



Pour la rentrée 2020, nous avons à coeur de vous proposer nos habituelles activités, mais cela peut évoluer avec la mise en place de nouvelles propositions, alors n'hésitez pas à vous informer auprès de la mairie ...

Faites votre choix !

LUNDI

CLUB DES JONQUILLES - REPRISE le 5 octobre !

de 14 h à 18 h ☐☐☐➔ *pour seniors*

Jeux de cartes et autres, sorties, papotage et goûter ! Bonne humeur garantie !
Dans les locaux du centre de loisirs.

Contact : Sylvana - 04 50 02 17 48

DANSE RYTHMIQUE - REPRISE le 14 septembre !

de 17 h à 17h50 ☐☐☐➔ *enfants de 4-5 ans*

Espace 1.2.3. salle de sport.

Contact : Audrey - 06 89 81 65 95 - www.lestrefles.fr

ZUMBA - REPRISE le 14 septembre ! (cours d'essai gratuit)

de 18 h30 à 19 h 15 ☐☐☐➔ *pour jeunes et adultes*

Espace 1.2.3. salle des fêtes.

On transpire, on s'amuse en déliant son corps sur des rythmes latino et modernes.

ROCK - REPRISE le 14 septembre ! (cours d'essai gratuit)

de 19 h30 à 20 h 15 ☐☐☐➔ *pour jeunes et adultes*

Espace 1.2.3. salle des fêtes.

Quelle musique entraînante ! Que de figures à exécuter, quel plaisir de danser à deux !

Contact : Sylvie - 09 67 28 10 59 - guilovie@hotmail.fr

YOGA DE L'ÉNERGIE - REPRISE le 7 septembre !

de 20 h à 21 h 15 ☐☐☐➔ *pour jeunes et adultes*

Pratique de Yoga vinyasa et sophrologie, harmonie du corps et de l'esprit.

Espace 1.2.3. salle de sport.

Contact : Anne-Laurence - 06 47 84 05 87

MARDI

CINÉMA

à 14 h - à chaque période de vacances scolaires ☐☐☐➔ *pour enfants,*

à 20h30 le samedi - 1 fois/mois ☐☐☐➔ *adultes*

De jolis films récents pour toute la famille.

Contact : Mairie - 04 50 02 87 05

LES ENGOBINES - REPRISE le 15 septembre !

de 14 h à 17 h ☐☐☐➔ *pour adultes*

Poterie, modelage, cuisson raku ...

Contact : Magali - 04 50 02 88 76

YOGA SOPHRO - REPRISE le 8 septembre ! (séance découverte offerte)

de 16 h30 à 17 h30 ☐☐☐➔ *enfants 6 à 10 ans*

de 18 h30 à 19 h30 ☐☐☐➔ *pour jeunes et adultes - cours cool*

de 20 h à 21 h ☐☐☐➔ *pour jeunes et adultes - cours dynamique*

Exercices de sophrologie, respiration, relaxation et méditation.

Espace 1.2.3. salle de sport.

Contact : Fanny - 06 77 28 61 74 - soyogajoy@gmail.com

TARIFS

25€ / an
(RDV tous les 15 jours)

70€ / trimestre
150€ / an

140€ / an (13/18 ans)
150€ / an (adulte)

150€ / an (13/18 ans)
165€ / an (adulte)

140€ / an

1€ / enfant
5€ / adulte

50€ / an

95€ / trimestre
190€ / an

Tournez la page, svp...



Rentrée 2020, reprise des activités sportives et culturelles, pour tous, c'est parti !

MERCREDI

CHAKRADANCE® - REPRISE le 7 octobre !

de 18 h 30 à 20 h - 1 fois / mois ☐☐➡ pour adultes

Bien-être physique, bien-être spirituel et émotionnel... Et, pas besoin de savoir danser !
Espace 1.2.3. salle de sport.

Contact : Fanny - 06 77 28 61 74 - soyogajoy@gmail.com

GYM

☐☐➡ pour adultes

Possible reprise en fonction des conditions sanitaires après les vacances de la Toussaint
Échauffement, étirements, renforcement musculaire, méthode douce, type Pilates.

Contact : Danielle - 06 86 96 06 30 - danielle.lecuyer@free.fr

JEUDI

INITIATION DANSE

de 17 h à 17 h 45 ☐☐➡ pour enfants de 5 à 7 ans

Découverte des fondamentaux, travail du rythme, déplacement dans l'espace.

MODERNE DANSE

de 18 h à 19 h ☐☐➡ pour enfants de 8 à 11 ans

Travail technique et chorégraphies variées.

GYM TONIC

de 19 h 15 à 20 h 15 ☐☐➡ pour adultes

Assouplissement, renforcement musculaire et étirement. Ouvert à tous.
Espace 1.2.3. salle de sport.

Contact : Rose - 06 31 91 21 82 - rosecaprettidanse@gmail.com

VENDREDI

SCULPTURE

1 fois / mois, le vendredi ou le samedi ☐☐➡ pour adultes

Initiation et perfectionnement de la sculpture sur bois.
Dans les locaux du centre de loisirs.

Contact : Colette - 06 58 44 66 70 - co.cossin@gmail.com

La Mairie fournit des produits de nettoyage aux intervenants pour qu'ils désinfectent la salle avant et après leur cours.

Le Comité des Fêtes et Alexterieur (association de parents d'élèves) vous attendent également avec impatience ! Venez les rejoindre pour participer pleinement aux manifestations qu'ils organisent dans notre village.

Contact : **Comité des Fêtes** - Yves - 04 50 02 85 25

Contact : **Alexterieur** - alexterieur.asso@gmail.com

Un grand merci à toutes les associations et aux intervenants

Catherine Haueter, Maire d'Alex

20€ / séance
1 séance / mois

Gratuit

50€ / trimestre
150€ / an

57€ / trimestre
171€ / an

57€ / trimestre
171€ / an

52,50€ / journée

**Vous avez une passion,
vous aimez la partager**

contacter l'équipe de la Mairie ! Nous sommes toujours à la recherche de personnes motivées pour gérer une activité théâtre, artistique ou sportive...