

PROGRAMME DES ACTIVITÉS 2025-2026



ASSOCIATION
D'ARGENTRÉ



INSCRIPTIONS

- Le samedi 06/09/2025 de 14h à 17h lors du Forum des Associations au Complexe sportif.
- Le vendredi 26/09/2025 de 17h à 19h salle Bizet.

L'Association se réserve le droit d'annuler un cours ou une activité si le nombre d'inscrits est insuffisant ou de modifier des horaires si l'organisation le nécessite.

Clôture des inscriptions le vendredi 26/09/2025.

CONDITIONS GÉNÉRALES

CERTIFICAT MEDICAL

Il n'est plus obligatoire depuis septembre 2023. Tous les licenciés (adultes et mineurs) doivent remplir un **questionnaire de santé** et attester que chacune des rubriques du questionnaire donne lieu à une réponse négative. A défaut, ils sont tenus de fournir un certificat médical attestant l'absence de contre-indication à la pratique du sport, de moins de 6 mois.

AUTORISATION PARENTALE

Les mineurs doivent fournir une autorisation parentale.

CALENDRIER

Toutes nos activités ont lieu hors vacances scolaires (sauf mention spécifique).



SÉANCES D'ESSAI

2 séances d'essai sont possibles, sans engagement.

ATTESTATIONS ET AUTRES IMPRIMÉS

- En faire la demande au moment des inscriptions.
- Remis au plus tard fin octobre.
- Seul le montant de l'activité sera pris en compte, pas l'adhésion.

ADHESION FAMILLES RURALES

- Carte OBLIGATOIRE pour participer aux activités à l'année ou aux activités ponctuelles (au-delà de 4 séances).
- Coût = 25€
- Règlement uniquement par chèque distinct des activités (libellé à l'ordre de Familles Rurales ARGENTRÉ) ou espèces.
- Une seule carte pour toute la famille, valable dans toute la France.

PAIEMENT DES ACTIVITÉS

- Chéquiers loisirs CAF, bons MSA, bons CE, chèques vacances et tickets sports (ANCV), chèques bancaires ou espèces.
- En cas de paiement d'une activité par plusieurs chèques, préciser au dos les dates de dépôt souhaitées, pour encaissement entre octobre et décembre.
- Chèques libellés à l'ordre de Familles Rurales ARGENTRÉ.



ACTIVITÉS

ACTIVITÉS MANUELLES

Peinture toutes techniques et modelage



Animatrice : Odile VINCENT

Contact : Brigitte DUBRAY 06 34 95 91 18



Lundi de 19h à 21h
30 ateliers du 15/09/25 au 22/06/26



Mercredi de 14h à 16h ou 16h15 à 18h15
20 ateliers : 17/09-01/10-15/10-05/11-
19/11-03/12-10/12-17/12/25
et 07/01-21/01-04/02-04/03-18/03-
01/04-08/04-29/04-13/05-27/05-
10/06-24/06/26



Salle de la Jouanne



Coût de l'activité :

- 195€ pour 30 ateliers
- 145€ pour 20 ateliers

Cuisine

Animateur : Alban LESIOURD

Contacts : Monique GOUGET

06 75 26 64 25

Jocelyne ALGOURDIN : 06 15 11 92 29



Jeudi de 16h à 18h30 ou 19h30 à 22h
2 ateliers les 11/12/25 et 02/04/26
Un 3ème atelier sera proposé en janvier
ou février 2026.



Office Traiteur de l'Escapade



Coût par atelier : 15€ à 20€



Tricot



Animatrice et contact :

Marie-Odile RIVIÈRE 06 77 55 36 31



Jeudi de 14h30 à 16h30
10 ateliers les 06/11-20/11-04/12-
18/12/25 et 08/01-22/01-05/02-05/03-
19/03-02/04/26



Salle Poulenc



Coût de l'activité : 30€

Couture



Animatrice : Valérie GOBBE

Contact : Lucile DROCOURT 06 31 92 09 21



Lundi de 14h à 17h
12 ateliers les 13/10-03/11-17/11-
01/12-15/12/25 et 05/01-19/01-
02/02-02/03-16/03-30/03-27/04/26



Salle Bizet



Coût de l'activité : 150€

Art floral

Animatrice : Christelle MARLIOT

Contact : Jocelyne ALGOURDIN

06 15 11 92 29



Jeudi de 18h30 à 19h30
4 ateliers les 06/11-18/12/25
et 12/02-26/03/26



Salle Poulenc les 06/11 et 18/12
puis salle de la Jouanne



Coût par atelier : 25€

NOUVEAU



ACTIVITÉS SPORTIVES

Gymnastique (rythmique et renforcement musculaire)



Animatrice : Valérie ROYER

Contact : Marylène LEVRARD 06 52 82 92 92



Mercredi de 18h40 à 19h40
32 séances du 17/09/25 au 24/06/26



Salle des Fêtes
(sauf L'Escapade le lundi 17/09/25)



Coût de l'activité : 90€

Yoga



Animateur : Denis LEFETZ

Contact : Sylvie GARNIER 06 98 90 28 76



Lundi de 18h15 à 19h30
30 séances : 29 du 22/09/25 au 22/06/26
et le 20/10/25 (vacances scolaires)



Salle des Fêtes



Coût de l'activité : 125 €

Pilates

Animatrice : Valérie ROYER

Contact mardi : Thérèse FRIN 06 23 88 70 42

Jeudi : Jacqueline LANDAIS 06 78 35 88 21



Mardi de 10h15 à 11h15
32 séances du 16/09/25 au 23/06/26



Mercredi de 17h30 à 18h30
ou 19h50 à 20h50
32 séances du 17/09/25 au 24/06/26



Jeudi de 9h à 10h
32 séances du 18/09/25 au 25/06/26



Salle des Fêtes
(sauf le mardi 16/09/2025 : salle de tennis du
Complexe sportif)
(sauf le mercredi 17/09 et le jeudi 18/09/25 :
L'Escapade)



Coût de l'activité : 90€

SOPHROLOGIE

NOUVEAU



Animatrice : Christine LE LOUEDEC

**Contact : Roselyne RÉAUTÉ-RENARD
07 82 34 91 57**



Jeudi de 18h30 à 20h
25 séances du 18/09/25 au 30/04/26



Salle de la Jouanne, puis salle de la Vallée



Coût de l'activité : 200€

A APPRENDRE

Anglais

Animatrice : Nelly GOHIER

Contact : Odile GOMBAULT

06 76 45 10 75



Mercredi de 18h30 à 19h45 (1er niveau)

Mercredi de 20h à 21h15 (2ème niveau)

20 séances du 01/10/25 au 25/03/26



Salle Bizet



Coût de l'activité : 150 €



Ateliers numériques (utilisation de la tablette et du smartphone)

**Animation : ASEPT Pays de la Loire
(Association de Santé, d'Education et
de Prévention sur les Territoires)**

Contacts :

Monique GOUGET 06 75 26 64 25

Marylène LEVRARD 06 52 82 92 92



Vendredi de 14h30 à 16h30

10 ateliers les 03/10-10/10-17/10-
07/11-14/11-21/11-28/11-05/12-12/12
et 19/12/25



Salle Bizet



Activité gratuite. L'adhésion à Familles
Rurales est obligatoire (25 €).

Balades au crépuscule



En juin et juillet 2026 : rendez-vous le lundi sur le parvis de l'église pour un
départ à 20h (programme détaillé dans les commerces fin mai 2026)

Un petit peu de temps à donner ?



Nous cherchons des bénévoles pour aider à gérer
les activités.

Contactez-nous !

Défense du consommateur

Service gratuit assuré par l'UDAF
et ouvert à tous :
02 43 49 52 50.



famillesrurales@argentre.fr



www.famillesrurales53.com/argentre

