

L'AUBRIÈRE

Association
Culturelle
ET
D'Animation
DE
Fondettes



SAISON
2019
2020

Sommaire

S'inscrire à l'Aubrière	4
Créer, s'exprimer, se divertir	6
Lire, se retrouver	7
Accueillir, animer, accompagner	8
S'exprimer par les arts	12
S'entretenir, se dépenser, se détendre	19
L'équipe	22



Adenior
Services d'aide à Domicile

**BESOIN D'AIDE
DANS VOTRE QUOTIDIEN ?**

Jusqu'à **50%** de réduction d'impôt

Faites appel à votre agence de proximité

ADENIOR TOURS - NORD
17 rue Eugène Gouin 37230 FONDETTES
02 47 28 44 81

www.adenior.com

Auxiliaire de vie Entretien du domicile Accompagnement Garde d'enfants Petit bricolage



Touraine VRF
VILLAGE RÉPIT FAMILLES

Partir en vacances, prendre du répit avec un proche **en situation de dépendance de 60 ans et plus ?**

Maintenant c'est possible !

02 47 62 47 47 / contactvrf37@gmail.com

Édito

Toujours en quête d'adaptation et d'évolution dans le paysage fondettois, l'Aubrière travaille depuis quelques années sur un projet de changement axé sur son utilité sociale sur le territoire : grâce à un travail collectif des acteurs de l'association, le projet s'est construit pièce par pièce. Cependant suite à une restructuration et des conditions financières fragiles, il a été mis provisoirement en suspens, mais reste toujours d'actualité. Il nous est notamment apparu essentiel, d'enrichir la notion de vie associative et ainsi de permettre de mieux structurer et accompagner l'engagement bénévole.

MJC depuis sa création, l'Aubrière, association culturelle et d'animation de Fondettes, a toujours œuvré en associant une équipe de salariés avec des bénévoles. Le travail complémentaire du salarié et du bénévole, réunis par leur engagement pour servir le projet associatif, permet d'initier des projets et d'assurer un fonctionnement partagé de l'association, tout en respectant la place de chacun.

Ce mode de fonctionnement permet d'être à l'écoute des adhérents et nous tire toujours vers le haut, nous obligeant à être en recherche d'une constante amélioration.

L'engagement bénévole consiste à offrir un peu de son temps, de ses compétences, en fonction de sa disponibilité. Etre bénévole c'est une possibilité de développer son propre épanouissement.

Nous manquons aujourd'hui cruellement de bénévoles à tous les niveaux : sur les manifestations, lors des inscriptions ou au sein du conseil d'administration. Pourtant, toutes les bonnes volontés sont les bienvenues : la souplesse du fonctionnement de l'association permet d'intégrer à tous les niveaux et dans le respect des disponibilités de chacun les personnes qui souhaitent aider l'association à vivre et à rayonner.

Dès cette année nous avons accentué la création de moments de partage et de convivialité, grâce aux « Petits moments » : nous souhaitons ainsi vous faire connaître la richesse de nos actions dans le respect de nos valeurs.

Venez nombreux profiter de ces temps de rencontre qui mettent en avant nos activités et nos actions dans un climat de convivialité !

Et peut-être cela vous donnera envie de participer, en tant que bénévole, avec nous, au rayonnement et à la pérennisation des actions de l'Aubrière.

Sophie DOREY
Présidente

S'INSCRIRE # À L'AUBRIÈRE

Modalités d'inscription

DATES ET HORAIRES D'INSCRIPTION 2019-2020

Danses, arts plastiques, écriture, théâtre, jardin des sens, bien-être et fitness

■ JEUDI 05 SEPTEMBRE 2019

10h-12h30 et 14h30-19h salle Petrucciani à l'Aubrière

■ SAMEDI 07 SEPTEMBRE 2019 FORUM DES ASSOCIATIONS

9h-16h Halle de la Morandière

■ MARDI 10 SEPTEMBRE 2019

10h-12h30 et 14h30-19h salle Migot à l'Aubrière

Musique

Les inscriptions à l'école de musique se feront uniquement sur rendez-vous sur la journée du :

■ JEUDI 05 SEPTEMBRE 2019

10h-12h30 et 14h30-19h salle Petrucciani à l'Aubrière

■ MARDI 10 SEPTEMBRE 2019

10h-12h30 et 14h30-19h salle Migot à l'Aubrière

Important : Prise de rdv à l'accueil ou par téléphone à partir du 26 Août 2019.

Présence au forum des associations le samedi 7 septembre 2019 : possibilité de prendre rendez-vous sur place également.

Animation jeunesse

■ INSCRIPTIONS VACANCES (SITE DE L'AUBRIÈRE) :

Formulaire de pré-inscription disponible sur www.aubriereinfo.com 3 semaines avant le début de chaque période de vacances.

Validation des pré inscriptions selon les modalités définies dans les plaquettes « vacances ».

■ INSCRIPTIONS ET RENSEIGNEMENTS HORS VACANCES :

aubriere.jeunesse@gmail.com

Possibilité de prendre rendez-vous en dehors de ces horaires au 02.47.42.26.13 ou aubriere.jeunesse@gmail.com.

Adhésions

Toute participation à une des activités nécessite la validation du règlement intérieur et l'adhésion à l'association.

1 ^{er} adhérent de la famille	21€
2 ^{ème} adhérent de la famille	16€
3 ^{ème} adhérent de la famille et les suivants :	8€
Animation jeunesse	8€
La Bib	8€
Stages (adhésion temporaire)	3€

Frais administratifs : 5€ de frais de dossier par adhérent (sauf inscriptions jeunesse, bib, stages)

Modes de paiement

- Espèces
- Chèques : 1 à 6 chèques
- Prélèvements : 6 ou 8 mensualités
- Passeport loisirs jeunes 12/17 ans
- ANCV chèques vacances
- ANCV Coupons Sports
- Carte bancaire

Reprise des cours :

le lundi 16 septembre 2019

(Les cours ne sont pas assurés pendant les vacances scolaires).

Documents obligatoires à fournir

- Un certificat médical **uniquement pour les enfants (danses et zumba kids), pour les adultes un questionnaire santé sera à remplir.**
- Un justificatif de domicile pour les Fondettois
- Deux enveloppes timbrées par famille libellées à votre nom et adresse (format 110*220).
- Un relevé d'identité bancaire si vous souhaitez payer par prélèvements.

ANIMATION JEUNESSE

- Fiche sanitaire et fiche de renseignement (disponible sur notre site internet – rubrique Animation Jeunesse // Documents à télécharger)
- Numéro d'allocataire CAF pour le calcul du quotient familial

Accueil & renseignements

Site Aubrière

4 rue de la Bruzette
37230 FONDETTES
Tél : 02.47.42.26.13
accueil.aubriere@gmail.com

■ HORAIRES D'OUVERTURE

➤ Hors Vacances

Lundi de 16h30 à 19h
Mardi de 10h à 12h30 et de 16h30 à 19h
Mercredi de 10h à 12h30 et de 14h à 19h
Jeudi de 10h à 12h30 et de 16h30 à 19h
Vendredi de 14h à 18h

➤ Pendant les vacances

Mardi et jeudi de 14h30 à 18h
Mercredi de 10h à 12h30 et 14h30 à 18h

Espace Jeunes

13 avenue du Moulin à Vent
02 47 42 26 78

➤ Vendredi 16h-18h30
Samedi : 14h30-18h00

RESTEZ
CONNECTÉS !



Pour recevoir toute l'actualité de l'Aubrière dans votre boîte mail, inscrivez-vous à la newsletter sur le site internet :

WWW.AUBRIEREINFO.COM

Suivez nous
sur Facebook !



AUBRIEREASSO

CRÉER, S'EXPRIMER, # SE DIVERTIR

Animation & projets culturels

Outre les activités que vous pratiquez, l'Aubrière souhaite rendre l'adhérent acteur d'une programmation culturelle riche et variée, entre professionnels et amateurs. Les projets mis en place tout au long de la saison sont le fruit du travail de l'ensemble des acteurs investis dans l'association : adhérents, bénévoles, professeurs intervenants...

LES RENDEZ-VOUS ANNUELS

■ LES SPECTACLES D'ADHERENTS

L'occasion de mettre en valeur les nombreux ateliers théâtre, danses, musique, arts plastiques de notre association et de créer des spectacles de qualité avec nos adhérents et nos professeurs. Vous pourrez ainsi voir sur scène la compagnie des Bouffons des Toits (en résidence permanente à l'Aubrière) dès **le samedi 14 décembre** ainsi que le chœur de l'Aubrière et de nombreux élèves de l'école de musique dans le cadre de notre événement « **En attendant Noël** » **du 6 au 18 décembre 2019**.

Les ateliers de musiques traditionnelles proposeront un Bal Folk en partenariat avec la Fusinguette de Tours **le Vendredi 13 mars 2020**.

Les danseurs se produiront au cours du mois de juin dans une salle de l'agglomération tourangelle et les musiciens lors d'un concert de fin d'année **le samedi 6 juin 2020**.

Notre atelier théâtre adultes et les bouffons des toits quant à eux clôtureront la saison fin juin ou début juillet.

■ LES HEURES MUSICALES

Chaque trimestre, les élèves et leurs professeurs vous proposeront des auditions de qualité, à l'Aubrière ou hors les murs (VRF, Fête de la musique...), mettant en valeur leur travail dans une ambiance « concert » conviviale.

Les projets culturels à ne pas manquer en 2019

■ JEUX POUR TOUS

Moment convivial où petits et grands pourront venir partager, échanger autour de différents jeux. **Rendez-vous le dimanche 17 Novembre 2019 dans la salle Petrucciani de 14h à 18h.**

■ LES MOTS D'HIVER - DE L'ÉCRITURE À LA SCÈNE

Cet événement mettra en valeur la langue française à travers des stages, des représentations musicales et théâtrales. L'édition 2020 marquera les 5 ans du festival et nous avons prévu pour cela quelques surprises : la cinquième édition du stage d'écriture de chanson sera ouvert à plus de participants et surtout avec un nouvel artiste intervenant : WALLY, auteur, compositeur, interprète et humoriste de l'Aveyron !

Un beau projet en hommage à Jacques Higelin verra également le jour grâce à la participation de 6 artistes professionnels de la région ! Il donnera lieu à des échanges avec les écoles de Fondettes et l'école de musique de l'Aubrière, pour un résultat sur scène qui saura sans aucun doute vous séduire ! Soutenu par le pôle Chanson de la région centre, cet événement participe à la valorisation de la chanson française en Région Centre val de Loire. **Du 3 au 22 février 2020.**

■ L'ALAMBIK FESTIVAL – DISTILLATION DE JEUNES TALENTS

Après deux éditions qui ont révélé de nombreux jeunes artistes, l'Alambik continue sa progression et donnera l'occasion à de nombreux jeunes talents de jouer, exposer, organiser avec le soutien des professionnels de l'Aubrière. **Réception des projets de jeunes jusqu'aux vacances de la Toussaint et festival mai 2020.**

LIRE, # SE RETROUVER

La Bib'

SALLE GEORGE SAND - ESPACE CULTUREL DE L'AUBRIÈRE

À la fois lieu d'accueil, de lecture et d'animations, la Bib' est un lieu de rencontre, de retrouvailles qui permet à chacun de venir échanger, discuter, lire, partager des moments conviviaux ou profiter des animations proposées durant toute l'année (atelier jeux, contes, soirées, débats, ateliers culinaires, ateliers créatifs, expositions). Entre deux ateliers, vous pourrez venir vous détendre, écouter une histoire, lire un livre ou prendre un café dans une atmosphère conviviale.



Espace de lecture

Chaque adhérent a la possibilité de venir emprunter et consulter des ouvrages (livres, magazines, bandes dessinées) de son choix. Nous portons une attention particulière aux enfants en proposant des livres adaptés et récents.

Permanences (ASSURÉES PAR DES BÉNÉVOLES)
À partir du 16 septembre 2019.

■ PÉRIODE SCOLAIRE (JUSQU'AU 24 JUIN 2020)

Lundi de 16h30 à 18h00

Mardi de 16h30 à 18h00

Mercredi de 10h à 12h30 et de 14h30 à 18h00

Judi de 16h30- à 18h

■ VACANCES

La Bib' ferme ses portes pendant les vacances scolaires.

Conditions d'emprunt

S'acquitter d'une adhésion à l'association de 8€.
Emprunter 5 ouvrages pour une durée de 15 jours.

L'équipe

RÉFÉRENTE BÉNÉVOLE : MICHELINE FAVARD
bib.asso.aubriere@gmail.com

LES BÉNÉVOLES : Marie-Christine BLANCHON, Françoise FORGEOT, Françoise PERROT, Marie-Cécile DEPIERRE, Dominique GUILLEMET, Claudine MORISSEAU, Muriel STAELEN, Micheline FAVARD.

ACCUEILLIR, ANIMER, # ACCOMPAGNER

Animation jeunesse (11/17 ans)

L'Aubrière, structure d'éducation populaire, a à cœur d'accompagner et de donner toute sa place à la jeunesse sur son territoire. Dans le cadre de sa politique jeunesse, elle propose un accueil de loisirs sans hébergement « L'Espace Jeunes » spécialement adapté au public adolescent.

COORDINATEUR :
Julien CORMERY / jcomery@aubriere-asso.com

ANIMATION - DIRECTION DE L'ESPACE JEUNES :
Charlotte CLENET / cclenet@aubriere-asso.com

Vacances

TOUSSAINT, HIVER, PRINTEMPS, ETÉ

Pendant les vacances, plusieurs dispositifs d'animations sont proposés pour que chacun puisse vivre les vacances à son rythme :

Pour les 11-15 ans

« LE MULTI ACTIVITES »

Animations variées à la journée (culturelles, ludiques, découvertes et sportives).

Ouvert tous les jours de 9h à 18h y compris le temps du midi. Dispositif mis en place en partenariat avec l'Alerte Sportive Fondettoise (ASF) sur les petites vacances.

Pour les 11-17 ans

ACCUEIL LIBRE / ANIMATION PONCTUELLE / SOIRÉE / STAGE / SÉJOUR.

■ L'ACCUEIL LIBRE

L'accueil libre est ouvert tous les jours de 14h à 18h30 l'été, et de 14h à 18h sur les petites vacances. Il permet aux jeunes de se rencontrer, d'échanger, se retrouver, dans un espace sécurisant.

Espace convivial (baby-foot, tennis de table, jeux vidéo, jeux de société), espace lecture, espace d'animation, espace de restauration et jardin.

■ LES SÉJOURS

Nous proposons tout au long de la saison plusieurs séjours. Des séjours multi activités favorisant les premiers départs pour les jeunes de 11 à 15 ans, des séjours en accompagnement de projet comme des séjours ski, à la mer ou encore à l'étranger.

Hors vacances

Ouverture de l'Espace Jeunes pour les 11-17 ans

ACCUEIL LIBRE / ANIMATION PONCTUELLE / SOIRÉE.

Du 13 septembre 2019 au 27 juin 2020.

Vendredi : 16h00 – 18h30

Samedi : 14h30 – 18h00

L'accompagnement de projet

Fidèle aux principes de l'éducation populaire, nous souhaitons placer l'individu au cœur de chaque projet et ainsi lui donner l'occasion de développer ses capacités à vivre ensemble, à confronter ses idées, à partager une vie de groupe, à s'exprimer en public, à écouter.

- Accompagnement vers le BAFA : mise en place d'un stage « découverte » sur les vacances de Printemps. Poursuite du stage en permettant aux jeunes de devenir « aide animateur ».
- Accompagnement des jeunes dans l'organisation de sorties, de soirées, de séjours.
- Accompagnement des jeunes dans l'organisation d'événements.
- Orientation et conseil.

Inscriptions et informations

Vacances : Pré-inscription via un formulaire disponible sur notre site internet www.aubriereinfo.com. **Permanences des inscriptions à l'Aubrière tous les lundis, mardis et jeudis de 16h30 à 18h30 et les mercredis de 10h à 12h et de 14h à 18h.** Périodes mentionnées sur les programmes d'animations, disponibles au minimum 3 semaines avant le début des vacances.

Hors vacances :
informations et inscriptions sur aubriere.jeunesse@gmail.com.

Animation au collège Jean Roux

Tous les jeudis entre 12h et 13h40 nous proposons aux collégiens un atelier jeux de société. **Il est gratuit et ouvert à tous.**



**RETROUVEZ NOUS SUR FACEBOOK,
YOUTUBE ET INSTAGRAM.**

Tarifs

■ **ACCÈS AUX ANIMATIONS 11-17 ANS**
(accueil libre – séjours – soirées – animations ponctuelles)

- **Adhésion :** 8€ (valable du 30 juin 2019 au 30 juin 2020)
- **Cotisation :** 5€ commune/ 8€ hors commune

Tarifs selon le Quotient Familial pour certaines animations : (CAF ou MSA de 0.43€ à 2€ de l'heure. Supplément hors commune de 0.50€ de l'heure. Tarifs forfaitaires possibles selon les animations et séjours. Supplément hors commune de 10%.

■ **ACCÈS AUX ANIMATIONS 11-15 ANS**
(multiactivités)

- **Adhésion** à l'Aubrière de 8€ (valable du 30 juin 2019 au 30 juin 2020) ou adhésion à l'ASF.

Tarifs selon le Quotient Familial (CAF ou MSA) de 3.44€ à 16€ la journée. Supplément hors commune de 0.50€ de l'heure. Tarifs forfaitaires possibles selon les animations. Supplément hors commune de 10%.

Renseignements : aubriere.jeunesse@gmail.com
07.81.10.51.61 / 02.47.42.26.13



Animation tout public

Expression - Créativité - Convivialité - Échanges - Rencontres

Seul, en famille, entre amis, adhérents, parents, grands-parents, ... L'équipe de l'Aubrière (salarié(e)s et bénévoles) vous accueille dans la Bib', salle George Sand au sein de l'espace culturel de l'Aubrière, dans un esprit convivial et vous propose différents temps d'animations.

RÉFÉRENT :

Julien CORMERY / jcomery@aubriere-asso.com

CONTEURS BÉNÉVOLES :

Maryvonne CHARBONNEAU, Claude GUILLEMET

ANIMATRICES BÉNÉVOLES :

Micheline FAVARD, Marie-Christine BLANCHON, Maryvonne CHARBONNEAU

RÉFÉRENTE BÉNÉVOLE :

Micheline FAVARD / bib.asso.aubriere@gmail.com

Le mercredi à la Bib'

Le mercredi de 10h à 12h30 et de 14h30 à 18h.

A travers cet espace de vie, de rencontres et d'échanges (adapté à tous les âges), venez profiter de différents espaces (jeux de sociétés, espace de lecture, loisirs créatifs, jeux « petite enfance » ...).

Venez aussi faire des expérimentations, rencontrer l'équipe, échanger, discuter autour d'un café et nouveauté cette saison, **venez profiter des ateliers de Maryvonne entre 15h et 17h** (bricolage, collage, modelage, peinture ...).

Deux fois par mois :

Atelier créatif

A PARTIR DE 18 MOIS JUSQU'À 3 ANS

Mardi :

1^{ère} séance : 09h30-10h15

2^{ème} séance : 10h15-11h00

Lieu : La Bib' - Salle Georges Sand - Espace culturel de l'Aubrière

Marie-Christine et Micheline proposent aux tout-petits de s'initier aux plaisirs de la peinture, du collage, du découpage et de réaliser des œuvres selon la thématique choisie.

Important :

Les enfants doivent être accompagnés de leurs parents ou de leurs assistantes maternelles.

Conditions :

- Capacité d'accueil : 10 enfants maximum
- **Inscription obligatoire mardi 17 septembre 9h30-11h00 à la Bib'** (pour les assistantes maternelles prévoir une attestation parentale et une attestation d'assurance RC, une copie de l'agrément).
- Les participants devront s'acquitter d'une **adhésion de 8€**. Un règlement intérieur spécifique à l'activité sera à signer.



Rencontres bébés lecteurs

Vendredi (à compter du 20 septembre)

1^{ère} séance : 09h30-10h30

(réservée en priorité à l'association « Ainsi Font Fondettes » dans le cadre d'un partenariat).

2^{ème} séance : à 10h30-11h30

Lieu : La Bib' - Salle Georges Sand - Espace culturel de l'Aubrière

Chaque vendredi matin, nous ouvrons les portes de la Bib' aux assistantes maternelles désireuses de se retrouver ensemble pour chanter, apprendre des comptines ainsi que lire des histoires. Idéal pour le développement et l'imaginaire de l'enfant, cela reste aussi un moment de complicité et d'échange entre adulte et tout petit, et entre les enfants eux-mêmes car ouvrir des livres, même quand on ne sait pas lire, c'est un plaisir !

Important :

- les assistantes maternelles présentes seront en autonomie, les séances n'étant pas assurées par l'équipe de l'Aubrière. Deux assistantes maternelles de l'association « Ainsi Font Fondettes » devront s'engager comme « référente » sur chaque créneau.
- les enfants sont sous la responsabilité de leurs assistantes maternelles pendant toute la durée de la séance.

Conditions :

- Capacité d'accueil : 8 assistantes maternelles maximum
- Inscription obligatoire : vendredi 13 septembre de 9h30 à 11h30 à l'Aubrière.

Pour les assistantes maternelles prévoir une attestation parentale, une attestation d'assurance RC, une copie de l'agrément.

- Les participants devront s'acquitter d'une adhésion de 8€. Un règlement intérieur spécifique à l'activité sera à signer.



Raconte-moi une histoire

Mardi : 16H45-17H15

Lieu : La Bib' - Salle Georges Sand - Espace culturel de l'Aubrière

Maryvonne et Claude proposent aux enfants tous les mardis des lectures « gratuites » de contes, d'histoires diverses et variées. Adaptées pour les enfants non scolarisés et/ou en maternelle, elles sont idéales pour les assistantes maternelles et les jeunes parents.



Les p'tits moments

Nous avons vécu une première saison riche en émotions, en rencontres et en créativité à travers une belle diversité d'actions : concerts, soirée culinaire, zumba, hip-hop, expositions atelier d'écriture, spectacle jeune public ...

Retrouvez pour cette nouvelle saison encore plus de convivialité, d'échanges, de partage et d'animations ! Ces moments restent aussi et surtout vos moments ! N'hésitez pas à continuer de nous faire des propositions, à nous solliciter dans le cadre d'un projet personnel ou collectif.

Les p'tits moments auront lieu 1 fois par mois dans la Bib' de l'Aubrière. Rendez-vous le mardi 15 octobre pour l'ouverture de la saison des p'tits moments avec une soirée jeux de société.

Musique



RÉPÉTITION GROUPE HORS ENSEIGNEMENT

voir site internet.

L'Aubrière propose un enseignement de la musique pour tous les âges, par la pratique instrumentale en cours individuel, mais aussi par les pratiques collectives pour avoir le plaisir de jouer en ensemble ou en atelier (formation musicale et chœurs d'enfants, ensemble à vents ou à cordes, ateliers de musiques actuelles, ensemble de guitares ou de harpes...) !

Le cursus d'enseignement musical comprend 3 parties indissociables :

- la Formation Musicale (FM)
- la Formation Instrumentale (FI)
- la Pratique Collective (PC) - obligatoire dès la 3^{ème} année d'instrument (en cycle 2 pour les pianistes)

Les pratiques collectives sont ouvertes aux personnes hors-cursus pratiquant un instrument, selon leur niveau.

Suivre un enseignement musical au sein de l'Aubrière permet de participer à des projets pluridisciplinaires où peuvent se croiser théâtre, danse, arts plastiques avec musique, en plus des projets spécifiques. Nous faisons partie du réseau des écoles de Musique d'Indre et Loire (UDEM 37) et travaillons en partenariat avec L'UMF (L'union Musicale de Fondettes).

L'enseignement musical pour les jeunes enfants

Le jardin musical : se référer à la page n°18 > Jardin des Sens.

Le cycle d'initiation (6 ANS : COURS PRÉPARATOIRE)

Initiation Musicale (ou formation musicale 1^{ère} année pour les CE1) + Initiation instrumentale

Tarifs cycle initiation : Commune : **319€** / Hors commune : **446€**

■ INITIATION MUSICALE

ENFANTS DE 6 ANS (CP : COURS PRÉPARATOIRE)

Professeur : Mona BAUMANN

Aborder la musique par le chant, les percussions, le mouvement, l'imprégnation musicale et toutes sortes de jeux qui permettent de développer son sens rythmique, son oreille et d'acquérir les premières notions musicales.

🕒 Mercredi de 9H30 à 10H15

L'initiation musicale sera obligatoirement associée à l'initiation instrumentale.

■ INITIATION INSTRUMENTALE ENFANTS DE 6-7 ANS (CP OU CE1)

Un cours d'instrument par semaine avec un professeur de l'école de musique.

Afin de choisir au mieux son instrument pour l'avenir, les enfants de CP ou de CE1 vont pouvoir pratiquer 3 instruments, un par trimestre, durant toute l'année scolaire, instruments qu'ils choisiront dans la liste suivante : Flûte, Clarinette, Hautbois, Saxophone, Trompette, Trombone, Tuba, Percussions, Violon, Violon alto, Violoncelle et Harpe.

Chaque instrument, léger et solide, sera proposé à la famille (25€ à 40€ le trimestre selon le type d'instrument) pendant un trimestre entier - hormis la harpe et les percussions, qui ne pourront être ramenées à la maison.

Les enfants de CE1 n'ayant pas encore choisi leur instrument, pourront donc faire cette initiation instrumentale couplée à leur 1^{ère} année de Formation Musicale (FM Cycle1-1^{ère} année)

Le cursus d'enseignement musical

La Formation Musicale (FM)

À PARTIR DE 7 ANS (CE1)

La formation musicale (FM) repose sur des cours collectifs assurés par des professeurs. Elle comporte deux cycles : cycle 1 (4 à 5 ans) et cycle 2 (3 ans). Le chant, avec un temps choral commun d'une demi-heure pour tout le cycle 1, les rythmes corporels, les jeux avec de petites percussions et le carillon, l'écoute active de musiques aux styles variés, le développement de l'oreille, la lecture de partitions, l'écriture sont les principales activités du cours de formation musicale.

Elle est obligatoire pour tout élève qui suit un cursus instrumental, jusqu'à la fin du cycle 2 de FM.

■ CYCLE SPECIAL ADOLESCENTS

appelé « CYCLE SPE », à partir de 12 ans (ou collège). Un cursus court en trois années peut être envisagé pour les adolescents débutant la musique.

Spé 1 :

🕒 Mardi : 17h30 – 18h45

Professeur : Bénédicte RUELLAND.

Spé 3 :

🕒 Mardi : 18h45 – 20h00

(Pas de spé 2 cette année)

Professeur : Bénédicte RUELLAND.

Nous proposons de la « FM appliquée » en second cycle : chaque élève suit son cours avec son instrument, qui sert à tous les apprentissages.

Niveau	Jours	Horaires	Professeur
Cycle 1 1 ^{ère} année	Mercredi	10h15-11h30 / 11h-12h15 (Chœur : 11h-11h30)	Mona Baumann
Cycle 1 2 ^{ème} année	Mercredi	10h15-11h30 / 11h-12h15 (Chœur : 11h-11h30)	Marie Delaval
Cycle 1 3 ^{ème} année	Mercredi	13h45-15h15 / 14h45-16h15 (Chœur : 15h-15h30)	Mona Baumann
Cycle 1 4 ^{ème} année	Mercredi	13h45-15h15 / 14h45-16h15 (Chœur : 14h45-15h15)	Romane Dijon
Cycle 2 1 ^{ère} année	Mercredi	16h30-17h45	Oriane Frosch
Cycle 2 2 ^{ème} année	Mercredi	17h45-19h00	Romane Dijon
Cycle 2 3 ^{ème} année	Mercredi	17h45-19h00	Oriane Frosch

ATTENTION : l'Aubrière se réserve le droit de modifier les horaires, voire même les jours, en cas de nécessité.

Formation Instrumentale (FI)

Cette formation se déroule en 3 cycles. Elle est indissociable de la formation musicale et de la pratique collective.

■ DÉPARTEMENT MUSIQUES ACTUELLES AMPLIFIÉES

Batterie

Professeur : Dominique CHANTELOUP
Jour à déterminer

Guitare/Basse

Professeur : Sébastien DUBOS
Jeudi et samedi
Professeur : Thomas BURGOT
Mardi

■ DÉPARTEMENT PERCUSSIONS

Percussions-batterie

Professeur : Rémi BONNEMAINS
Mercredi

Batterie

Professeur : Dominique CHANTELOUP
Jour à déterminer

■ DÉPARTEMENT CORDES

Violon

Professeur : Géraldine BISI
Lundi et mardi

Alto

Professeur : En cours de recrutement
Jour à déterminer

Violoncelle

Professeur : en cours de recrutement
Jour à déterminer

Guitare classique

Professeur : Alexandre LUQUET
Lundi et mercredi

Harpe

Professeur : Cécile BRIZARD
Mercredi (ou samedi)

■ DÉPARTEMENT VENTS

Flûte traversière

Professeurs : Lucas MICHEL
et Marie CHAZELLE
Jour à déterminer

Clarinette

Professeur : Noémi HUAULME
Jeudi

Hautbois (ouverture de la classe si le nombre d'élèves est suffisant)

Professeur : Médéric RIVEREAU
Lundi

Saxophone

Professeur : Romain MEUNIER
Lundi

Trompette

Professeur : Germain LEGUY
Lundi

Trombone

Professeur : En cours de recrutement
Jour à déterminer

Tuba

Professeur : Jean-Baptiste REHAULT
Lundi

■ DÉPARTEMENT VOIX

Chant

Professeur : Florence ZULIAN
Jeudi

■ DÉPARTEMENT PIANO

Professeur : Olivier NIZIER
Mardi

Professeur : Marie-Christine PAITRE
Mardi, mercredi et vendredi

L'Aubrière se réserve le droit de modifier les jours de cours d'instruments à la rentrée.

Les pratiques collectives

Dès la 3^{ème} année du premier cycle et/ou dès que le niveau le permet, les instrumentistes s'intègrent aux différents ateliers collectifs proposés.



VOUS ÊTES MUSICIEN (adulte ou adolescent), élève ou non de l'école de musique, vous jouez d'un instrument ou vous désirez chanter : Nous vous proposons un large choix d'ateliers, d'ensembles orchestraux ou vocaux, pouvant répondre à votre attente. N'hésitez pas à venir nous voir pour en parler.

■ **PETITE FANFARE (VENTS ET PERCUSSIONS)**
(Dès la 3^{ème} année d'instrument)
Professeur : En cours de recrutement
Jour à déterminer (1 heure ¼)

■ **ENSEMBLE À VENTS ET PERCUSSIONS**
(Dès la fin du cycle 1)
Professeur : Jean-Baptiste REHAULT
Lundi (1 heure ¼)

■ **ENSEMBLE DE PERCUSSIONS**
(Tous niveaux)
Professeur : Rémi BONNEMAINS
Mercredi (1 heure ¼)

■ **MUSIQUE DE CHAMBRE**
(Instrumentistes ou chanteurs niveau 2^{ème} cycle)
Professeur : Olivier NIZIER et Géraldine BISI
Lundi ou mardi (créneaux d'1/2 h, par sessions)

■ **ATELIER HARMONICA**
Intervenant : André COZIAN
Jeudi 17h30-19h00

■ **ENSEMBLE À CORDES**
Dès la 3^{ème} année d'instrument.
Violon, alto, violoncelle, harpe et piano.
Professeur : Géraldine BISI
Lundi (1 heure)

■ **ATELIER CHANT**
Professeur : Florence ZULIAN
Jeudi (1 heure 1/2)

■ **ATELIERS DE MUSIQUES ACTUELLES AMPLIFIÉES (MA)**
Guitare électrique, basse, chant, batterie, vents, clavier... (1 heure et 1/2)
Professeur : Thomas BURGOT
Mardi

Atelier 1
Professeur : Sébastien DUBOS
Jeudi

Atelier 2
Professeur : Sébastien DUBOS
Samedi

Atelier confirmés
Professeur : Sébastien DUBOS
Samedi

■ **ENSEMBLE DE GUITARES CLASSIQUES**
Professeur : Alexandre LUQUET
Lundi (1 heure)

■ **ENSEMBLE DE HARPES : « HARPE ET + »**
Professeur : Cécile BRIZARD
Mercredi (1 heure)

■ **ATELIERS DE MUSIQUES TRADITIONNELLES**
Intervenant : Bernard BOURGUIGNON
Atelier Niveau 1 :
Jeudi 18h45- 20h30
Atelier Niveau 2 :
Mardi 18h-20h30

Chœur de l'Aubrière (ADULTES, LECTEURS OU NON)

CHEF DE CHŒUR : Noémi HUAULME

🕒 Jeudi 20h00-22h00
📍 Lieu : Aubrière

Le chœur recrute, venez les rejoindre, vous êtes bienvenu(e)s !
Ambiance conviviale, programme varié, concerts avec d'autres chœurs et dans différents lieux dont l'église de Fondettes.

L'Union Musicale de Fondettes, dirigée par Sylvain CHAILLOU, accueille les instrumentistes (vents et percussions-batterie) à partir du niveau 2^{ème} cycle. Cet orchestre d'harmonie est l'orchestre d'application pour nos grands élèves. Répétition salle orchestre le vendredi de 20h15 à 22h15.

Important : Nouvelles inscriptions sur rendez-vous (les 5 et 10 septembre), par téléphone durant les horaires d'ouverture de l'accueil, **à partir du 26 aout.**

Reprise des cours le lundi 16 septembre 2019 (sauf le jardin musical).

RENSEIGNEMENTS TARIFS : WWW.AUBRIEREINFO.COM

Danses

La danse représente une discipline importante à l'Aubrière : 250 danseurs (enfants, ados, adultes) qui évoluent dans 7 disciplines assurées par des intervenants artistiques diplômés (professeurs, artistes...) et qui se produiront lors d'un gala de fin d'année dans une salle de spectacles de l'agglomération en juin 2020.



Gala de danse juin 2019

Eveil à la danse (4/6 ANS)

PROFESSEUR : Alexandra VALAT

📍 Lieu : Aubrière

🕒 Mercredi 10h30-11h30

🕒 Jeudi 17h-18h (attention reprise des cours le 26/09)

Cotisations

Commune : 165€

Hors commune : 211€

Initiation à la danse

(6/8 ANS)

PROFESSEUR : Alexandra VALAT

📍 Lieu : Aubrière

🕒 Lundi 17h00-18h00

🕒 Mercredi 9h30-10h30

Cotisations

Commune : 165€

Hors commune : 211€

Classique

PROFESSEUR : Alexandra VALAT

(diplômée d'Etat)

📍 Lieu : Aubrière

Débutants (à partir de 7 ans)

🕒 Mercredi 11h30-12h30

Niveau élémentaire 1

(à partir de 9 ans)

🕒 Lundi 18h00-19h00

Niveau élémentaire 2 et 3 (à partir

de 10 ans et selon le niveau)

🕒 Lundi 18h00-19h00

Niveau Moyen (débutants pointes)

🕒 Lundi 19h-20h15

Niveau Supérieur

(pointes non débutantes)

🕒 Jeudi 19h-20h30 (attention reprise des cours le 26/09)

Cotisations

Commune :

1h-1h15 : 171€ / 1h30 : 220€

Hors commune

1h-1h15 : 219€ / 1h30 : 282€

Précautions : Les cheveux doivent être attachés. Pour la tenue, merci de voir à la rentrée avec le professeur. Ne pas acheter de tenue.

Modern- jazz

(ENFANTS/ADOS)

INTERVENANTE : Aude LEROY

📍 Lieu : Aubrière

Niveau Débutant

🕒 Lundi 17h00-18h00

Niveau Intermédiaire

🕒 Lundi 18h00-19h00

Niveau Avancé

🕒 Lundi 19h00-20h00

Attention : le professeur est libre de remanier les groupes si besoin.

Cotisations

Commune : 171€

Hors commune : 219€

Modern- jazz (ADOS/ADULTES)

INTERVENANTE : Aude LEROY

📍 Lieu : Aubrière

🕒 Lundi 20h15-21h30

Cotisations

Commune : 189€

Hors commune : 242€

Hip-hop (ENFANTS/ADOS)

PROFESSEUR: SHAG

📍 Lieu : Aubrière

Niveau Débutant (8/10 ans)

🕒 Mercredi 13h30-14h30

Niveau Intermédiaire 1

(2^{ème} année - 11/13 ans)

🕒 Mercredi 14h30-15h30

Niveau Intermédiaire 2

(3^{ème} année et 4^{ème} année)

🕒 Mercredi 15h30-16h45

Niveau Avancé (14-18 ans)

🕒 Mercredi 16h45-18h00

Atelier chorégraphique

🕒 Mercredi 18h00-19h30

Attention : le professeur est libre remanier les groupes à la rentrée si besoin.

Cotisations

Commune :

1h-1h15 : **171€** / 1h30 : **220€**

Hors commune

1h-1h15 : **219€** / 1h30 : **282€**



Gala de danse juin 2019

Danse africaine

(ENFANTS)

PROFESSEUR : Marion BONNET

📍 Lieu : Aubrière

7/10 ans

🕒 Mercredi 17h00-18h00

11/14 ans

🕒 Mercredi 18h00-19h00

Cotisations

Commune : **171€**

Hors commune : **219€**

Danse africaine

(ADOS/ADULTES)

PROFESSEUR : Marion BONNET

📍 Lieu : Aubrière

Les cours de danse africaine sont accompagnés de percussionnistes du groupe « Pani' Problem »

🕒 Mercredi 19h30-21h30

Cotisations

Commune : **217€**

Hors commune : **278€**

Ateliers Lindy hop

INTERVENANTS : Irène DELUCE et Christian MULLER

📍 Lieu : Salle Georges MIGOT

Venez découvrir ou vous perfectionner avec cet atelier Lindy Hop, danse des années 50. Ouvert à un large public, dès 15 ans vous y trouverez amusement et convivialité. Christian et Irène seront là pour vous apprendre les bases techniques de cette danse que vous soyez débutant ou confirmé !

Niveau débutant :

🕒 Samedi - 14h30-16h00

Niveau Intermédiaire :

🕒 Samedi - 16h00-17h30

Les ateliers se dérouleront une fois par mois le samedi. L'inscription comprend 10 séances obligatoires.

Cotisations (10 séances)

Commune : **100€**

Hors commune : **130€**

Inscriptions à l'année comprenant 10 ateliers le samedi * :

2019 : 21/09 - 12/10 - 09/11 - 07/12 - 11/01 - 01/02 - 14/03

2020 : 04/04 - 09/05 - 13/06 ou le 20/06

***Attention :** Les dates peuvent changer au cours de l'année

Nouvelle
Formule

Atelier d'écriture littéraire

(ados/adultes)

« LES PLUMES DE L'AUBRIÈRE » // INTERVENANT : MIREILLE LEMAÎTRE | 📍 l'atelier d'arts (rue Nicolas POUSSIN)

L'atelier d'écriture vous offre d'écrire de courts textes en séance, ou des textes plus aboutis chez vous. Votre production sera lue et commentée par tous, ce qui vous permettra de juger de vos atouts, mais aussi de vos faiblesses.

Reprise le mardi 17 septembre 2019.

🕒 Mardi 14h00-17h00
(Toutes les 3 semaines)
Date de rentrée : mardi 17/09

Cotisations

Commune : **72€**
Hors commune : **95€**

Arts plastiques

INTERVENANTE : STÉPHANIE LETESSIER | 📍 Lieu : l'atelier d'arts

Atelier de pratique des arts plastiques (Pastel, peinture, modelage, linogravure, plâtre, fil de fer.....) via des projets variés permettant à chacun de libérer sa créativité.

Enfants (5/7 ans)
🕒 Mercredi 17h-18h00

Enfants (8/11 ans)
🕒 Mercredi 14h30-16h00

Ados
🕒 Mercredi 18h00-19h30

Adultes
🕒 Mercredi 18h30-20h30

Cotisations

Commune :
Enfants 1h : **207€**
Enfants 1h30 : **245€**
Adultes 2h : **292€**

Hors commune :
Enfants 1h : **239€**
Enfants 1h30 : **282€**
Adultes 2h : **346€**

NOUVEAU!

Atelier relooking de meubles et d'objets décoratifs

INTERVENANTE : FLORENCE DREUX | 📍 Lieu : l'atelier d'arts (rue Nicolas Poussin)

Cet atelier créatif est une bonne occasion de donner une deuxième vie à des meubles et des objets, d'apprendre des techniques de relooking, de prendre du temps pour soi, de rencontrer de nouvelles personnes, de pouvoir s'exprimer librement avec le regard bienveillant et l'écoute de l'intervenante. L'atelier est basé sur le relooking et la création d'objets avec des peintures naturelles, lavables à l'eau, sans odeur, avec des pigments naturels, respectueuses de l'environnement, sans produits toxiques pour la santé.

🕒 Samedi 9h30-12h30

Inscriptions à l'année
comprenant 6 ateliers :

2019 : 12/10 - 16/11

2020 : 11/01 - 08/02/
- 07/03 - 04/04

Cotisations

Commune : **180€**
Hors commune : **212€**





Jardin des Sens (4-5 ans : moyenne et grande section de maternelle)

Une découverte artistique différente à chaque trimestre pour permettre aux enfants de s'initier à 3 activités dans l'année.

Atelier patouille :

INTERVENANTE :

Stéphanie LETESSIER

📍 Lieu : Atelier d'Arts

Sensibilisation à la matière, aux formes, aux couleurs

🕒 Mercredi : 16h15-17h00

Atelier on dirait que je suis :

INTERVENANTE : Geneviève THOMAS

"CIE LES TROIS CLOUS"

📍 Lieu : Aubrière

Explorer ses capacités corporelles, verbales, imaginaires, et relationnelles par le jeu théâtral.

🕒 Mercredi : 16h15-17h00

Jardin musical :

PROFESSEUR : Marie DELAVAL

📍 Lieu : Aubrière

Sensibilisation à la musique par la voix, le corps et les instruments à travers le jeu

🕒 Mercredi : 16h30-17h15

Cotisations jardin des sens

Commune : 167€ / Hors commune : 232€

Attention : les activités du jardin des sens débuteront à partir du 25 septembre 2019.

Théâtre

Nos ateliers enfants, adolescents et adultes s'adressent à tous ceux qui souhaitent pratiquer le théâtre, qu'ils soient débutants ou confirmés. Ils sont tous encadrés par des comédiens professionnels : Michaël Bernard de la Compagnie Fatras Théâtre et Geneviève Thomas de la Compagnie Le Théâtre Des 3 Clous.

Théâtre (ENFANTS)

INTERVENANTE : Geneviève THOMAS

📍 Lieu : Aubrière

Eveiller les talents de chacun en pratiquant les rôles d'acteur et de spectateur à travers des exercices, des jeux d'improvisation et la construction d'un spectacle»

Enfants (6/9 ans)
🕒 Mercredi 13h30-14h45

Enfants (10/13 ans)
🕒 Mercredi 14h45-16h15

Cotisations

Commune : 185€

Hors commune : 239€

Théâtre (ADOS)

INTERVENANT : Mickaël BERNARD

📍 Lieu : Aubrière

La préparation d'un spectacle présenté lors d'une représentation dédiée permet la mise en place d'outils pour le travail de l'année. Les répétitions s'articulent autour de séances d'improvisation sur différents thèmes choisis par les élèves ou l'intervenant, laissant une grande place à l'imaginaire et à la créativité

Ados : 14/17 ans
🕒 Mercredi 19h00-20h30

Cotisations

Commune : 190€

Hors commune : 245€

Théâtre (ADULTES)

INTERVENANT : Mickaël BERNARD

📍 Lieu : Aubrière

Places limitées

Les exercices d'improvisations comme le travail de scènes classiques et contemporaines permettent à chaque participant de se familiariser avec la prise de parole en public, la gestion du corps dans l'espace et le regard de l'autre. Tous ces exercices permettent la préparation des répétitions aboutissant à la fin de l'année, à une représentation théâtrale.

🕒 20h30-22h30

Cotisations

Commune : 237€

Hors commune : 302€



EN RÉSIDENCE À L'AUBRIÈRE

La Cie « Les bouffons des toits » dirigée par Jean-Paul PINEAU

S'ENTREtenir, SE DÉPENSER, # SE DÉTENDRE

Bien être et Fitness

Une activité adaptée à chacun avec l'Aubrière

Et, si l'activité physique était la clé de votre bien-être ? Être actif confère de nombreux bienfaits à notre organisme : renforcement du squelette, développement de la musculature et meilleure souplesse, amélioration des fonctions cardiaques, mais aussi relaxation. Ainsi, le bienfait de la pratique d'une activité agit tant sur le corps (meilleure capacités cardiaques et respiratoires, force musculaire, plus grande autonomie, etc.) que sur l'esprit (réduction de l'anxiété et de la dépression, sommeil de meilleure qualité, intégration sociale).

Une activité physique à l'Aubrière c'est l'assurance :

- De trouver une activité pour s'épanouir
- De trouver une activité adaptée à ses besoins et attentes
- De bénéficier d'un accompagnement avec l'encadrement d'éducateurs et d'intervenants qualifiés
- De réussir à lâcher prise
- De bénéficier d'une amélioration sur sa santé
- De partager des moments conviviaux, de faire des rencontres



Pilates

INTERVENANTE : Salima LALLEMAND

Gymnastique douce qui allie une respiration profonde avec des exercices physiques. Le Pilate est une méthode d'entraînement physique qui s'inspire du yoga, de la danse et de la gymnastique. Elle se pratique au sol, sur un tapis, ou à l'aide d'accessoires. Ces objets (ballons, ressorts, élastiques) induisent des déséquilibres qui incitent le corps à faire appel à une série spécifique de muscles stabilisateurs

Niveau débutant

- 🕒 Mardi 17h30-18h30
- 🕒 Mercredi 9h-10h
- 🕒 Mercredi 11h00-12h00
- 🕒 Vendredi 10h00-11h00

Niveau intermédiaire

- 🕒 Mercredi 10h-11h
- 🕒 Vendredi 9h-10h
- 📍 Lieu : Aubrière

Sophrologie

INTERVENANTE : Nathalie GOUSSET

Aide à développer une harmonie mentale et corporelle et offre le moyen de s'affirmer, communiquer et gérer son stress et ses émotions.

- 🕒 Mercredi 19h15-20h15
- 🕒 Mercredi 20h30-21h30
- 📍 Lieu : La salle des Tonnelles (place de la mairie)

Précautions : Merci de prévoir un plaid, un tapis, un coussin.

Yoga

INTERVENANTE : Sandrine GANAULT

Ce cours de yoga traditionnel est basé sur le travail de 12 postures de base et leurs variations.

Dans une séance, les exercices de respiration, les postures et les relaxations s'enchaînent pour travailler à la fois sur le corps, le souffle et le mental. Le cours est accessible à tous et l'évolution de chacun est respectée.

- 🕒 Mercredi 18h00-19h15
- 🕒 Mercredi 19h15-20h30
- 📍 Lieu : Village répit famille

INTERVENANT : Pascal FERRET

Yoga doux pour tous niveaux, où les postures classiques de base sont pratiquées suivant les possibilités individuelles. La respiration spécifique de ce type de Yoga du sud de l'Inde, lente et profonde, reste la priorité sur la posture. Les cours sont guidés sans montrer les postures pour amener chacun à une vraie concentration et une profonde intériorité.

- 🕒 Jeudi 18h00-19h15
- 🕒 Jeudi 19h15-20h30
- 🕒 Jeudi 20h30-21h45
- 📍 Lieu : Village répit famille

Précaution : Merci de prévoir un tapis, une couverture, une ceinture de judo, un coussin ferme, une tenue souple

Yoga pilates

INTERVENANTE : SALIMA LALLEMAND

Méthode dont les objectifs sont de profiter des bienfaits de ces deux grandes techniques. La combinaison des deux disciplines apporte une véritable rééducation posturale par le pilates et le bien être par le yoga.

- 🕒 Jeudi 19h30-20h30
- 🕒 Vendredi 11h00-12h00

Yoga des 12 bonheurs

INTERVENANT : Sandrine GANAULT

Basé sur les enseignements du Yoga et du Qi Gong, le Yoga des 12 bonheurs allie posture, enchaînement en musique et méditations guidées.

- 🕒 Jeudi 10h-11h15
- 📍 Lieu : Aubrière

Yoga doux

(ADULTES/ SENIORS/ FEMME ENCEINTE)

INTERVENANTE : SANDRINE GANAULT

Séance de yoga en douceur où l'on prend le temps de respirer et d'adapter les postures pour prendre pleine conscience du corps et des mouvements.

- 🕒 Mardi 15h00-16h15
- 📍 Lieu : Aubrière



Nouveau!

Connaissance et exploration de soi par le mouvement

(MÉTHODE FELDENKRAIS)

INTERVENANT : MAGUELONNE DUMOULIN

En nous invitant à explorer nos mouvements pour en prendre davantage conscience, la méthode Feldenkrais nous permet d'améliorer les capacités fonctionnelles. Dispensée par une professionnelle diplômée, cette méthode s'appuie sur le principe que les connaissances sont plus faciles à acquérir quand on apprend comme le ferait un enfant. En expérimentant. De plus, Ces mouvements agréables et légers influent directement sur le système nerveux et stimulent le cerveau.

- 🕒 Lundi 15h00-16h00
- 📍 Lieu : Aubrière



La pratique conjointe du Yoga et de FELDENKRAIS est particulièrement bénéfique pour la perception de soi.

Qi Gong Traditionnel

INTERVENANTE : Lise GUILBERT-CODDE

Art de santé millénaire d'origine chinoise, le qi gong permet, grâce à la pratique de mouvements lents et harmonieux, de favoriser l'équilibre entre le corps et l'esprit.

- 🕒 Mardi 9h00-10h15
- 📍 Lieu : Aubrière
- 🕒 Mardi 19h00-20h15
- 📍 Lieu : Aubrière

Précautions : Merci de prévoir un tapis



La pratique conjointe des ces deux disciplines complémentaires est particulièrement bénéfique pour la santé et favorise des progrès rapides.

Tai Chi Chuan

INTERVENANT : Jérôme BERTONCINI

Tai Chi Chuan (ou Tai Ji Quan) : Pratique traditionnelle née en Chine, inspirée de techniques martiales, dont les mouvements lents et fluides favorisent la concentration, apaisent les tensions, harmonisent corps et esprit et renforcent la vitalité.

- 🕒 Mardi 20h15-21h30
- 📍 Lieu : Aubrière

Précautions : Merci de prévoir un tapis.

Gym tonic (ADOS/ADULTES)

■ COURS CLASSIQUE :

INTERVENANTE : Salima LALLEMAND
🕒 Mardi 9h00-10h00

Nouveau!

■ AEROFIT

INTERVENANTE : Salima LALLEMAND
Regroupe toutes les activités ayant pour but d'améliorer la condition physique générale, par une activité de type endurance, à intensité modérée et d'une durée assez longue.

🕒 Mardi 19h30-20h30
Lieu : Aubrière

■ SPEED GYM

INTERVENANT : Flavien LUCOT

🕒 Jeudi 19h-20h
📍 Lieu : Gymnase Saint Martin
- Rue Alfred de Musset

Nouveau!

■ LIA (LOW IMPACT AÉROBIC)

INTERVENANT : Flavien LUCOT

Activité ludique et idéale pour lutter contre le stress et garder la forme; vous développerez à travers des chorégraphies vos capacités cardio-vasculaire, votre coordination, votre tonicité musculaire tout en assouplissant l'ensemble de votre corps.

🕒 Jeudi 20h-21h
📍 Lieu : Gymnase Saint Martin
- Rue Alfred de Musset

Zumba (ADOS/ADULTES)

INTERVENANT (DIPLÔMÉ ZUMBA):

Julien GINGREAU

Chaque cours de Zumba est conçu pour que vous vous défoulez tous ensemble. C'est un moment pour soi qui permet d'oublier durant une heure son quotidien. Chaque cours se compose d'exercices sans «contraintes», en mêlant des mouvements à haute intensité et à basse intensité qui vous permettent de rester en forme et de garder la ligne dans un esprit festif et convivial !

🕒 Mardi : 20h30-21h30
📍 Lieu : Aubrière

Précautions : Prévoir une paire de chaussures dédiée à l'activité.

Gym d'Entretien

(ADOS/ADULTES)

Ensemble d'exercices qui développe et entretient le corps.

INTERVENANTE : Salima LALLEMAND

🕒 Mardi 10h00-11h00

🕒 Mardi 18h30-19h30

📍 Lieu : Aubrière

INTERVENANT : Flavien LUCOT

🕒 Jeudi 10h00-11h00

📍 Lieu : Aubrière

Consignes pour les cours de gym : prévoir un tapis et une paire de chaussures dédiée à l'activité.

Zumba kids (ENFANTS/ADOS)

INTERVENANT : Julien GINGREAU

Idéal pour les jeunes fans de Zumba. Les enfants de 7 à 14 ans peuvent pratiquer une activité physique et se défouler au rythme de leur musique préférée. Les séances Zumba Kids comportent des mouvements adaptés aux enfants, basés sur la chorégraphie Zumba originale. Nous simplifions les pas, ajoutons des éléments d'exploration culturelle dans la structure du cours.

🕒 Mardi : 17h00-18h00 7/10 ans

🕒 Mardi : 18h00-19h00 11/14 ans

📍 Lieu : Aubrière

Cotisation zumba kids

(1 cours/sem)

Commune : **171€**

Hors commune : **211€**

Gym douce (ADOS/ADULTES)

Activité sportive peu intense et visant à maintenir la souplesse et l'équilibre.

INTERVENANTE : Salima LALLEMAND

🕒 Mardi 11h00-12h00

📍 Lieu : Aubrière

INTERVENANT : Flavien LUCOT

🕒 Jeudi 11h00-12h00

📍 Lieu : Aubrière

Aquagym (ADOS/ADULTES)

INTERVENANT : Clément DORISE

📍 Lieu : piscine "Domitys"

🕒 Lundi :
18h00-18h45 / 18h45-19h30

🕒 Mardi :
13h30-14h15 / 14h15-15h00
18h00-18h45 / 18h45-19h30

🕒 Mercredi :
18h00-18h45 / 18h45-19h30

🕒 Jeudi :
13h30-14h15 / 14h15-15h00
18h00-18h45 / 18h45-19h30

🕒 Vendredi :
9h15-10h / 10h-10h45 /
10h45-11h30

Précautions : Chaussures plastiques et bonnet et douches obligatoires

Cotisations

(aquagym seule pour un cours hebdomadaire)

Commune : **249€**

Hors commune : **330€**



Cotisations

(Hors aquagym)

Commune :
1 cours/sem : **172€**
2 cours/sem : **269€**
3 cours/sem : **349€**

Hors commune :
1 cours/sem : **229€**
2 cours/sem : **353€**
3 cours/sem : **457€**

Pass

(1cours aquagym
+ 1 cours fitness ou
bien être / sem)

Commune :
2 cours/sem : **355€**
Hors commune :
2 cours/sem : **468€**

L'équipe de l'Aubrière

Conseil d'administration

Présidente :

Sophie DOREY

Trésorier :

Thierry LANDRIEU

Secrétaire :

Nathalie GRODET

Secrétaire adjoint :

Bernard BOURGUIGNON

Membres :

Mme Stéphanie FRUGIER

M Grégory BOILEAU

Mme Anne-Christine JOUBERT

Mme Nathalie ZUGAJ

M Franck LANDRIEVE

M John JAMIN

M Franck PILLER

M Pierre LEVACHER

L'équipe des salariés

Direction

Lise LEROUX

✉ lleroux@aubriere-asso.com

Administratif - comptabilité

Sophie ROGEON

✉ contact@aubriere-asso.com

Accueil – secrétariat

Claire GAUTIER

✉ accueil.aubriere@gmail.com

Ecole de musique, activités arts plastiques, théâtre, écriture

Marie DELAVAL

✉ ecoledemusique@aubriere-asso.com

Equipe pédagogique : professeurs, intervenants et bénévoles.

Jeunesse, vie associative, activités bien être et fitness

Julien CORMERY

✉ jcornery@aubriere-asso.com

Equipe : bénévoles, éducateurs sportifs et intervenants.

Jeunesse, activités danse

Charlotte CLENET

✉ cclenet@aubriere-asso.com

Equipe : professeurs de danse et intervenants

Evènements – Communication

Benoît PINON

✉ bpinon@aubriere-asso.com

Volontariat / Bénévolat / Donner de son temps / Passer un bon moment

Vous avez décidé de vous investir au sein de l'Aubrière et nous vous en remercions !

Forte de ses 1300 adhérents l'Aubrière ne cesse de grandir et a besoin de vous pour continuer à proposer des projets toujours plus proches de VOUS. Donner de son temps, c'est avant tout s'engager librement, pendant vos moments de disponibilité et sur des projets qui vous tiennent à cœur.

Mais ça ne s'arrête pas là ! Le bénévolat c'est aussi des temps de partages conviviaux entre bénévoles.

Vous avez envie de rejoindre l'équipe de bénévoles de l'Aubrière ?

Merci de nous envoyer un e-mail au secrétariat : accueil.aubriere@gmail.com



CITROËN

**VENTE DE VÉHICULES
NEUFS ET OCCASIONS**

**MÉCANIQUE
TÔLERIE
PEINTURE**



**4 rue des Joncheries
37230 FONDETTES** **02 47 42 02 58**

AUTOMOBILES
Thierry Mériqot

UNIQUE À
FONDETTES
INSTITUT BIO

*Ma
Pause
Beauté*

Épilations, maquillage (B&A) et
produits visage et corps (MTACODOLOGY)

Large choix de modelages relaxants,
tels que californien, pierres chaudes,
tanden, indien...

02 47 55 29 66
www.institutbiofondettes.com
8 rue des Joncheries - 37230 Fondettes

-5€
sur tous les soins
visage et corps

Boucherie du Centre

1bis, Av. Raoul du Soussy • 37230 FONDETTES



02 47 37 84 74

HORAIRES

8h15-13h00 • 15h30-19h30
Dimanche 8h15-13h00
Fermé le lundi
et mercredi après-midi

NOUVEAU À FONDETTES !



LAVAGE AUTOMOBILE HAUT DE GAMME

CENTRE DE LAVAGE
À CÔTÉ DE CITROËN AUTOMOBILES THIERRY MÉRIQOT
RUE DES JONCHERIES - 37230 FONDETTES

*Une journée entière ou quelques heures...
Faites vous plaisir et ne pensez qu'à vous...*

Coraline
Spécial le lundi - SPA - Déodorant

19, av. du général de Gaulle 37230 Fondettes
Tél. 02.47.42.21.31
www.spacoraline.com

**ÉLECTRICITÉ
GÉNÉRALE**
Neuf & Rénovation - Domotique



Cyrille BONNEAU
Tél. 02 47 56 59 53
Port. 06 77 37 62 99
bonneaucyrille.elec@gmail.com
16, rue du Clos Romain - 37390 Saint-Roch



isacadre
Encadrement
travaux et fournitures

17 rue de Tréché - 37230 Fondettes
Tél. 02 47 42 07 58
Mail. isacadre@wanadoo.fr
www.isacadre.com