

## GYM ADULTES

Référente : N. CHEVROL ☎ 04 75 71 71 33  
Animatrice : N. BOUTRY ☎ 04 75 47 52 77  
Jeudi de 19h à 20h.  
**E.H.H.**

## GYM DE MAINTIEN EN FORME

Référente : G. BARBIER ☎ 04 75 71 75 05  
Animatrice : N. BOUTRY ☎ 04 75 47 52 77  
Vendredi de 9h à 10h  
**E.H.H.**  
*Possibilité de rajouter 30min de stretching (+45 €)*

## GYM EQUILIBRE / AUTONOMIE

Référente : J. PLACE ☎ 04 75 45 74 20  
Animatrice : N. BOUTRY ☎ 04 75 47 52 77  
Vendredi de 10h45 à 11h45  
**E.H.H.**

## PILATES

Animatrice : N. BOUTRY ☎ 04 75 47 52 77  
jeudi de 17h45 à 18h45  
lundi de 19h00 à 20h00  
**E.H.H.**

## DANSE AFRICAINE

Référente : B. MARTIN ☎ 06 41 47 88 88  
Animatrice : H. MARCIAU ☎ 06 26 75 68 25  
Adhésion + 195€  
Mardi de 18h00 à 19h30  
**E.H.H.**

## DJEMBE

Référente : B. MARTIN ☎ 06 41 47 88 88  
Animateur: F. MARCIAU ☎ 06 26 75 68 25  
Mercredi de 18h à 19h.  
**Crépol**

## BOTANIQUE et DIETETIQUE

Animatrice: B. CROZIER ☎ 04 75 71 72 02  
Adhésion + 5€  
Tous les premiers samedis du  
mois, à partir du 5 octobre  
Samedi à partir de 14 h  
**Montrigaud**

Salles  
**E.H.H.**  
**Miribel**  
**Crépol**  
**sdf Crépol**  
**Saint Bonnet**  
**Montrigaud**  
**Miribel\***

Lieux  
Espace Haute Herbasse (Miribel)  
Salle de réunion  
Salle sous la mairie de Crépol  
Salle des fêtes de Crépol  
Salle associative  
  
Atelier la maison Rose



# LA PETITE

# CARNIOTTE

## Programme des activités **Saison 2019 – 2020**

27 séances (dont une séance d'essai à faire  
avant le 28 septembre)

Certificat médical obligatoire pour toutes les  
activités sportives

**Les activités démarreront la semaine 38**  
(du 16 au 20 septembre)

## Forum des associations

*Renseignements et inscriptions aux activités*

**Samedi 7 septembre 2019 de 9h à 12h**  
**Espace Haute Herbasse (Miribel)**

*Un nombre de participants minimum sera  
requis pour ouvrir l'activité.*

*Chèques collégiens et chèques sport acceptés  
pour les activités.*

**Adhésion à l'association : 10 €**  
**Cotisation Adulte : 90 € par activité pour 1h**  
**Moins de 18 ans : 80 € par activité pour 1h**

**Le règlement se fera au plus tard fin  
septembre.**

## ACTIVITES ENFANTS

### KARATE enfant

Référente : R. POUGET ☎ 04 75 45 74 26  
Animateur : R. MATHIEU  
6/12 ans : Mercredi de 16h45 à 17h45  
**E.H.H.**

### DJEMBE enfant

Animateur: F. MARCIAU ☎ 06 26 75 68 25  
7 /10 ans : Mercredi de 17h à 18h  
**Crépol**

### POTERIE CERAMIQUE enfant

Animatrice : S. PAGET ☎ 04 75 48 18 45  
6 /15 ans : 90€ pour 1h30 + 32 € par an pour les  
fournitures  
Mercredi de 10h à 11h30  
ou de 14h à 15h30  
**Miribel\***

### KIDS TONIC enfant

Animatrice : J. ACAMPORA ☎ 06 50 82 43 42  
A partir de 7 ans  
Mercredi de 15h à 16h  
**E.H.H.**

### TRICOT COUTURE enfant

Animatrice : C. RATHE ☎ 06 45 86 84 52  
6-17ans : Mercredi 10h à 11h  
**Crépol**

## ACTIVITES ADULTES

### CHANSONS EN LIBERTE

Référente : C. MOTTIN ☎ 07 75 48 72 76  
Adhésion + 5€  
Mardi de 18h à 19h30  
**Crépol**

### THEATRE DE L'OPTIME

Référent : H. CHARVAT ☎ 04 75 71 70 42  
Adhésion + 15€  
De 18 à 99 ans **Assiduité exigée**  
Jeudi de 19h à 21h  
**Crépol sdf**

### ZUMBA

Animatrice : J. ACAMPORA ☎ 06 50 82 43 42  
Mardi de 19h45 à 20h45  
**E.H.H.**

### SELF DEFENSE

Référente : R. POUGET ☎ 04 75 45 74 26  
Animatrice : R. MATHIEU ☎ 04 75 45 74 26  
Vendredi de 16h45 à 17h45  
**E.H.H.**

### KARATE

Référente : R. POUGET ☎ 04 75 45 74 26  
Animateur : R. MATHIEU  
Mercredi de 17h45 à 18h45  
Vendredi de 17h45 à 19h  
**E.H.H.**

### POTERIE CERAMIQUE adultes

Animatrice : S. PAGET ☎ 04 75 48 18 45  
Modules de 5 séances : 80€ par module  
(4 modelage et 1 émaillage)  
Mardi de 19h à 21h  
**Miribel\***  
Module 1 : 24/09 ; 01/10 ; 08/10 ; 15/10 ; 05/11  
Module 2 : 19/11 ; 26/11 ; 03/12 ; 10/12 ; 07/01  
Module 3 : 14/01 ; 21/01 ; 28/01 ; 04/02 ; 10/03

### PING PONG

Référent : E.REBOULET ☎ 06 25 64 33 10  
À partir de 10-11 ans  
Mercredi de 19h à 20h  
**E.H.H.**

### PEINTURE

Référente/Animatrice: ☎ 04 75 71 72 17  
F. DESGRANGES  
Adhésion + 110€  
Vendredi de 14h à 17h.  
**Miribel**

### CONVERSATION ANGLAIS

Animatrice : R. JOINER ☎ 09 64 42 02 01  
À partir de 15 ans  
Lundi de 19h à 20h  
**Crépol**

