

Activités sportives 2022-2023



LES AMIS CYCLO MEMBROLLAIS

Jean-Marie DERENTY - 06 89 17 91 67
mjmderenty@orange.fr

Cotisation : de 66€ à 116€ selon le niveau d'assurance

Inscriptions : toute l'année

Vélo de route et sorties en groupes de différents niveaux.

Départ de La Membrolle-sur-Choisille chaque mercredi, dimanche et jours fériés, le matin. Circuits variés dans un rayon de 50km.

TENNIS CLUB MEMBROLLAIS

David CASSERON - 07 66 19 06 30 - tcm@cegetel.net

Cotisation : adultes : 165€, couples : 290€, enfants : à partir de 80€, réductions pour les familles nombreuses et parrainages.

Première inscription : 130€. Formules de cours collectifs à partir de 100€ avec 1h de cours physique gratuite.

Inscriptions : en cours et le 3/09. Les cours débutent le 12/09.

Séances : jours et horaires selon les niveaux

RANDONNÉE PÉDESTRE

Les Arquéleux

Alain MARTIN - 06 80 99 37 79

pdt.arqueleux@gmail.com

Cotisation : individuelle/an 38€, familiale/an 75.80€

Inscriptions : toute l'année

Rando pédestre les jeudis, départ à 14h ou le matin en cas de fortes chaleurs. Marche nordique les lundis à 9h30.

Rando santé les lundis ou mardis à 9h30. Affichage des programmes sur le site : www.lesarqueleux.jimdo.fre.com

ASSOCIATION DANSE CLASSIQUE

Sylvie MAGNE - 06 80 02 29 17

magne.sylvie37@gmail.com

Cotisation : de 220€ à 250€ - **Inscriptions** : le 3/09

Fournir la fiche d'inscription, un certificat médical, le règlement (possibilité de régler en 3 fois).

WUKUNG - ESPRIT DU DRAGON

Kévin BRICOUT - 06 73 14 71 31

espritdudragon.academie@gmail.com

Cotisation : 225€/an **Cours** : Les jeudis : Kung fu de 17h15 à 18h15, sabre laser de 18h15 à 19h30.

OM PRĀNA - YOGA

Michèle DIME - 06 85 35 25 12 - micheledime@orange.fr

Cotisation : 255€ - **Inscriptions** : le 3/09 et toute l'année

Séances : lundis 15h45-17h15, 17h30-19h, 19h-20h30

mardis 18h30-20h. Cours de yoga dans l'enseignement du yoga de l'énergie et de T.K.V. Desikachar.

JUDO CLUB

Sébastien THION - 06 17 53 23 11

judoclub.mettray@gmail.com

Cotisation : adhésion par famille 12€, licence FFJDA obligatoire 40€, cotisation annuelle selon les catégories (108€ à 158€).

Inscriptions : le 3/09 et au dojo avant chaque cours (jusqu'à Noël)

Entraînements : mardis et vendredis de 17h30 à 21h/ mercredis de 17h30 à 19h selon catégories.

LA CAULE TOURANGELLE

Dominique DUVOUX - 07 82 47 19 34 - 02 47 41 36 78

dominique.duvoux@free.fr

Cours d'initiation à la pêche. Renseignements par téléphone.

GYMNASTIQUE VOLONTAIRE

Céline DUSOIR-ANDRÉ - 06 81 45 87 40

celine.dusoirandre@orange.fr

gym-volontaire.wixsite.com/la-membrolle

Cotisation annuelle : 92€ - 1 séance par semaine, 135€ - 2

séances par semaine et +. Étudiants et demandeurs d'emploi :

1 séance 65€ - 2 séances et + 87€

Inscriptions : le 3/09 au forum et pendant les cours

Cours : lundis 19h15-20h15, mardis 9h-10h, jeudis 9h-10h/19h30-

20h30, vendredis 9h-10h. Pas de cours enfant.

BASKET-BALL

Alain RAFFAUD - 06 89 28 22 01 - alain.raffaud@orange.fr

Cotisation : 7-11 ans : 90€, 11-15 ans : 100€, 15-17 ans : 135€, + 18 ans : 135€ - **Inscriptions** : toute l'année

Entraînements : -13 ans : mercredis après-midi, 13-17 ans : mardis et jeudis fin d'après-midi, séniors : mardis/jeudis soir.

Loisirs : mercredis soir.

PILATES

Patricia PEERE - 06 48 71 26 64 - pa.peere@laposte.net

Cotisation : 110€ - **Inscriptions** : le jeudi 8/09 de 19h30 à 20h30 et lors des cours (fournir un certificat médical) au PCIA.

Entraînements : tous les jeudis de 19h30 à 20h30

FOOTBALL

Corinne GALTAUD - 06 64 95 27 21 - 582325@lcfot.fr

Cotisation : adultes : 140€, - de 18 ans : 130€

Inscriptions : le 3/09 ou pendant les entraînements

Entraînements : du lundi au vendredi selon les catégories

TENNIS DE TABLE

Michel DAUPHIN - 06 88 24 34 29 - 02 47 42 21 21

csmtennisdetable@gmail.com

Cotisation : adultes compétiteurs : 100€, - 18 ans compétiteurs : 75€, loisirs : 50€.

Inscriptions : le 3/09 au forum 10h-13h et aux entraînements

Entraînements : adultes : mardis et vendredis de 20h à 24h; jeunes : mardis de 18h30 à 19h30 et mercredis de 14h à 15h30.

Certificat médical de non contre-indication à la pratique du tennis de table obligatoire + licence assurance (compétition ou non) auprès de la FFTT.

TIR À L'ARC

Marc VILLAUME - 06 84 19 26 94

villaumerie@wanadoo.fr

Cotisation : 65€/an (Certificat médical de moins d'un an)

Inscriptions : toute l'année - **Entraînements adultes** : vendredis de 18h30 à 20h et samedis de 10h à 12h.

AMICALE DE PÉTANQUE MEMBROLLAISE

Georges DUCLOU - 06 24 26 73 84

Cotisation : 10€/an

Entraînements : tous les jours de 16h à 19h

FORUM DES ASSOCIATIONS

SAMEDI 3 SEPTEMBRE 2022

10h À 13h - SALLE DES SPORTS