



ASSOCIATION SPORT CULTURE & LOISIRS

+ de 70 activités



TOUT PUBLIC



ENFANTS & ADOS



ADULTES



DANSE

**SPORTIVES
CULTURELLES
LOISIRS**

Saison
21 / 22

www.ascl34430.fr

SALLES	8h30	9h	9h30	10h	10h30	11h	11h30	12h	12h30	13h	13h30	14h	14h30	15h	15h30	16h	16h30	17h	17h30	18h	18h30	19h	19h30	20h	20h30	21h	21h30	22h		
DETENTE		GYM DOUCE Magali		PILATES YOGA STRETCH Magali		GYM DOUCE Magali							CIRCUIT MINCEUR Magali	PILATES STRETCH Magali					BODY SCULPT Charlotte	ZUMBA Charlotte	BODY SCULPT Charlotte		STRETCHING Charlotte							
MUSES		ADULTES MUSCU CARDIO Nerthe		SENIOR EQUILIBRE MEMOIRE Nerthe		SENIOR GYM ENTRETIEN Nerthe													Street Dance 7/9 Aude	Street Dance 10/12 Aude	Street Dance 13 + Aude									
DOIGTS D'OR				SWING SOLO DEBUTANT Gilbert		SWING SOLO INTER Gilbert							BRIDGE Odette						SOPHROLOGIE Christiane		YOGA Elsy						PHOTO Ghislain			
MODELISME																				ESPAGNOL CONFIRMES Karine										
POTERIE													SCULPTURE MODELAGE Jean-Marc																	
DETENTE		Abdos Fessiers Grégoire		Cross Training Grégoire									GYM DOS Magali							PILATES Charlotte	CIRCUIT MINCEUR Charlotte		CUISSE ABDO FESSIER Charlotte							
MUSES		Pilates Rafika		Stretching Rafika															YOGA du son Domitille		LIA Marion		PILATES Marion							
DOIGTS D'OR		AUTOUR DU FIL ET DES AIGUILLES journée Elisabeth											AUTOUR DU FIL ET DES AIGUILLES Elisabeth																	
MODELISME																							ANGLAIS INTER Léopoldine		ANGLAIS CONFIRME 1 Léopoldine					
POTERIE													POTERIE Marie-Hélène																	
DETENTE		GYM TRADI Magali		STRETCHING DOS Magali		CIRCUIT MINCEUR Rafika							DANSE MODERN'JAZZ 8/10 Cynthia	DANSE MODERN'JAZZ 10/12 Cynthia					DANSE MODERN'JAZZ 12/14 Cynthia			DANSE MODERN'JAZZ ADOS A1 Cynthia				Rock Débutant Guilhem	Rock Confirmé			
MUSES				DANSE CLASSIQUE NIV 1 A Mikaël		DANSE CLASSIQUE EVEIL Mikaël		DANSE EVEIL 4/5 Laura					DANSE CLASSIQUE NIV 4 Mikaël	DANSE CLASSIQUE NIV 2 Mikaël					DANSE CLASSIQUE NIV 3 Mikaël						MEDITATION Tsultrim					
DOIGTS D'OR						MEDITATION Tsultrim							DANSE INITIATION 6/7 Laura	DANSE CONTEMPORAINE 9/10 ans Laura					DANSE CONTEMPORAINE 11/14 Laura			DANSE CONTEMPORAINE ADOS Laura			DANSE CONTEMPORAINE ADULTES Laura					
MODELISME				ECHECS Guy										ANGLAIS 7/11 A Léopoldine	ANGLAIS 4/6 Léopoldine				ANGLAIS DEBUTANT 1 Léopoldine			ANGLAIS DEBUTANT 2 Léopoldine					ESPAGNOL DEBUTANTS Karine			
POTERIE													POTERIE ENFANTS Dora																	
DETENTE		PILATES Magali		YOGA Vinyasa Magali		DO'IN Colombe							SWISS BALL Magali	STRETCHING DOS Magali					YOGA PILATES- STRETCH Charlotte	Body Tonic Charlotte		ZUMBA Charlotte								
MUSES		TOTAL Renfo Marion		GYM DOUCE Marion		PILATES STRETCH Marion		PILATES 2 Marion						QI GONG Pascale									DANSE MODERN'JAZZ ADOS B Carole			DANSE MODERN'JAZZ ADULTES Carole				
DOIGTS D'OR												SCRABBLE Ghislaine																		
MODELISME																							ITALIEN Vincenzo		ITALIEN Vincenzo					
POTERIE													MOSAQUES / POTERIE - tous les 15 jours																	
DETENTE		CIRCUIT MINCEUR Charlotte																							STEP Marion					
MUSES		GYM EQUILIBRE Elsy		STRETCHING Elsy									GYM POSTURALE Rafika	PILATES Rafika											DANSE CLASSIQUE POINTS NIV 1 Mikaël					
DOIGTS D'OR				MEDITATION Tsultrim									PATCHWORK Claudine et Patricia							SOPHROLOGIE Christiane		COUNTRY Nadia		COUNTRY Nadia						
MODELISME																														
POTERIE													SCULPTURE MODELAGE Jean-Marc																	
DETENTE				DANSE CONTEMP. 7/8 Laura		DANSE INITIATION 6/7 Laura		DANSE EVEIL 4/5 Laura					DANSE MODERN'JAZZ PERFECT Carole / Cynthia																	
MUSES				BODY SCULPT Marion		PILATES Marion		PILATES Marion				DANSE REPETITIONS Carole / Cynthia																		
DOIGTS D'OR				GYMNA'CIRCK 9/12 Lucile-Clément		GYMNA'CIRCK 3/5 Lucile-Clément		GYMNA'CIRCK 6/8 Lucile-Clément																						
MODELISME																														
POTERIE				TOUR MODELAGE Ganaële																										

Salle des Granges Mercredi	THEATRE 5/7 14h30-15h30 Alice	THEATRE 8/10 15h30-16h30 Alice	THEATRE 11/13 16h30-17h30 Alice	THEATRE ADOS 14/17 17h30-19h00 Alice
---------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------------------	---------------------------------------	--

Gymnase de la Combe	BOZENDO Lundi 19h30-21h30 Samedi 9h-11h Adultes Ados	BOZENDO Mercredi 15h30-17h 7/12 ans	BOZENDO Lundi 19h30-21h30 Samedi 9h-11h 13 ans et +
--------------------------------	---	---	--

Inscriptions

du 23 août au 04 septembre 2021

AUX JOURS ET HORAIRES SUIVANTS :


- Du lundi au vendredi du 23/08 au 31/08, de 10h à 12h et de 16h à 18h
- Puis tous les jours à compter des horaires de bureau

 **Port du masque obligatoire à l'intérieur.**

Les activités de l'ASCL se déroulent dans un ERP (établissement recevant du public), elle est soumise aux décisions de la Mairie.

PIÈCES À FOURNIR :

 : Certificat Médical

 : Photo d'identité pour les mineurs et pour le Pass illimité Remise en Forme

 : **Pass Sanitaire ou test PCR de -48H**
(évolutif selon réglementation)

Obligatoire pour les adultes dès la reprise
A partir du 30/09/2021 pour les 12 ans et +

REPRISE DES ACTIVITÉS


- ▶ à partir du **06/09/2021**
- ▶ Patchwork, Sculpture, le **14/09/2020**

Tarifs

Pour être adhérent de l'ASCL, une cotisation familiale est obligatoire. C'est une participation aux frais de fonctionnement annuels de l'association.

- ▶ 35€ pour les Védasiens
- ▶ 45€ pour les non Védasiens

A cette cotisation s'ajoute le tarif annuel qui varie en fonction des activités choisies.

 Activités gérées par les bénévoles, gratuites pour les adhérents. Participation aux frais possible.



Les Grands Évènements

Tous les ans l'ASCL joue un rôle important au sein de la ville de Saint-Jean-de-Védas de part sa mobilisation lors du Téléthon avec une multitude d'animations et de spectacles ou encore lors du défilé pour le Carnaval !

L'association organise un goûter de Noël pour tous les enfants adhérents en décembre.

Des Stages et Ateliers sont régulièrement organisés durant les vacances scolaires et les week-ends.

Enfin, la saison se clôture par les traditionnels spectacles de Théâtre et le Gala de Danse au Chai du Terral de V'Danse.

POUR TOUS

Bibliothèque

	Mardi - Vendredi	Mercredi
Périodes scolaires	16h30 - 18h30	15h30 - 18h00
Vacances scolaires		16h30 - 18h00

Adhérents ASCL : Gratuit - Non Adhérents : 20€

Échecs ▶ mercredi - 9h30

 pour les mineurs -  pour tous

ENFANTS & ADOS

Anglais

7/11 ans : mercredi - 14h45	133,5€
4/6 ans : mercredi - 16h00	103,5€

Bozendo - Gymnase de la Combe (ou escrime au bâton)

13 ans et + : lundi - 19h / samedi - 9h
7/12 ans : mercredi - 16h

Licence obligatoire (en fonction de l'âge).

Participation aux frais 20€

Activité bénévole

Gymna'Cirk

9/12 ans : samedi - 11h30	143,5€
3/5 ans : samedi - 10h30	143,5€
6/8 ans : samedi - 9h30	143,5€

Poterie

À partir de 6 ans : mercredi - 14h 183€

Street Dance

7/9 ans : lundi - 17h15	141€
10/12 ans : lundi - 18h15	141€
13 ans et + : lundi - 19h15	141€

Théâtre - Salle des Granges

5/7 ans : mercredi - 14h30	153€
8/10 ans : mercredi - 15h30	153€
11/13 ans : mercredi - 16h30	153€
14/17 ans : mercredi - 17h30	231€

ADULTES

Anglais

Débutant 1 : mercredi - 17h	198€
Débutant 2 : mercredi - 18h30	198€
Intermédiaire : mardi - 17h15	198€
Confirmé 1 : mardi - 18h45	198€

Bozendo - Gymnase de la Combe (ou escrime au bâton)



Lundi - 19h / Samedi - 9h

Licence obligatoire.

Participation aux frais 20€

Bridge ▶ Lundi - 14h.



Country ▶ Vendredi - à 19h15 et 20h15



1H / semaine 136,5€

2H / semaine 171€

De Fils en Aiguilles



Mardi - 9h

Mardi - 14h

Espagnol

Débutant : mercredi - 20h30 198€

Confirmé : lundi - 18h15 198€

Italien

Débutant : jeudi - 18h30 198€

Confirmé : jeudi - 17h 198€

Mosaïque

Tous les 15 jours (selon calendrier)

Jeudi - 14h 298,5€

Patchwork ▶ Vendredi - 14h



Photo



Lundi - 20h45

Participation aux frais 60€

Poterie



Mardi 14h ou Jeudi 14h tous les 15 jours

Participation aux frais 50€

Scrabble ▶ Jeudi - 13h30



Sculpture modelage ▶



Vendredi - 14h30 (selon calendrier)

Participation aux frais 50€

Tour modelage ▶ 4H (selon calendrier)

Samedi - 9h 231€

V'DANSE



Classique Justaucorps fourni



Éveil 4/5 ans : mercredi - 10h30	163,5€
Classique 1A 6/7 ans : mercredi - 9h30	163,5€
Classique 2 8/9 ans : mercredi - 15h45	232€
Classique 3 10/11 ans : mercredi - 17h15	232€
Classique 4 12/13 ans : mercredi - 14h	232€
Pointe Niveau 1 : vendredi - 19h	234€

Eveil, Initiation, Contemporaine



Éveil 4/5 ans : mercredi - 11h30	139,5€
Initiation 6/7 ans : mercredi - 14h	139,5€
Éveil 4/5 ans : samedi - 11h30	139,5€
Initiation 6/7 ans : samedi - 10h30	139,5€
Contemporaine 7/8 ans : samedi - 9h30	139,5€
Contemporaine 9/10 ans : mercredi - 15h	139,5€
Contemporaine 11/14 ans : mercredi - 16h30	210€
Contemporaine Ados : mercredi - 18h	210€
Contemporaine 16+ et adultes : mercredi - 20h	210€

Modern'Jazz



8/10 ans : mercredi - 13h30	210€
10/12 ans : mercredi - 15h	210€
12/14 ans : mercredi - 16h30	210€
Ados A : mercredi - 18h30	210€
Ados B : jeudi - 18h30	280,5€
Adultes : jeudi - 20h30	210€
Perfect 12+ : samedi - 13h30 - 10 cours	93€
1 cours = 1 séance de 2H	

Catégories d'âge susceptibles d'évoluer pour former des groupes cohérents.

ACTIVITÉS À LA SÉANCE



Suivez vos cours au choix sans réservation ni obligation en :

- Remise en Forme : 52 cours par semaine.
- Énergies Douces : 7 cours par semaine.
- Sophrologie : 2 cours par semaine.

Les cartes sont valables uniquement pour la saison en cours.

Le matériel est fourni. Les adhérents doivent se munir d'un tapis de gym + une serviette. Chaussures spécifiques pour le sport d'intérieur.

Remise en Forme + Afro et Rock



30 cours : 1 cours = 1 séance d'1H 106,5€

Pass annuel illimité 330€

Énergies Douces

Qi Gong - Méditation - Yoga



30 cours : 1 cours = 1 séance d'1H30 219€

Carte Mixte



20 cours REF + 20 cours ED 216€

Sophrologie

30 cours : 1 cours = 1 séance d'1H 150€



Maison des Associations

18 bis rue Fon de l'Hospital
34430 Saint-Jean-de-Védas

04 67 47 52 81
ascl@ascl34430.fr

Horaires d'ouverture

Tous les jours

Septembre - Novembre, de 9H à
12H et de 14H à 18H

Décembre - Juin,
de 9H à 12H et de 14H à 17H

Notre association a pour but de promouvoir la pratique des activités de Culture, Sports et Loisirs auprès de tout public.

Plus de 70 activités sont proposées au sein de l'ASCL !

Des stages sont également proposés durant les vacances scolaires ou les week-end.

