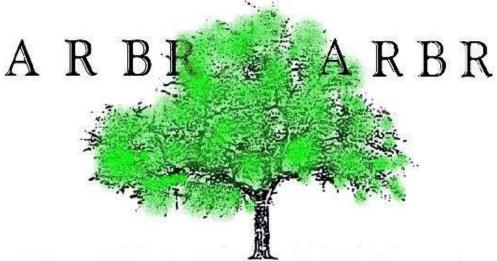
2020 / 2021 Activités annuelles



Association des Résidents du Bois Raguenet

Administrée par des bénévoles

Ferme Poisson 4 chemin des Mâtines Le Bois-Raguenet 44700 ORVAULT

Courriel: contact@arbr.fr
Site internet: www.arbr.fr

Journal de l'association en ligne
02 28 91 12 63 - 06 02 15 18 40

Début des activités lundi 21 septembre 2020

CHORALE « OR'VOCAL »

Salle Saint-René

Contacts et Chefs de Chœur : Yves et Annabelle REVAULT Annabelle 06 81 10 73 51 ou Yves 06 62 47 09 31 annabelle.revault44@gmail.com

Jazz Vocal, Gospel, Chanson Contemporaine, Chant sacré, Renaissance, Traditionnel Latino-Américain, Traditionnel Africain

2 Vendredis / mois minimum: 20 h 30 à 22 h 45

Tarif annuel: 35 €

Prévoir frais de tenue de concert la 1ère année

Plusieurs concerts au cours de l'année

DANSE * Salle Pommier

Contact: Aurélie CORMERAIS - 06 83 34 73 59 - danse.arbr@gmail.com

Professeur D.E.: Julie STEINMETZ

Mardi

16 h 30 à 17 h 30	INITIATION	Tarif annuel : 152 €
17 h 30 à 19 h 00	CONTEMPORAIN Débutant	Tarif annuel : 228 €
19 h 00 à 20 h 15	BARRE AU SOL	Tarif annuel : 130 €
20 h 15 à 21 h 45	CONTEMPORAIN Adulte 1	Tarif annuel : 228 €

Mercredi

13 h 45 à 15 h 15	CLASSIQUE Débutant 1	Tarif annuel : 228 €
15 h 15 à 16 h 45	CONTEMPORAIN Inter	Tarif annuel : 228 €
16 h 45 à 18 h 30	CLASSIQUE Avancé	Tarif annuel : 266 €
18 h 30 à 20 h 00	CONTEMPORAIN Adulte 2	Tarif annuel : 228 €

Vendredi

16 h 30 à 17 h 15	EVEIL (à partir de GS)	Tarif annuel : 114 €
17 h 15 à 18 h 45	CLASSIQUE Débutant 2	Tarif annuel : 228 €
18 h 45 à 20 h 15	CONTEMPORAIN Avancé	Tarif annuel : 228 €

Minimum de 7 inscrits par cours (10 pour Initiation).

Spectacle de Danse : en juin 2021 à l'Odyssée

ENCADREMENT D'ART & Cartonnage

Ferme Poisson - Salle Séquoia

Contact: Annie BORET - 02.40.94.93.65 - <u>thierry.boret@free.fr</u> Intervenante: Isoline MUNOZ - 06.62.15.31.41 - <u>isoline_munoz@yahoo.fr</u>

ENCADREMENT:

Mardi: 09 h 30 à 12 h 30 (gr. A, 15 cours, bimensuel 45 h) Tarif annuel: 220 € Mardi: 09 h 30 à 12 h 30 (gr. B, 15 cours, bimensuel 45 h) Tarif annuel: 220 € Mardi: 13 h 30 à 16 h 30 (gr. C, 15 cours, bimensuel 45 h) Tarif annuel: 220 € Tarif annuel: 160 €

CARTONNAGE:

Jeudi : 09 h 30 à 13 h 30 (gr. E, 8 cours, mensuel 32 h) Tarif annuel : 160 € **Mardi : 14 h 00 à 18 h 00** (gr. F, 8 cours, mensuel 32 h) Tarif annuel : 160 €

⇒ NOUVEAU cours : Cartonnage le MARDI à 14h00

Minimum de **7** inscrits par cours.

Stages: 4 samedis de 9 h 00 à 17 h 00 (7 h de cours): 35 € / jour (40 € hors adhérent)

FOOT EN SALLE *

Gymnase du Bois-Raguenet

Contact: Samuel MARTIN - 06 51 61 70 44 - samuelmartin7@gmail.com

Lundi: 18 h 30 à 20 h 30 Tarif annuel: 10 €



GUITARE

Ferme Poisson - Salle Bambou

Contacts: Delphine RETAIL - 06 58 56 20 31 - <u>delph.retail@free.fr</u> Et/ou Bruno RESANO - 06 75 85 65 62 - <u>bresano@yahoo.fr</u> Musicien-intervenant: Claude PETIT

Mardi et Jeudi à partir de 17 h et Mercredi à partir de 13 h 30

Guitare : Cours individuel de 30 mn Tarif annuel : 410 €

Audition des élèves en juin, salle Saint-René

GYMNASTIQUE *

Salle Pommier

Contacts: Pascale EZAN-PENOT - ezpenp44@gmail.com - Pilates & Gym dynamique

et Valérie BENOIT - benoit_valerie@yahoo.fr pour les autres cours

Educateurs sportifs D.E.: Cathy DESMARS - <u>cathy.desmars1@gmail.com</u> et Florence FERRON - <u>pftk.ferron@free.fr</u>

Lundi: Cathy

09 h 00 : Gym dynamique

10 h 00 : Pilates 11 h 00 : Pilates

19 h 00 : Pilates

20 h 00 : Stretching

Mardi : Florence

09 h 00 : Gym dynamique

10 h 00 : Stretching

11 h 00 : Pilates

Vendredi : Cathy

Jeudi : Cathy

09 h 00 : Pilates

09 h 00 : Pilates

18 h 00 : Pilates

20 h 00 : Pilates

11 h 15 : Gym douce

19 h 00 : Gym dynamique

11 h 15 : Gym douce

Samedi : Cathy

09 h 00 : Gym dynamique

10 h 00 : Gym Circuits Training

11 h 00 : Pilates

Créneau de 1 heure

Minimum de 12 inscrits.

Pour le « Pilates-Yoga », se référer à l'activité YOGA.



MARCHE

RDV Gymnase, rue des Porteurs d'Eau

Tarif annuel: 85 €

Contacts: Patricia CHABANNE - 06 88 27 03 65 - <u>marchearbr@hotmail.fr</u> et Annick LAILLET - 02 40 63 04 09 pour la marche modérée

Mardi: 14 h 00 - Jeudi: 9 h 00 Marche soutenue et marche modérée

Samedi: 9 h 30 Marche soutenue

Tarif: être adhérent

PATCHWORK

Ferme Poisson - Salle Séquoia

Contact et intervenante : Josiane NOURY - 06 08 65 08 51 <u>josianenoury@hotmail.com</u>

Lundi : 14 h 00 à 16 h 30 (bimensuel : 19 séances)Tarif annuel : 60 € **Mardi : 20 h 00 à 22 h 30 (bimensuel : 19 séances)**Tarif annuel : 60 €

Maximum 16 inscrits par cours.

Stages machines à la journée : être adhérent + 10 € le stage si non inscrit à l'activité

Lundi 12 octobre Lundi 25 janvier Lundi 22 mars

Lundi 23 novembre Lundi 15 février

Journée de l'Amitié : vendredi 16 octobre 2020 - Salle Saint René

PIANO

Ferme Poisson - Salle Noisetier

Contact: Cécile BRENIER - 06 62 11 71 65 - <u>cecile.lescaudron@free.fr</u> Intervenante: Floriane TAINTURIER - <u>floriane.tainturier@hotmail.fr</u>

Lundi : 16 h 30 à 20 h 30 Mardi : 16 h 30 à 20 h 30 Jeudi : 16 h 30 à 20 h 30 Samedi : 09 h 30 à 12 h 30

Cours individuel de 30 mn Tarif annuel : 410 €

Audition des élèves en juin, salle Saint-René

SOPHROLOGIE Adultes-Enfants

Salle Saint-René

Contact et professeur : Marie MROZ - 06 22 39 89 71 mariemroz.sophro@gmail.com

ADULTES:

Mardi : 10 h 00 à 11 h 15 Mardi : 12 h 45 à 14 h 00 Mardi : 18 h 45 à 20 h 00

Mardi : 20 h 15 à 21 h 30 Tarif annuel : 165 €

ENFANTS CP-CM2:

Mardi: 17 h 15 à 18 h 30 Tarif annuel: 165 €

⇒ Possibilité de trajets « Périscolaire » : en fonction des inscriptions.

Minimum de 8 inscrits par cours.

TERRE, MODELAGE, BRICOLAGE - Enfants

Salle de la Vigne

Contact: Béatrice CAMELIO - <u>beatrice.camelio@wanadoo.fr</u> Intervenant Sculpteur: Catherine JOUAN - 06 42 43 33 53 catherine.jouan@gmail.com

Mardi : 17 h 00 à 18 h 30 (à partir du CE1)

Tarif annuel : 150 €

Fournitures comprises.

Stages de 3 jours (vacances de la Toussaint) - Tarif du stage : 35 € (40 € si non-adhérent)

TERRE, SCULPTURE ET VOLUME - Jeunes et Adultes Salle de la Vigne

Contact: Béatrice CAMELIO - <u>beatrice.camelio@wanadoo.fr</u> Intervenant Sculpteur: Catherine JOUAN - 06 42 43 33 53 catherine.jouan@gmail.com

Mardi : 20 h 00 à 22 h 30

Jeudi : 09 h 15 à 11 h 45

Jeudi : 14 h 00 à 16 h 30

Tarif annuel : 310 €

Tarif annuel : 310 €

Tarif annuel : 310 €

Coût de la terre non compris

YOGA*

Salle Saint-René (Christian) - Salle Pommier (Cathy)

Contact: Christiane HENOUX - 06 62 88 38 13 - christiane.henoux@free.fr

Professeurs diplômés (Institut Français de Yoga) : Christian JUGEUR, Cathy DESMARS

Lundi : **17 h 45 à 19 h 00** (<u>Pilates-Yoga</u> Cathy)

Jeudi : 10 h 00 à 11 h 15 (Yoga Cathy)

Jeudi : 18 h 30 à 19 h 45 (Yoga Christian)

Jeudi : 20 h 15 à 21 h 30 (Yoga Christian)

Vendredi : 10 h 00 à 11 h 15 (Yoga Cathy)

Minimum de 12 inscrits. Tarif annuel: 110 €

Z'AÎNES (LES)

Ferme Poisson

Contact: Josiane NOURY - 06 08 65 08 51 - josianenoury@hotmail.com

- Sorties ponctuelles
- Journée de l'Amitié
- Tricot-papotage pour tous les âges un mercredi matin par mois de 9 h 30 à 11 h 30
- **Un Service Voituriers** est proposé par des bénévoles aux Z'Aînés ou autres intéressés pour leurs courses à Grand Val le mardi ou le jeudi matin (selon planning sur le site de l'ARBR)

Tarif: être adhérent

ZOUZOUS (LES)

Ferme Poisson - Salle Bonzaï

Contacts: Didier HOPCHTEIDRE - 06 46 88 40 17 - eda.hopchteidre@gmail.com et/ou Agnès AHOGNY - 06 62 54 45 73 - ahogny.bothorel@orange.fr

Un rendez-vous, <u>hors vacances scolaires</u>, pour les mamans, les papas, les assistant(e)s maternel(le)s, accompagnés des tous jeunes enfants : rencontres, activités, partages et jeux.

Mardi et Jeudi : 9 h 30 à 11 h 30

Tarif: être adhérent

ZUM'ARBR * Salle Saint-René

Contacts: Estelle MORICE - 06 64 42 52 80 - <u>estelle.zumarbr@gmail.com</u> et Viviane SAMSON - 06 16 60 18 80 - <u>samson.viviane@mlp.fr</u>

Intervenante : Isabel REYNOSO DE LEON - antigua.danza@gmail.com

 Mercredi: 19 h 00 à 20 h 00
 Tarif annuel: 90 €

 Mercredi: 20 h 00 à 21 h 00
 Tarif annuel: 90 €

Public : Jeunes et Adultes Minimum de 12 inscrits.

Et aussi...

THÉÂTRE : la Troupe de l'ARBR

Théâtre de la Gobinière

« Théâtre sans animaux » de Jean-Michel RIBES

Un spectacle où les personnages se croisent et les situations s'enchaînent avec virtuosité. Ribes nous emmène dans un univers où le banal est toujours bouleversé par un élément irrationnel, absurde, pour nous entraîner vers le rêve, l'humour ou la poésie.

Les 22, 23, 24 janvier 2021 - 20 h 30

Les 29, 30, 31 janvier 2021 - 14 h 30

-12 ans : 5€

Tarif: Adulte: 10 €

Renseignements et réservations : 07 49 47 45 25 - theatre.arbr@gmail.com



CHARTE ETHIQUE DE L'ARBR

La Charte éthique de l'ARBR fait partie intégrante du Règlement Intérieur.

L'esprit associatif suppose un travail d'équipe. Le respect, la courtoisie et la bonne entente sont nécessaires. Des comportements agressifs, aussi bien en parole qu'en geste, des attitudes irrespectueuses ou basées sur l'exclusion de l'autre ne pourront être tolérés.

Toute **adhésion** implique l'**acceptation du Règlement Intérieur***, des statuts* et du mode de fonctionnement de l'ARBR, ainsi qu'être en accord avec l'éthique de l'Association.

Après avoir pris connaissance du Règlement Intérieur, les membres, les salariés et les enseignants de l'ARBR s'engagent :

- A respecter le Règlement Intérieur et les valeurs de l'ARBR définies dans ses statuts
- A faire preuve de respect réciproque, en toutes circonstances, dans le cadre des activités et manifestations auxquelles ils participent.
- A respecter l'organisation des cours, le matériel et les locaux mis à leur disposition ainsi que les consignes de sécurité qui peuvent être apportées.

Ils s'efforceront de participer activement à la vie de l'association.

En particulier, l'Assemblée Générale annuelle est l'occasion pour les adhérents de connaître le travail des administrateurs bénévoles et d'exprimer leurs souhaits et remarques sur la gestion de l'association.

Ils s'abstiendront de porter atteinte d'une quelconque façon à la réputation, à l'image et aux intérêts de l'association et des autres membres.

Ils respecteront strictement la confidentialité des informations non-publiques dont ils pourront avoir connaissance au sujet de l'association et des autres membres.

Ils n'agiront pas et ne s'exprimeront pas au nom de l'association sans habilitation expresse et écrite du Président ou du Conseil d'Administration.

Ils informeront dans les meilleurs délais le Bureau de tout conflit d'intérêt, et plus généralement de toute difficulté qui pourrait survenir en relation avec l'association.

(*documents disponibles sur www.arbr.fr)

Adhésion familiale :

20€ pour les Orvaltais, 25€ hors commune. Elle est obligatoire pour toute inscription à une activité et couvre les frais de fonctionnement de l'association.

<u>Certificat médical ou Attestation sur l'honneur</u> :

Il est de la responsabilité des participants aux activités marquées d'un * (des parents, pour les enfants mineurs), d'attester sur l'honneur ne pas présenter de contre-indication à la pratique de l'activité. Vous pouvez pour cela vous référer au Questionnaire de santé validé "QS-SPORT" disponible sur le site de l'ARBR, ou sur demande auprès de la Permanence.

Inscriptions sur de nouveaux créneaux ou pour de nouveaux adhérents

(en fonction des places disponibles) :

A partir du 07 septembre 2020 auprès des personnes notées « Contact » sur cette plaquette. Dépôt des dossiers d'inscription et règlement le samedi 12 septembre de 9h à 12h - Salle St-René (Rue des Sonnailles au Bois Raguenet).