#### **TOUTE UNE HISTOIRE**

Née en 1883, l'Amicale Laïque de Bègles s'inscrit dans la grande Histoire, celle de la laïcité, de l'école publique et de l'éducation populaire. Depuis sa création, l'association a toujours su évoluer et a obtenu un

agrément Jeunesse et

Education Populaire en

**VALEURS** 

**SOCLES** 

Fidèle à ses valeurs.

individuel ainsi qu'au

développement du vivre

notamment par la mise

en oeuvre d'activités

culturelles, socio-

ensemble et du lien social,

éducatives, sportives ou de

**ÉLOQUENCE** 

l'Amicale Laïque contribue

à l'éducation populaire et

citoyenne des jeunes et des

adultes, au développement

**DES** 

Aujourd'hui forte de 18 mais complémentaires, de 1 500 adhérent.e.s et de nombreux bénévoles, l'Amicale propose des la culture. du bien-être et du loisir.

sections, toutes différentes activités dans les domaines de l'éducation, du sport, de

ACTIVITÉS DE LOISIRS

1518

**ADHÉRENTS** 

## loisirs accessibles à tou.te.s

Toutes les actions menées par l'Amicale Laïque ont

- d'œuvrer pour l'ouverture
- des chances devant l'éducation, la culture et
- sociale
- et d'apporter un concours aux actions globales vers l'éducation menées par l'Amicale.

## et à tous les âges de la vie.

- pour objectifs:
- sociale vers tous publics, · de promouvoir l'égalité
- de valoriser la diversité culturelle et la mixité
- l'ensemble des sections de

LIEU

THÉATRE

Salle Chauvin

TARIFS 300€/an

**RENSEIGNEMENTS & INSCRIP** 

**Laurence** 06 77 94 13 48

eloquence@amicalelaique-begles.

+ 16€ d'adhésion à l'Amicale Laïque

**RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS** 

+ 16€ d'adhésion à l'Amicale Laïque

contact@amicalelaique-begles.fr

**Emmanuel** 06 70 23 02 90

15 rue Eloi

15 rue Eloi 33130 Bègles

TARIFS 20€/an

33130 Bègles

UN RDV POUR DÉVELOPPER ET ASSUMER TON PANACHE À L'ORAL, CE QU'ON APPELLE L'ÉLOQUENCE.

UTILE POUR LA VIE SCOLAIRE ET LA VIE TOUT COURT, POUR LES TIMIDES QUI N' EN PENSENT PAS MOINS ET LES JOYEUX FOUS DE LA TCHATCHE, 9 RENDEZ-VOUS D'UN JOUR POUR RÉFLÉCHIR ENSEMBLE À SES VALEURS ET SES IDÉES CLÉ, JOUER À LES DÉFENDRE EN SOLO ET DUO FACE AUX AUTRES, GAGNER LE PLAISIR D'ÊTRE ÉCOUTÉ.E ET DE PERSUADER TON PUBLIC!

**POUR QUI ?** Collégiens et Lycéens QUAND? 1 samedi par mois d'octobre à juin. Stages pendant les vacances scolaires.

**CLUB JULES VERNE** 

ATELIER D'IMAGINAIRE ORGANISÉ AUTOUR DE RÉCITS

DE VOYAGES, EXPLORATIONS, MYSTÈRES, UNIVERS

IMAGINAIRES ET FANTASTIQUES... L'IMMERSION EST

FAVORISÉE: VIDÉO-PROJECTION, MUSIQUE D'AMBIANCE,

APPROCHE LUDIQUE... L'ENFANT DEVIENT ACTEUR DE

SON ATELIER ET EST TOUJOURS APPELÉ À IMAGINER

PAR LUI-MÊME - SUITE DE L'HISTOIRE, FIN DIFFÉRENTE,

UNIVERS PERSONNEL, LIVRE QU'IL POURRAIT ÉCRIRE...

## les loisirs,

6820

**ABRACADA-**

ACTIVITÉS PROPOSÉES : COUTURE, RÉALISATION DE VÊTEMENTS, TRANSFORMATION DE VÊTEMENTS, DÉCORATION D'INTÉRIEUR (RIDEAU, HOUSSE...) CONNAÎTRE LA MACHINE À COUDRE, BOBINAGE DE LA MACHINE, ENFILAGE, RÉGLER LA TENSION DES FILS. APPRENDRE LES BASES OU SE PERFECTIONNER.

POUR QUI? Adultes.

Lundi | 9h-12h | 14h-17h Vendredi | 10h-13h 1 Samedi/mois | 10h-16h

NOUVEAUTÉ: Atelier couture à thème enfant pendant les vacances scolaires (8-15 ans)

## • Salle Chauvin

L'AMICALE LAÏQUE A POUR BUT DE PROTÉGER ET

PROMOUVOIR L'ÉCOLE LAÏQUE, D'EN FAVORISER

LE RECRUTEMENT, D'AIDER À LA FRÉQUENTATION

RÉGULIÈRE DES CLASSES, DE CRÉER ET D'AIDER

LA CRÉATION DE TOUTES ŒUVRES SCOLAIRES ET

Le festival de théâtre

Abracadabrantesque,

né à l'initiative de

l'école Langevin en

2000 puis porté par

l'Amicale Laïque, a

su, au fil des années,

autour de l'éducation

auprès des enfants de

au spectacle vivant

Il rassemble toutes les

écoles élémentaires et

maternelles publiques de la

sensibiliser et mobiliser

PÉRI-SCOLAIRES AYANT POUR BUT SA PROSPÉRITÉ.

ville autour de l'objectif

commun d'amener leurs

élèves à la découverte du

jeune public de qualité, un

véritable challenge et une

belle aventure collective

Contact: Bruno Beziade

abracadabrantesque@

amicalelaique-begles.fr

Une programmation

pour les enfants.

théâtre.

15 rue Eloi 33130 Bègles

couture@amicalelaique-begles.fr Martine 06 61 20 10 28 Sonia 06 74 01 98 40

· 4 Enfants

Atelier de l'APB

3 rue de Lauriol

33130 Bègles

1 cours/semaine | 250€/an

2 cours/semaine | 400€/an

Atelier 1samedi/mois | 220€/an + 16€ d'adhésion à l'Amicale Laïque

<sup>1</sup> Découvertes et perfectionnement des techniques et de peinture <sup>2</sup> Peinture acrylique et aquarelle

des techniques sèches en dessin

apb@amicalelaique-begles.fr

Tarifs Bèglais et non Bèglais

+ 16€ d'adhésion à l'Amicale Laïque

TARIFS Enfants | 300€/an

Joëlle 06 27 80 40 38

Adultes | 420€/an

EMENTS & INSCRIPTIONS

# ARTISTES PLASTICIENS BÉGLAIS DESSIN & PEINTURE

LIEU D'EXPRESSION ARTISTIQUE, L'ATELIER DE L' A.P.B. PROPOSE D'ABORDER DIFFÉRENTES TECHNIQUES PICTURALES: ACRYLIQUE, AQUARELLE, DESSIN, ENCRE, PASTEL, TECHNIQUES MIXTES ETC. EN INITIATION OU PERFECTIONNEMENT.

POUR QUI ? Enfants à partir de 7 ans (Découvertes et perfectionnements), Adultes, débutants ou confirmés.

Lundi | 18h-20h30 | Mardi | 9h30-12h | 2

14h30-17h | 3

17h30-19h | 4 Mercredi | 10h-12h30 | 3

> 14h-15h30 | 4 16h-17h30 | 4

17h45-20h15|1 Jeudi | 9h30-12h | 2

14h30-17h | 2

18h-20h30 | 2 Vendredi | 10h-12h30 | 3

14h30-17h | 17h45-20h7

#### · 3 Découvertes et perfectionnement **INSTRUMENTS**

BATTERIE Dès 7 ans

**GUITARE** Dès 7 ans

BASSE Dès 7 ans

**CHANT** Dès 7 ans

**CLAVIER** Dès 7 ans SAXOPHONE Dès 7 ans

ACCORDÉON Dès 7 ans

**DANSE ORIENTALE** Dès 6 ans

DANSE HIP HOP Dès 7 ans

## **CROSS DES ÉCOLES**

Ce rassemblement emblématique au Parc Mussonville est l'occasion pour l'ensemble des écoliers Bèglais de se retrouver pour s'encourager, se soutenir et s'applaudir. Fédérateur, le cross des écoles organisé en partenariat avec la ville de Bègles est la démonstration d'une ferveur au sein de l'éducation populaire.

## **TEMPS D'ACCEUIL PÉRISCOLAIRE (TAP)**

Activités de découverte et d'enrichissement culturel de qualité lors de la pause méridienne au sein des écoles publiques de Bègles



De quoi faire vibrer tout le

La fête ne serait pas

animations et stands

complète sans ses jeux,

stade Moga!

restauration.

Sophie Founaud

actionsecole@

et Valérie Caplanne

amicalelaique-begles.fr

Contact:

**FÊTE DES** 

**PUBLIQUES** 

**ÉCOLES** 

C'est un événement

et en famille, haut en

couleurs et en sourires.

Le point d'orque, c'est

l'immense chorale, toutes

chantant à l'unisson pour

leurs parents tout ouïe.

classes et âges confondus,

incontournable pour clore

l'année scolaire en musique

DEPUIS PLUS DE 30 ANS, LARSENE EST UN LIEU INCONTOURNABLE DES MUSIQUES AMPLIFIÉES. IL ACCUEILLE DANS SES LOCAUX, SITUÉS AU CœUR DU QUARTIER DES TERRES NEUVES, UNE ÉCOLE DES

MUSIQUES ÉLECTRIQUES, DES ATELIERS DANSÉS, UNE RÉGIE RÉPÉTITIONS ET DES ATELIERS AUTOUR DES CULTURES URBAINES.

LES ADHÉRENT.E.S PARTICIPENT TOUTE L'ANNÉE À LA DYNAMIQUE DE LA SECTION : SOIRÉES CONCERTS, SPECTACLES, RENCONTRES MUSICALES OU DANSÉES, SEMAINES THÉMATIQUES, PROJETS MENÉS AVEC LES HABITANT.E.S ET LES DIFFÉRENTS ACTEUR.TRICE.S DES TERRES NEUVES ET DE BÈGLES..

#### **EVEIL** & DÉCOUVERTE

**ÉVEIL MUSICAL & DANSÉ** De 4 à 6 ans | Voix, danse et rythme

LES ATELIERS BIDOUILLAGES **MULTI-INSTRUMENTS** Dès 6 ans Atelier Multi-Instruments / Créatif / Ludique

#### **PRATIQUES COLLECTIVES**

ATELIER IMPRO JAZZ & FUNK Dès 12 ans

**BATUCADA** Adultes

ATELIER JEU EN GROUPE > 1 an de pratique

ATELIER CULTURES URBAINES

CHORALE ROCK

**RYTHME & PERCUSSIONS** 

Adultes, ados & enfants dès 7 ans

Bât. 35 Rue des Terres Neuves Entrée rue Django Reinhardt 33130 Bègles

**RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS** larsene@amicalelaique-begles.fr www.docteurlarsene.com

**Accueil** 05 56 85 25 01

## **THÉÂTRE**

POUR QUI? 8-11 ans

QUAND? Mardi | 17h-19h

LA SECTION THÉÂTRE COMPOSÉE DE PROFESSIONNELS PROPOSE DES ATELIERS DE THÉÂTRE OUVERTS À TOU.TE.S AVEC CRÉATION DE SPECTACLE.

NOUVEAUTÉ: Stage de théâtre et de clown. POUR QUI? Enfants dès 7 ans et adultes. QUAND? Lundi | 16h15-17h45 | 6-8 ans

18h-19h30 | Ados 20h30-22h30 | Adultes Mardi | 16h15-17h45 | 8-11 ans 18h-19h30 | Ados

Mercredi | 13h30-15h | 8-11 ans 15h30-17h | 8-11 ans 17h-18h30 | Ados



**RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS** Enfants et ados | 300€/an

SUIVANT LE BOIS UTILISÉ POUR LES FUSEAUX, LE SON CHANGE, MAIS LA PARTITION SERA TOUJOURS LA MÊME, LA DENTELLE NAITRA DE CE CHANT, QUELQUES SOIT LE FIL, LA TECHNIQUE. LA DENTELLE EST UNE GRANDE VOYAGEUSE, TOUS LES PAYS DU MONDE ONT LEURS CARREAUX, LEURS CARTONS, LEURS FUSEAUX. À VOS VALISES!

POUR QUI? Adultes. QUAND? Vendredi | 14h-17h 2 Samedis/mois

 Salle Chauvin 15 rue Eloi 33130 Bègles

dentelle@amicalelaique-begles.fr **Sylvie** 06 95 06 76 64

TARIFS 90€/an + 16€ d'adhésion à l'Amicale Laïque

TCT: COMPÉTITION BORDELAISE NINTENDO DEPUIS 2008 SWGA: JEUX DE COMBAT DEPUIS 2004

POUR QUI ? Jeunes à partir de 12 ans (12-16 ans présence d'un responsable légal obligatoire) & Adultes.

QUAND?? TCT: Vendredi | 19h + Tournois & sessions SWGA: 1er dimanche du mois (20€/an)

TARIFS 20€/an TCT SWGA + 16€ d'adhésion à l'Amicale Laïque

 Salle Chauvin 15 rue Eloi 33130 Bègles Salle Delteil (tournois) Rue du 11 novembre 33130 Bègles

**RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS** esport@amicalelaique-begles.fr TCT: Noémie

SWGA: Cloé 06 41 87 21 06

tagazooclubtalence@gmail.com



COUES

THE THE

S)

ALL CALLES

S







ASSOCIATION D'É DYCATION POPULAIRE LAÏCITÉ, CITOYENNETÉ ET ENGAGEMENT BÉNÉVOLE

## **ÉVEIL & INITIATION DANSE**

MAXIME ACCUEILLE LES ENFANTS DE 4 À 8 ANS. 4-6 ANS : L'ÉVEIL PERMET LA DÉCOUVERTE DE SON CORPS, L'EXPRESSION CORPORELLE ET LE DÉVELOPPEMENT DU SENS CRÉATIF GRÂCE À DES EXERCICES LUDIQUES, AMUSANTS ET IMAGÉS. 7-8 ANS : L'INITIATION PERMET DE POURSUIVRE LE

TRONC COMMUN DE DÉCOUVERTE, QUI TE PERMETTRA DE CHOISIR UNE DISCIPLINE À PARTIR DE 8 ANS (CLASSIQUE OU MODERNE). C'EST UNE PHASE D'APPRENTISSAGE SERVANT DE SOCLE À TOUTE FORME DE DANSE.

DANSE CONTEMPORAINE

MAXIME VOUS EMMÈNE DANS UNE DANSE CRÉATIVE

MÊLANT IMPROVISATION, LIEN AU CORPS ET AU

MOUVEMENT. C'EST LE RAPPORT DU DANSEUR OU DE LA

DANSEUSE AU SOL ET À L'ESPACE, TOUT EN RACONTANT

QUAND? Jeudi | 20h15-21h45 | Adultes avancés

POUR QUI? Enfants de 4 à 8 ans. QUAND? Eveil à la danse (4-6 ans) Mercredi | 15h-16h 1 Initiation à la danse (7-8 ans) Mardi | 16h15-17h15 Mercredi | 16h-17h Jeudi | 16h15-17h15<sup>2</sup>

· 1 Salle Chauvin 15 rue Eloi 33130 Bègles · <sup>2</sup>Complexe Langevin salle n°5 129bis rue de Lauriol 33130 Bègles **RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS** danse.classique@amicalelaique-begles.fr **Maxime** 06 70 99 96 93

**TARIFS** Tarifs Éveil | 263€/an Initiation 272€/an

Complexe Langevin

129bis rue de Lauriol

Maxime 06 70 99 96 93

**TARIFS** 1h30 | 332€/an

33130 Bègles

Ecole Sembat

33130 Bègles

Maïté 06 32 90 56 82

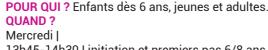
begles.fr

+ 16€ d'adhésion à l'Amicale Laïque

**RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS** 

danse.contemporaine@amicalelaique-

+ 16€ d'adhésion à l'Amicale Laïque



ARTISTIQUE ET POÉTIQUE HARMONIEUX.

**DANSE CLASSIQUE** 

L'ACADÉMISME, PUIS DES DEMIES-POINTES AUX

POINTES, LA DANSE CLASSIQUE VOUS EMMÈNE VERS

LA PRÉCISION DU GESTE ET LA POÉSIE DU CORPS.

LE PLAISIR DU MOUVEMENT PEUT S'ASSOCIER À

L'ENGAGEMENT PHYSIQUE ET CRÉER UN LANGAGE

DES PREMIERS PAS EN DANSE À LA RECHERCHE DE LIEU

13h45-14h30 | initiation et premiers pas 6/8 ans 14h30-16h30 | Confirmé.e.s + pointes 16h30-18h I Intermédiaires 18h-19h | Débutant.e.s Vendredi | 17h30-19h | Moyens 19h-20h30 | Adultes

danse.classique@amicalelaique-begles.fr Marie-Laure 06 45 09 32 91 Moyen, intermédiaires, confirmé.e.s et adultes | 332€/an Initiation et déutant.e.s | 272€/an

**RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS** 

+ 16€ d'adhésion à l'Amicale Laïque

Complexe Langevin salle n°5

129bis rue de Lauriol

33130 Bègles



#### DANSE MODERN JAZZ

LE MODERN'JAZZ EST UNE DANSE SOLAIRE ET RYTHMIQUE REMPLIE D'ACCENTS ET D'IMPACTS. MAXIME VOUS INVITE À DANSER SUR DES MUSIQUES ACTUELLES ET RYTHMÉES.

POUR QUI ? Enfants dès 8 ans, jeunes et adultes. QUAND?

18h30-20h | Ados 20h-21h45 | Adultes avancé.e.s 18h45-20h15 | Adultes débutants

· Complexe Langevin 129bis rue de Lauriol 33130 Bègles

TARIFS 332€/an

Maxime 06 70 99 96 93

+ 16€ d'adhésion à l'Amicale Laïque

# LIEU

Mardi | 17h15-18h30 | Enfants

Jeudi | 17h30-18h45 | Ados

## **RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS** modern.jazz@amicalelaique-begles.fr

# DANSES

## **LINDY HOP**

UN PROPOS.

POUR QUI? Adultes.

VENEZ DÉCOUVRIR LA MAGIE DU BOUNCE ET DE LA CONNEXION DANS CETTE DANSE DE COUPLE JOYEUSE ET REBONDISSANTE! SUIVIE D'UNE PRATIQUE LIBRE POUR DÉFOULER NOS GUIBOLES ET S'AMUSER JUSQU'À ÉPUISEMENT!

POUR QUI? Adultes. Tous niveaux. **QUAND?** Mardi | 19h-22h

## **KIZOMBA**

PISTES DE DANSE!

QUAND?

LA KIZOMBA EST UN GENRE MUSICAL ET UNE DANSE LIEU DE COUPLE, D'ORIGINE ANGOLAISE, ELLE EST EN TRAIN DE CONQUÉRIR LE MONDE COMME UNE MUSIQUE ROMANTIQUE QUI CARESSE L'OREILLE ET DANSE SUPER-SENSUELLE QUI CAPTIVE L'ÂME.

**NOUVEAUTÉ**: Atelier enfants. POUR QUI? Adultes. QUAND? Mardi | 20h30-22h30 | Kizomba débutants

DANSES FESTIVES PAR EXCELLENCE, LA SALSA ET LA

BACHATA VOUS EMBARQUENT DANS DEUX UNIVERS

CHALEUREUX ET ÉNERGIQUES. VENEZ PARTAGER UN

MOMENT JOYEUX TOUT EN APPRENANT LES BASES

TECHNIQUES POUR POUVOIR VOUS AMUSER SUR LES

QUEL QUE SOIT VOTRE ÂGE, VOTRE PARCOURS, VOTRE

PLAT PRÉFÉRÉ, IL SUFFIT D'AVOIR L'ENVIE ET D'OSER SE

LANCER DANS L'AVENTURE AVEC MARJORIE ET FAEZ!

POUR QUI? Adultes. Tous niveaux.

21h-22h30 | Bachata

Mercredi | 19h30-21h | Salsa

SALSA BACHATA

#### Couple | 350€/an + 16€ d'adhésion à l'Amicale Laïque

TARIFS 1 personne | 190€/an

Rue Yvonne et Robert Noutary

**RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS** 

danses.salon@amicalelaique-begles.fr

 Salle Chauvin 15 rue Eloi 33130 Bègles **RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS** 

kizomba@amicalelaique-begles.fr Maité 06 32 90 56 82 TARIFS 260€/an

+ 16€ d'adhésion à l'Amicale Laïque

**RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS** 

+ 16€ d'adhésion à l'Amicale Laïque

salsa@amicalelaique-begles.fr

## **DANSES DE SOCIÉTÉ**

LES DANSES DE SALON OU DANSES DE SOCIÉTÉ ONT DES ORIGINES MULTIPLES, DIVERSES ET CROISÉES. DESTINÉES AU COUPLE DE DANSE, ELLES SONT

REGROUPÉES AUJOURD'HUI EN 10 DANSES: 5 LATINO-AMÉRICAINES | CHA-CHA-CHA, RUMBA, SAMBA, ROCK (JIVE) ET PASO-DOBLE. 5 STANDARDS | VALSE ANGLAISE, VALSE VIENNOISE,

POUR QUI? Adultes. Tous niveaux.

TANGO, QUICK-STEP ET SLOW-FOX.

Mardi | 19h30-20h30 | Débutants 20h30-21h30 | Intermédiaires LIEUX

· Salle Delteil Rue du 11 novembre 33130 Bègles **RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS** danses.salon@amicalelaigue-begles.fr Maïté 06 32 90 56 82

**TARIFS** 1 personne | 190€/an Couple | 350€/an

+ 16€ d'adhésion à l'Amicale Laïque

## **DANSES BRÉSILIENNES**

MARCELO CHAGAS VOUS EMMÈNE DANS SON UNIVERS EN VOUS PROPOSANT DES COURS D'APPRENTISSAGE AUX DIFFÉRENTES DANSES BRÉSILIENNES (SAMBA DE GAFEIRA ET FORRO)

**NOUVEAU**: Zouk Brésilien POUR QUI? Tous publics. Tous niveaux. QUAND? Mercredi | 19h30-20h30 | Forro 1

20h30-21h30 | Samba Gafiera 1 Vendredi | 20h-21h30 | Zouk Brésilien 2

NOUVEAU

LA SOPHROLOGIE EST UNE MÉTHODE PSYCHOCORPO-

RELLE BASÉE SUR LA RELAXATION ET LA RESPIRATION

QUI VISE À HARMONISER LE CORPS, L'ESPRIT, LES ÉMO-

TIONS. ELLE PERMET D'ÉVACUER TENSIONS, ANXIÉTÉ,

PEURS EN NOUS REMETTANT EN CONTACT AVEC NOS

**SOPHROLOGIE** 

· 1 Salle Chauvin 15 rue Eloi 33130 Bègles · <sup>2</sup> Ecole Sembat Rue Yvonne et Robert Noutary 33130 Bègles **RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS** 

contact@amicalelaique-begles.fr Maîté 06 32 90 56 82

TARIFS 190€/an / Couple | 350€/an + 16€ d'adhésion à l'Amicale Laïque

## **ULTIMATE FRISBEF**

L'ULTIMATE EST UN SPORT D'ÉQUIPE OÙ LE DISQUE VOLANT REMPLACE UN BALLON. SUR UN TERRAIN AUX DIMENSIONS PROCHES DE CELLES D'UN TERRAIN DE FOOT, LES ÉQUIPES MARQUENT DES POINTS QUAND ELLES ATTRAPENT LE DISQUE DANS LA ZONE D'EN-BUT.

POUR QUI? Adultes et enfants. Tous niveaux.

Lundi | 19h-22h | Adultes et + de 14 ans <sup>2</sup> Mardi | 18h-20h | Enfants 2 Jeudi | 19h-21h30 | Adultes et + de 14 ans | Compétition

NOUVEAU : créneaux féminins et mixtes Samedi | 10h-12h | 5-20 ans 1

## **BADMINTON**

LE BADMINTON EST UN SPORT DE RAQUETTE QUI SE JOUE AVEC UN VOLANT EN LOISIRS OU EN COMPÉTITION. LES ADHÉRENT.E.S PEUVENT S'INITIER ET PROGRESSER DANS LA PRATIQUE DU VOLANT.

POUR QUI ? Adultes : loisir et compétition Jeunes : école de badminton (11-17 ans)

Lundi | 18h-20h30 | Jeu Libre | Adultes et jeunes compétiteurs Mardi | 20h15-22h30 | Jeu Libre | Entraînement / interclub / adultes Mercredi | 19h30-22h | Jeu Libre | Adultes et jeunes compétiteurs Jeudi | 18h15-20h20 | Jeu Libre | Adultes et tous nos jeunes 2 Vendredi | 17h30-19h | Ecole de Badminton

pour les jeunes 1 Samedi | 14h-17h | Jeu Libre | Adultes et jeunes compétiteurs Dimanche | 10h-12h | Jeu Libre | Adultes et jeunes compétiteurs

## TIR À L'ARC

LA SECTION TIR À L'ARC A ÉTÉ CRÉÉE EN 1988. DEPUIS, ELLE NE CESSE D'ÉVOLUER ET REGROUPE DES PASSIONNÉS DE LA DISCIPLINE. L'ÉTAT D'ESPRIT DE LA SECTION EN UNE PHRASE : « LOISIR ET COMPÉTITION, **UNE PASSION »** 

POUR QUI? A partir de 8 ans. QUAND?

Lundi | 20h30-22h30 | Adultes confirmés Mardi | 20h30-22h30 | Adultes débutants Mercredi | 17h-19h30 | Jeunes Vendredi | 20h30-22h30 | Entraînement libre Samedi | 10h-12h | Entraînement libre

LIEUX

· 1 Stade Duhourquet

Av. Pierre Mendès France

· 2 Plaine de sports (stade Haut Verduc)

**RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS** 

ultimate@amicalelaique-begles.fr

http://ultimatebegles.blogspot.com/

+ 16€ d'adhésion à l'Amicale Laïque

+ licence fédérale (entre 35€ et 60€)

· ¹ Gymnase Pablo Neruda

1 chemin de Mussonville

**Avenue Danielle Mitterand** 

**RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS** 

badminton@amicalelaique-begles.fr

Réduction de 15€ - étudiants,

+ 16€ d'adhésion à l'Amicale Laïque

**TARIFS** Compétiteurs 145€/an

· <sup>2</sup> Lycée Vaclav Havel

www.badabegles.fr

33130 Bègles

33130 Bègles

Loisir 110€/an

Jeunes 100€/an

demandeurs d'emplois

rue Marcel Sembat

**Loïc** 06.64.17.00.80

TARIFS 34€/an

33130 Bègles

33130 Bègles

• Plaine de sports (à partir d'avril) Av. Pierre Mendès France 33130 Bègles • Gymnase Pablo Neruda

1 chemin de Mussonville 33130 Bègles **RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS** tiralarc@amicalelaique-begles.fr David 06 80 37 88 45

TARIFS 90€/an + Prix de la licence + 16€ d'adhésion à l'Amicale Laïque

# **CAPOEIRA**

VENEZ DÉCOUVRIR LA CAPOEIRA QUI EST PLUS QU'UN SPORT : DANSE, MUSIQUE, ACROBATIES & CHANT TRANSFORMENT CET ART MARTIAL EN JEU. MARQUÉE PAR SON HISTOIRE, SES ORIGINES ET SES COMBATS, LA CAPOEIRA VÉHICULE UNE ÉNERGIE ET UNE PHILOSOPHIE.

POUR QUI? A partir de 8 ans. QUAND? Lundi | 17h-18h | Enfants 2 Jeudi | 20h15-21h45 | Adultes/Ados 1 15 rue Eloi

33130 Bègles <sup>2</sup>Complexe Langevin

129bis rue de Lauriol 33130 Bègles **RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS** capoeira@amicalelaique-begles.fr

**Léa** 06 47 33 51 08 TARIFS Adultes | 270€/an Enfants | 230€/an

+ 16€ d'adhésion à l'Amicale Laïque

#### TANGO ARGENTIN

LE TANGO, NÉ DANS LES FAUBOURGS DE BUENOS AIRES. EST UNE DANSE D'IMPROVISATION BASÉE SUR LA MUSICALITÉ, LE CONTACT, LA MARCHE ET LA CRÉATIVITÉ MENANT À L'INTERPRÉTATION.

POUR QUI? Adultes. Tous niveaux. QUAND? Mardi | 21h30-22h30

## **DANSE SÉVILLANE**

LA «SEVILLANA» EST UNE DANSE POPULAIRE ESPAGNOLE ORIGINAIRE DE SÉVILLE, QUI SE DANSE À DEUX, À UN OU PLUSIEURS COUPLES, EN CERCLE OU EN GROUPE. CETTE DANSE TRADUIT À LA FOIS L'APPROCHE, L'AFFRONTEMENT, LA FUITE ET L'AMOUR. ELLE EST EXÉCUTÉE SUR UNE MÉLODIE CHANTÉE.

POUR QUI? Jeunes et adultes. **QUAND?** Lundi | 18h-19h | Initié.e.s 19h-20h | Débutant.e.s

DANS LE GLAMOUR ET L'ÉLÉGANCE.

BURLESQUE!

POUR QUI? Adultes.

QUAND ? Lundi | 20h30-22h

Salle Delteil

LIEU

**TARIFS** 

Salle Delteil

33130 Bègles

Rue du 11 novembre

Maïté 06 32 90 56 82

1 personne | 190€/an

Couple | 350€/an

Rue du 11 novembre 33130 Bègles **RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS** tango@amicalelaigue-begles.fr Maïté 06 32 90 56 82

**TARIFS** 1 personne | 220€/an Couple | 380€/an

+ 16€ d'adhésion à l'Amicale Laïque

 Complexe Langevin 129bis rue de Lauriol 33130 Bègles

**RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS** danse.sevillane@amicalelaique-begles.fr **Pedrina** 06 01 94 66 29

+ 16€ d'adhésion à l'Amicale Laïque

**RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS** 

mburlesque@amicalelaique-begles.fr

+ 16€ d'adhésion à l'Amicale Laïque

TARIFS 250€/an

## **YOGA**

LE YOGA DE L'ÉNERGIE ET LE YOGA DE MADRAS SONT DEUX APPROCHES PÉDAGOGIQUES DU HATHA-YOGA QUI

POUR QUI ? Adolescents et Adultes.

Lundi | 19h-20h | Relaxation-Méditation 1 Mardi | 19h30-20h45 | Yoga-Méditation <sup>2</sup> Mercredi | 8h45-10h15 | Yoga du matin 1 20h-21h15 | Yoga 2

12h15-13h30 18h30-20h | Yoga 1 endredi | 8h45-10h | Yoga de Madras 1

<sup>1</sup> Salle Chauvin

15 rue Eloi 33130 Bègles

**LIEUX** 

• Salle Chauvin

33130 Bègles

33130 Bègles

Complexe Langevin

129bis rue de Lauriol

**RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS** 

sophrologie@amicalelaigue-begles.fr

+ 16€ d'adhésion à l'Amicale Laïque

15 rue Eloi

· <sup>2</sup> Ecole Ferdinand Buisson

101 rue Ferdinand Buisson

33130 Bègles **RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS** yoga@amicalelaique-begles.fr

TARIFS 243€/an Tarif Réduit | 153€ Séniors | 195€/an

+ 16€ d'adhésion à l'Amicale Laïque

AU FIL DES SÉANCES, VOTRE CORPS SE RÉÉQUILIBRE MUSCULAIREMENT TOUT EN TRAVAILLANT SUR LA SOUPLESSE. LA SANGLE ABDOMINALE PROFONDE, LE PÉRINÉE ET LES MUSCLES DU DOS SE RENFORCENT. VOUS AMÉLIOREZ VOS CAPACITÉS RESPIRATOIRES ET VOUS AMÉLIOREZ VOTRE COORDINATION ET VOTRE CONCENTRATION MENTALE.

NOUVEAUTÉ: nouveaux créneaux famille (à partir de 7 ans) le mercredi de 14h à 15h **POUR QUI?** Adultes, Seniors

Mardi | 12h30-13h30 | Intermédiaires 1 14h-15h | Débutants

Mercredi | 10h30-11h30 | Débutants 1

NOUVEAU

**QUAND?** 

18h30-19h30 | Intermédiaires <sup>2</sup> 19h35-20h35 | Cardio Fit Pilates 2

> 12h30-13h30 | Cardio Fit Pilates 14h-15h | Famille 17h-18h | Intermédiaires

18h05-19h05 | Débutants

15 rue Eloi 33130 Bègles · <sup>2</sup> Ecole Sembat

· ¹ Salle Chauvin

33130 Bègles

pilates@amicalelaique-begles.fr Sara 06 69 34 81 93 TARIFS 280€/an

RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS

Rue Yvonne et Robert Noutary

Forfait 2 séances par semaine 480€/an + 16€ d'adhésion à l'Amicale Laïque



## **QI GONG**

PARTIE IMPORTANTE DE LA MÉDECINE TRADITIONNELLE CHINOISE (MTC) LE QI GONG S'ADRESSE À TOUS. LES DIFFÉRENTS QI GONG PROPOSÉS SONT COMPARABLES À UNE GYMNASTIQUE DOUCE INCLUANT LES GRANDS PRINCIPES SPÉCIFIQUES À LA MTC.

Mercredi | 18h-19h

#### TAI CHI CHUAN

ART MARTIAL INTERNE, LA BOXE DU TAI CHI, S'ADRESSE À TOU.TE.S, IL N'EXIGE PAS DE FORCE SPÉCIALE ET SES TECHNIQUES S'ADAPTENT AUX POSSIBILITÉS DE CHACUN.

ON PEUT LE PRATIQUER, SOIT COMME UN SPORT DOUX,

#### POUR QUI? Adultes.

Lundi | 19h-20h30 | Débutant.e.s 2

LIEU • Complexe Langevin salle n°6 129bis rue de Lauriol

RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS taichi@amicalelaique-begles.fr

TARIFS 240€/an

+ 16€ d'adhésion à l'Amicale Laïque Forfait possible pour associer Taï-Chi et Qi-Gong

## LIEUX

15 rue Eloi 33130 Bègles

· <sup>2</sup> Ecole Ferdinand Buisson 101 rue Ferdinand Buisson

33130 Bègles 3 Complexe Langevin salle n°6

129bis rue de Lauriol 33130 Bègles RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS

taichi@amicalelaique-begles.fr Michelle 06 89 78 56 39

**CONFIANCE EN SOI & FÉMINITÉ** 

PENDANT 1H30, AVEC LEMPICKA SHY REDÉCOUVREZ LIEU

VOTRE CORPS EN MÊLANT DANSE MODERNE SUR TALON

INSPIRÉE DE L'UNIVERS DU CABARET ET EFFEUILLAGE.

RETROUVEZ VOTRE FÉMINITÉ GRÂCE AUX ATTITUDES

QUE NOUS TRAVAILLERONS. JOUEZ AVEC VOTRE

SENSUALITÉ ET RENOUEZ AVEC VOTRE CÔTÉ SÉDUCTEUR

CETTE ACTIVITÉ OUVERTE À TOUTES ET À TOUS VOUS

PERMETTRA DE LÂCHER PRISE ET D'APPRÉCIER VOTRE

REPRENEZ CONFIANCE EN VOUS, OSEZ LE MODERNE

Salle Chauvin

33130 Bègles

Maïté 06 32 90 56 82

TARIFS 330€/an

15 rue Eloi

#### PROPRES RESSOURCES AFIN DE LES DÉVELOPPER. S'ÉPANOUIR, S'APAISER, TROUVER L'ÉQUILIBRE, L'HAR-MONIE POUR QUI ? Lycéens, étudiants, adultes et séniors.

Lundi | 17h-18h Mardi | entre 16h et 18h (horaire à déterminer) Mercredi ou jeudi | 20h30-21h30 (jour à confirmer NOUVEAU: Atelier sophro / alimentation le vendredi après-midi.

S'ENTRECROISENT HARMONIEUSEMENT.

Jeudi | 10h30-12h | Yoga Séniors

Amicale Laïque 05 57 85 95 22

#### **Joëlle** 07 67 50 84 31 TARIFS 300€/an 490€/an pour 2 séances par semaine

## POUR QUI? Adultes.

UNE DISCIPLINE CORPORELLE AUX EFFETS CURATIFS, **OU BIEN UNE MÉDITATION EN MOUVEMENT** 

## QUAND?

Mardi | 10h-11h30 | Débutant.e.s 1 Mercredi | 19h-20h30 | Avancé.e.s 3

33130 Bègles

Michelle 06 89 78 56 39

<sup>1</sup> Salle Chauvin

TARIFS 240€/an

+ 16€ d'adhésion à l'Amicale Laïque