

Gym douce

Responsable : Liliane JAHOUËL et Noëlle DUVAL,
Animatrice : Catherine DUQUESNE (prof. de gym)
Site : salle des Fêtes de Lantheuil
Cotisation 70 € + adhésion ALCL.
 Séances les mercredis scolaires de 16h00 à 17h00.
 1er séance, le mercredi 14 septembre 2016.
 Première séance sans engagement.
Contenu des cours : mobilisation, souplesse des articulations, coordination de l'espace, renforcement musculaire, stretching, relaxation, ...

Pétanque

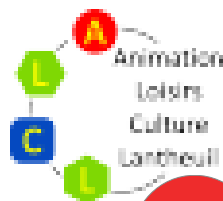
Responsable : Daniel RICHARD, tél. 02 31 80 10 56
Site : terrain rue Fleurie à Lantheuil (près de la chapelle) dans l'attente du terrain spécialement aménagé pour cette activité.
Cotisation : 2€ + adhésion ALCL
 Séances et heure à déterminer par les participants.
 Réunion d'information, le jeudi 6 octobre 2016 à 20h30, salle des Fêtes de Lantheuil.
Matériel : jeu de boules personnel



terrain de pétanque, rue Fleurie

Effectifs ALCL 2015/2016 :

- 124 adhérents,
- 63 inscrits en randonnée
- 26 inscrits à la chorale
- 19 inscrits en informatique
- 19 inscrites en patchwork
- 17 inscrites en yoga
- 7 inscrits au jardin



Saison
2016-17

Conditions :

Bulletin d'inscription ci-joint, à compléter et à donner avec le règlement (et si besoin le certificat médical) à votre responsable d'activité.

- (1) en chèque de préférence - possibilité de 2 ou 3 chèques pour une somme supérieure à 50 €. Dans ce cas préciser dans la case le nombre de chèques
- (2) certificat médical obligatoire à fournir à l'inscription

Nos coordonnées :

Conseil d'administration

- Président : Michel RICHARD- tél. 02 31 80 15 22
- Vice-présid.: Jocelyne CRISA
- Secrétaire : Noëlle DUVAL - tél. 02 31 80 16 70
- Secrétaire-adj.: Danielle DEVAUX - 02 31 37 84 32
- Trésorière : Liliane JAHOUËL - tél. 02 31 80 14 33
- Trésorier-adj.: Yves MOREAU 02 31 80 09 57
- Membres actifs : Agnès, Chantal, Claudine, Daniel, Joël, Marie-Claude.

Divers

Siège de L'ALCL

3 bis rue de l'Eglise - 14480 LANTHEUIL

L'Agora (ancienne école)

1, rue de la Courtière - 14480 LANTHEUIL

- salle informatique, patchwork, couture
tél : 02 31 75 35 60
- salle chorale

Salle des Fêtes

3 bis rue de l'Eglise - 14480 LANTHEUIL

Terrain de pétanque

face au 69 rue Fleurie - 14480 LANTHEUIL

Email : alcl@alclantheuil.com

Site : <http://alclantheuil.com>

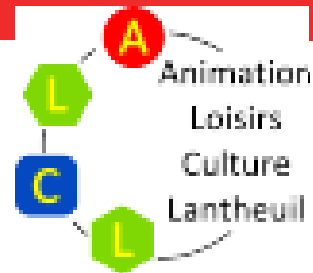
Association loi 1901 déclarée sous le n° 142007974

Agrément Jeunesse et Sports : n° 14.98.021 du 16 mars 1998

N° SIRET : 403 832 173 00013 - Code APE : 9499Z

Saison
2016-17

N° de SIRET :
403 832 173 00013
N° agrément J.S. :
14.98.021
Code APE :
9499Z



samedi 10 sept. 2016

Forum des associations - 14 à 17h -

Gymnase de Creully, rue Guy de Maupassant. Renseignements, inscriptions

vendredi 10 mars 2017

Assemblée générale des adhérents- 18h -

salle des Fêtes de Lantheuil, 3 bis rue de l'Eglise

vendredi 9 juin 2017

Soirée festive des adhérents - 19h -

Préau de l'Agora, 1 bis rue de la Courtière

Nos activités :

Chorale

Couture

Gym douce

Informatique

Jardin partagé

Patchwork

Pétanque

Randonnée

Yoga



Site : <http://www.alclantheuil.com>

Courriel : alcl@alclantheuil.com




reçu pour le compte de l'ALCL de (Prénom NOM)

<input type="checkbox"/> ABCDés.	<input type="checkbox"/> G.douce	<input type="checkbox"/> Petanque
<input type="checkbox"/> Chorale	<input type="checkbox"/> Info.	<input type="checkbox"/> Rando
<input type="checkbox"/> Couture	<input type="checkbox"/> Jardin	<input type="checkbox"/> Yoga

la somme totale de €
 en [] chèque(s) - [] espèces
 le 201...

N° d'adhérent : _____ Signature du responsable : _____

Le : _____
Prénom : _____
NOM : _____
 Adresse : _____
 _____ Code postal : _____
 Commune : _____
 N° tél. : _____
 Portable : _____
 Courriel : _____

9 €	Adhésion ALCL	Choix des activités : réécrire le prix sur les montants des activités sélectionnées. Compléter le montant total avec Adhésion.
10 €	ABCDés	
70 ou 50 €	Chorale (1) (*)	N° d'adhérent (à remplir par le trésorier)
60 € (tri;)	Couture (1)	
70 €	Gym douce (1)(2)	
10 €	Informatique	
13 €	Jardin partagé	en chèques(1)
2 €	Pétanque	en espèces
1 €	Rando (2)	(1-2) voir "Conditions" au dos
110 €	Yoga (1)(2)	
	Total	(*) voir rubrique Chorale

Chorale "croq'notes"

Responsable : Agnès MARIE, tél. 02 31 80 19 30
Chef de chœur : Joseph ABANDA
 Site : l'Agora de Lantheuil
 Cotisation : 70€ * + adhésion ALCL.
 Tous les lundis scolaires de 18h30 à 20h.
 Reprise à partir du lundi 19 septembre 2016.
 Première séance sans engagement.

* Cotisation de 50 € pour le 2ème du même foyer familial)

Jardin partagé "Tourne-Sol"

Responsable : Claudine LORILLU, tél. 02 31 08 46 10
Site : jardin au bout du parking de l'Agora
 Cotisation 13€ + adhésion ALCL
 Un jardin collectif de 500 m² est exploité collectivement. Possibilité de parcelle individuelle pour la deuxième année (selon espace disponible).
 Séances de jardinage collectif : samedi matin.

Informatique "micrOrival"

Responsable : Joël MARIE, tél. 02 31 80 19 30
Animateurs : Nicole, Gérard, Joël, Maurice
Site : l'Agora de Lantheuil - ordinateurs et imprimantes en réseau - Internet - Wifi
Cotisation 10 € + adhésion ALCL.
Atelier adulte photos et bureautique, tous les mardis de 18 à 20h. Programme en début de saison (bureautique, photos, logiciels libres, ...) sur le site www.alclantheuil.com
 1ère séance le mardi 13 sept. 2016 - dernier cours le 10 mai 2017
Atelier perfectionnement, un jeudi sur deux de 18 à 20 h, perfectionnement Windows, traitement de texte, ... 1ère séance le jeudi 22 septembre 2016.
Atelier "Bidouille" pour les férus de l'informatique, tous les mercredis de 20h30 à 22h30. Reprise le mercredi 14 sept. 2016

Couture

Responsable : Chantal BON
Animatrice : Viviane (couturière pro) tél. 02 31 37 40 26
Site : l'Agora de Lantheuil
Cotisation : 60€ le trimestre + adhésion ALCL.
 (adhésion faite au trimestre avec possibilité de renouvellement sur les trimestres suivants)
 Séances les vendredis de 14 à 16 h avec présence d'une couturière professionnelle une séance sur deux.
 Matériel : apporter machine à coudre personnelle (1 machine est disponible de l'atelier ABCDés).

Patchwork "ABCDés"

Responsable : Marie-Claude MADEC
Animatrices : Anne-Marie MICHEL
Site : l'Agora de Lantheuil
Cotisation 10 € + adhésion ALCL.
 Séances de patchwork les mardis scolaires de 13h45 à 17 h00.
 Reprise le mardi 20 septembre 2016.

Randonnée pédestre

Responsable Agnès MARIE, tél. 02 31 80 19 30
Cotisation : 1 € + adhésion ALCL.
 Tous les 3ème vendredis du mois - 10 km environ.
 Départ directement du lieu de rendez-vous, à 9h.
 Reprise le vendredi 16 sept. 2016 au parking de l'Agora
 Le programme des randos sera transmis lors de la rentrée. Certificat médical obligatoire. Nombre d'inscriptions limité à 50, dans l'ordre des arrivées.

Yoga

Responsable Agnès MARIE, tél. 02 31 80 19 30
Animatrice Marie-Claude ALVADO
Site : salle des fêtes de Lantheuil
Cotisation 110 € + adhésion ALCL.
 Séances les mardis scolaires de 18h45 à 20h15.
 Reprise le mardi 20 septembre 2016. 1ère et 2ème séances sans engagement. Certificat médical obligatoire.

