif : 20 € la séance pour les adhérents ;

23 € pour les non adhérents

Animateur : Joffrey Chrétien

Premières séances le 27 septembre et le 25 octobre

Ecriture

↪ Deux mercredis par mois de 17h30 à 20h

Tarif : 20€ la séance

Animatrice : Muriel Ramos

Première séance le 12 septembre

NOUVEAU