

LE CAPS

ANNÉE 2021-2022

POLEYMIEUX-AU-MONT-D'OR



Après une saison très perturbée par la crise sanitaire pendant laquelle de nombreuses activités ont pu se poursuivre avec des cours en visio, nous avons préparé la nouvelle saison avec optimisme.
Découvrez le programme !

Nouveau : l'association met en place une cotisation de 10€ pour une personne inscrite et 15€ pour une famille quelque soit le nombre de membres de la famille inscrits aux activités. Cette cotisation est valable quelque soit le nombre d'activités choisies par la personne inscrite. Elle n'est pas incluse dans les tarifs des activités.

Retrouvez notre programme :

- sur le site de la mairie de Poleymieux - rubrique associations - Le CAPS
- sur notre page Facebook @CAPSdePoleymieux sur laquelle vous pourrez suivre notre fil d'actualité

Venez à notre rencontre au Forum des associations dont la date sera annoncée sur notre page Facebook mais également sur Panneau Pocket.

**Au grand plaisir de vous revoir bientôt
Danièle et David**

Pour échanger avec nous : caps.poleymieux@gmail.com

ENFANTS - POUR LES MOINS DE 12 ANS



DANSE

Professeur : Perrine B.

4 A 7 ANS

LUNDI 17h-18h

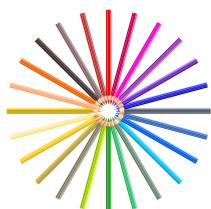
8 A 11 ANS

LUNDI 18h-19h

Lieu : Gymnase

Tarif : 160€

Prise en charge directe des enfants en périscolaire.



ATELIER CREATIF

Professeur : Hortense G.

À PARTIR DE 6 ANS

LUNDI ou MARDI ou JEUDI 17h-18h15

Lieu : Chemin des Combes

Tarif : 320€ pour 1h15 de cours sur 32 semaines

Matériel compris.

Travaux adaptés aux centres d'intérêt des enfants : ateliers papier, carton, fil, laine, tissu...

Prise en charge des enfants possible dès la sortie de l'école.



POTERIE-SCULPTURE

Professeur : Dominique S.

DE 6 A 11 ANS

MERCREDI 17h-18h

Lieu : salle Poterie (à côté de l'école)

Groupe de 6 enfants maximum

Tarif : 190€ pour 1h de cours sur 16 séances - matériel inclus.

Prise en charge directe des enfants au périscolaire.

TOUT PUBLIC

POTERIE-SCULPTURE

Professeur : Dominique S.

TOUT PUBLIC - A PARTIR DE 12 ANS

SAMEDI - 20 cours de 1h30 : planning définitif en septembre

Lieu : salle Poterie (à côté de l'école)

2 groupes de 8 personnes max. seront constitués.

Groupe 1 : 10h-11h30 Groupe 2 : 13h30-15h

Tarif : 250€ - Matériel compris.

Pour débutants ou expérimentés.





HATHA YOGA

Professeur : Carlos D.

JEUDI 20h30-22h
Lieu : Salle C. Pillonel
Tarif : 170€



DO IT YOURSELF

Professeur : Hortense G.

MARDI SOIR : horaire libre à partir de 19h30
Lieu : Chemin des Combes
Tarif : 165€ pour 20 heures, matériel compris.
Thèmes au choix : déco, scrap, encadrement, tricot, ou plus selon vos envies !



TAI CHI CHUAN

Professeur : Christine T.

SAMEDI 9h30-11h
Lieu : Gymnase
Tarif : 160€ + licence 32€
<http://www.souffletaichi-itcca.com/>
20 ateliers : planning défini en septembre.



ZUMBA

Professeur : Céline P.

MARDI 19h-20h
Lieu : Gymnase
Tarif : 210€
Des séances de renforcement musculaire associé à différentes chorégraphies rythmées



SOPHROLOGIE

Professeur : Perrine B.

LUNDI 19h-20h
Lieu : Gymnase
Tarif : une carte pour 10 séances à 100€
Gestion du stress et des émotions, sommeil de qualité, préparation à un examen, aide à la concentration



GYM DOUCE

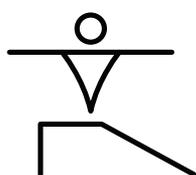
Professeur : Isabel B.

JEUDI 8h45-9h45

Lieu : Salle C. Pillonel

Tarif : 140€

Des exercices accessibles à tous pour améliorer tonus musculaire, équilibre, coordination, souplesse.



PILATES ET FITNESS

Professeur : Pascale C.

MERCREDI 19h30-20h30

Lieu : Gymnase

Tarif : 140€

Des séances associant des exercices de renforcement musculaire, cardio-training et pilates.



FOOT FAMILLE

Une activité Loisirs donnant accès au stade de football : une inscription famille (15€) à l'association Le CAPS - une caution de 80€ pour la clé.

Un règlement à partager et respecter ; des tranches horaires réservées à des catégories de pratiquants.

- **Les cours ont lieu hors vacances scolaires**
- **Les dates de début des activités seront communiquées début septembre au Forum**

Nous contacter : caps.poleymieux@gmail.com

Danièle Labatut Présidente 07 69 53 34 90

David Posner Trésorier