

“ Du sport, du bien-être  
et de la culture pour tous ! ”



[www.agja.org](http://www.agja.org)  
05 56 08 67 79

**AGJA**  
BORDEAUX  
CAUDÉRAN

© Photo réalisée par Frédéric Abramson, professeur de photographie à l'AGJA

**GUIDE 2023-24**

## 1 PRÉSENTATION DE L'AGJA

03

Portraits	03
Carte & Contacts	04
Notre histoire	06
Notre organisation	07
Agenda	09
Génération Avant-Garde	12
Nos partenaires	14

## 2 PÔLE JEUNESSE

15

Présentation du pôle jeunesse	15
Les accueils périscolaires	17
Les Pauses méridiennes	18
Les mercredis	19
Les vacances	20

## 3 SPORTS DE COMPÉTITION

21

Basket-ball - <i>5 ans et +</i>	21
Échecs - <i>5 ans et +</i>	23
Football - <i>5 ans et +</i>	24
Golf - <i>5 ans et +</i>	27
Handball - <i>6 ans et +</i>	28
Karaté Do - <i>5 ans et +</i>	29
Tennis - <i>4 ans et +</i>	30
Volley-ball - <i>8 ans et +</i>	32

## 4 SPORTS DE DÉTENTE

34

### ARTS MARTIAUX ET SPORTS DE COMBAT



Aïkido : <i>7 ans et +</i>	34
Boxe	
• Kids boxing : <i>8-15 ans</i>	35
• Fit boxe : <i>16 ans et +</i>	35
Capoeira enfant : <i>4 ans et +</i>	36
Krav Maga : <i>16 ans et +</i>	37
Shorinji Kempo : Self Défense : <i>9 ans et +</i>	38

### DANSES



Danse Afro-urbaine : <i>14 ans et +</i>	39
Danse Classique et Modern Jazz	
• Éveil et initiation à la Danse : <i>4-7 ans</i>	40
• Danse Classique : <i>8-10 ans</i>	40
• Modern Jazz : <i>8 ans et +</i>	40
Danse Country : <i>18 ans et +</i>	42
Danse Orientale : <i>16 ans et +</i>	43
Salsa Cubaine : <i>16 ans et +</i>	44
Samba : <i>5 ans et +</i>	45

## GYMNASTIQUE ET FITNESS



### Gym/Fitness

	<b>NOUVEAU</b>	46
• Gym enfant : <i>18 mois-36 mois et 3 ans-6 ans</i>		46
• Gym globale : <i>16 ans et +</i>		46
• Cuisses abdos fessiers : <i>16 ans et +</i>		47
• Gym douce : <i>16 ans et +</i>		47
• Gym tonique en GV : <i>16 ans et +</i>		47
• Mouvement et relaxation : <i>16 ans et +</i>		47
• Pilates fondamental - Niveau 1 : <i>16 ans et +</i>		47
• Pilates intermédiaire - Niveau 2 : <i>16 ans et +</i>		48
• Pilates double niveau : <i>16 ans et +</i>		48
• Renforcement musculaire : <i>16 ans et +</i>		48
• Renforcement musculaire cardio : <i>16 ans et +</i>		48
• Stretching : <i>16 ans et +</i>		49
• Zumba : <i>16 ans et +</i>		49

## ÉVEIL CORPOREL



Cirque : *4-11 ans*

**NOUVEAU**

École multisports : *6-11 ans*

50

51

## SPORT ACROBATIQUE



Double Dutch : *11 ans et +*

52

## SPORTS DE PLEIN AIR



Marche nordique : *15 ans et +*

53

Randonnées montagne / Ski de fond / Raquettes : *18 ans et +*

54

Refuge Coumély : *18 ans et +*

55

Randonnées pédestres : *18 ans et +*

56

Running : *16 ans et +*

57

Urban training : *14 ans et +*

58

## 5 BIEN-ÊTRE

# 59

Bien-être et Pleine Conscience : *18 ans et +*

59

Qi Gong : *18 ans et +*

60

Relaxation sonore : *16 ans et +*

61

Sophrologie : *18 ans et +*

62

Sport sur ordonnance / PEPS

63

Taichindo : *18 ans et +*

64

Vovinam Khi Dao : *18 ans et +*

65

### Yoga

• Yoga enfant : *4-13 ans*

66

• Kundalini yoga : *18 ans et +*

66

• Hatha yoga : *14 ans et +*

66

• Yoga postural et Iyengar : *18 ans et +*

66

• Vinyasa en musique : *14 ans et +*

67

• Yoga Nidra : *14 ans et +*

67

• Yoga Doux / Relaxation : *14 ans et +*

67

• Yoga du rire : *12 ans et +*

67

## 6 SOCIO-CULTURELLES

ACTIVITÉS ARTISTIQUES 

Art Floral : <i>18 ans et +</i>	69
Atelier BD : <i>11-16 ans</i>	70
Atelier d'écriture : <i>18 ans et +</i>	71
Arts numériques : <i>16 ans et +</i>	<b>NOUVEAU</b> 72
Calligraphie japonaise : <i>18 ans et +</i>	73
Linogravure : <i>8 ans et +</i>	<b>NOUVEAU</b> 74
Couture & aiguilles	75
• Couture : <i>18 ans et +</i>	75
• Travaux d'aiguilles : <i>18 ans et +</i>	<b>NOUVEAU</b> 75
Encadrement et cartonnage : <i>18 ans et +</i>	76
Musique	77
• Éveil musical : <i>4-5 ans</i>	77
• Formation musicale : <i>6 ans et +</i>	<b>NOUVEAU</b> 77
• Instrument et chant : : <i>5 ans et +</i>	77
• Chorale : <i>18 ans et +</i>	78
Patchwork : <i>18 ans et +</i>	79
Peinture / Dessin	80
• Peinture / Dessin enfant : <i>8-11 ans</i>	80
• Peinture / Dessin adulte : <i>16 ans et +</i>	82
Peinture sur soie : <i>18 ans et +</i>	82
Photographie : <i>16 ans et +</i>	83
Théâtre	84
• Théâtre "Classique" : <i>16 ans et +</i>	84
• Théâtre d'impro : <i>14 ans et +</i>	84

ACTIVITÉS SOCIALES ET COMMUNAUTAIRES 

Après-midi détente : <i>18 ans et +</i>	85
Bien vivre dans mon quartier : <i>60 ans et +</i>	86
Bridge	87
• Cours de Bridge : <i>9-14 ans et 18 ans et +</i>	87
• Bridge Loisir : <i>18 ans et +</i>	88
Œnologie : <i>18 ans et +</i>	89
Scrabble : <i>18 ans et +</i>	90
Sorties culturelles et conviviales : <i>18 ans et +</i>	92
Tarot : <i>18 ans et +</i>	92

LANGUES VIVANTES 

Anglais : <i>15 ans et +</i>	93
Espagnol : <i>15 ans et +</i>	94
Italien : <i>15 ans et +</i>	95
Japonais : <i>10 ans et +</i>	96
Let's play in English : <i>5-12 ans</i>	97

ENVIRONNEMENT, NATURE, SCIENCES ET TECHNOLOGIES 

Club nature : <i>6-11 ans</i>	98
Club sciences : <i>8-11 ans</i>	<b>NOUVEAU</b> 99
Cinéma : <i>18 ans et +</i>	<b>NOUVEAU</b> 100
Conférences art moderne et contemporain : <i>18 ans et +</i>	101
Généalogie : <i>18 ans et +</i>	<b>NOUVEAU</b> 102
Informatique : <i>18 ans et +</i>	103
Permaculture : <i>18 ans et +</i>	104

## DES BÉNÉVOLES VENUS DE TOUS HORIZONS

Philippe B. bénévole en tant que coordinateur sportif depuis 4 ans et membre du Bureau Directeur  
*"Vivre le PLUS de l'engagement bénévole : Plaisir, Lien, Utilité et Sens."*

Dominique M. le joker de l'AGJA, bénévole auprès de l'équipe administrative depuis 1 an  
*"Être bénévole c'est donner l'envie d'être utile et d'agir pour les autres."*

Lisette A. bénévole pour la section Patchwork depuis 7 ans et membre du Bureau du Socioculturel  
*"J'aime le dynamisme et la variété des activités proposées par l'AGJA."*

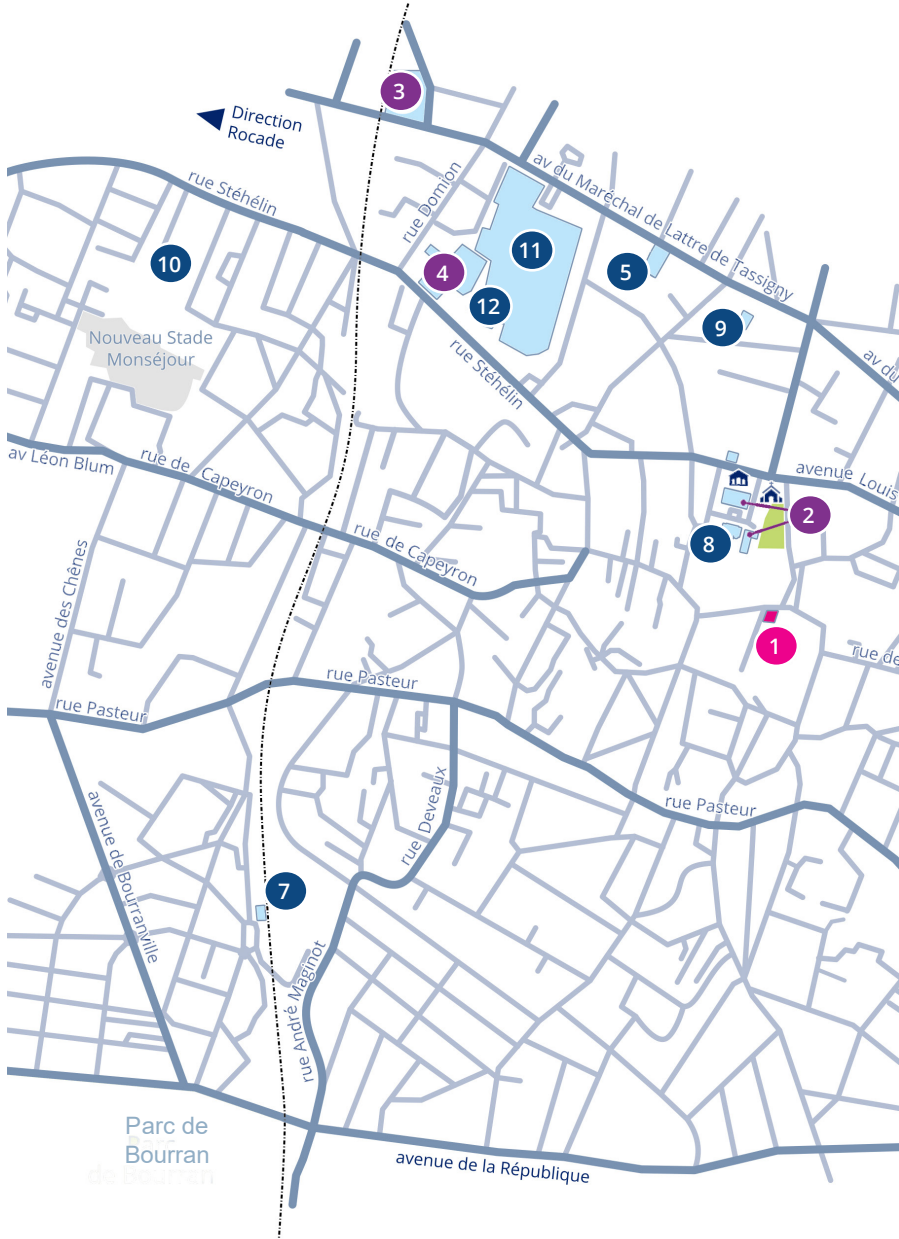
Anne D. bénévole pour les sections Bien-être depuis 1 an  
*"Cette mission à l'AGJA me redonne une place dans mon quartier de Bordeaux Caudéran."*

© Photo réalisée par Frédéric Abramson, professeur de photographie à l'AGJA

**1000 MERCI** À L'ENSEMBLE DE NOS BÉNÉVOLES qui représentent la richesse de notre association !

# Portraits

# Carte et contacts



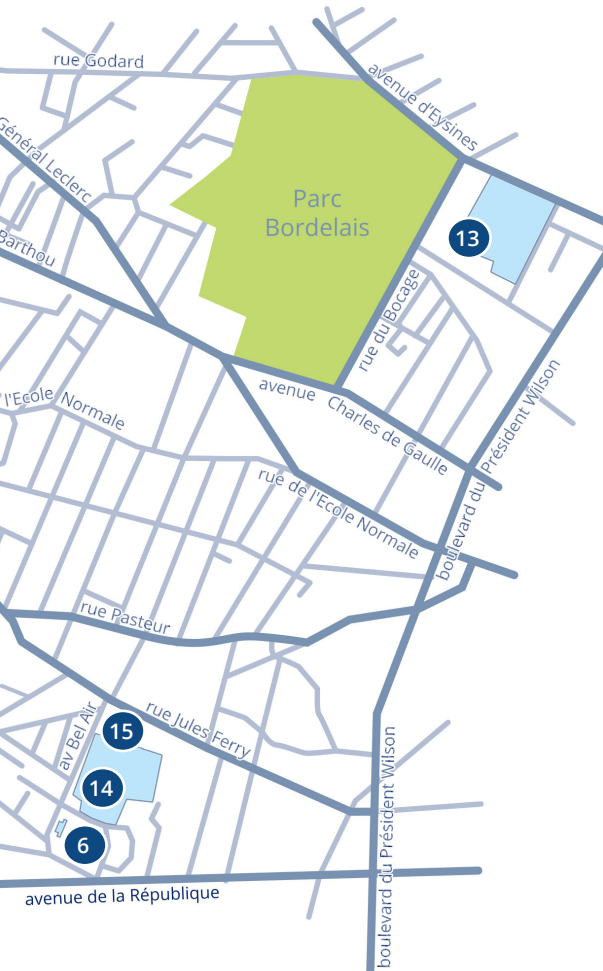
- 1 Espace Pierre Julidière**  
**Siège social AGJA**  
 8 rue Gambetta  
 Tél. : 05 56 08 67 79  
 Site internet : [www.agja.org](http://www.agja.org)  
 Email : [contact@agja.org](mailto:contact@agja.org)  
**Accueil et horaires :**  
**Lundi :** 8h45-12h30 / 15h-18h  
**Mardi :** 14h-18h  
**Mercredi :** 8h45-12h30 / 14h-18h  
**Jeudi :** 14h-18h  
**Vendredi :** 8h45-12h30 / 14h-17h

## PÔLE JEUNESSE

- 2 Écoles Paul Lapie**  
*Maternelle* - Rue Fernand Cazères  
*Élémentaire* - Place des Martyrs de la Résistance
- 3 Écoles Pins Francs**  
*Maternelle* - 2 rue Jude  
*Élémentaire* - 4 rue Jude
- 4 Écoles Stéhelin**  
*Maternelle* - 1 bis rue Domion  
*Élémentaire* - 1 rue Domion

## SPORTS, BIEN-ÊTRE ET CULTURE

- 5 Espace Philippe Rossetti**  
 232 av. du M<sup>al</sup> de Lattre de Tassigny  
 Tél. : 05 56 02 03 57
- 6 Chartreuse de Lussy**  
 10 avenue Bel Air
- 7 Espace Jean Bégarie**  
 Gare de Caudéran-Mérignac  
 76 rue Maurice Druon
- 8 Théâtre de la Pergola**  
 Rue Fernand Cazères
- 9 Chartreuse Saint-André**  
 Av. du M<sup>al</sup> de Lattre de Tassigny
- 10 Gymnase du collège Monséjour**  
 Rue Camille Saint Saëns
- 11 Complexe sportif Stéhelin**  
 298 av. du M<sup>al</sup> de Lattre de Tassigny
- 12 Club house Tennis**  
 Entrée rue Stéhelin  
 Tél. : 05 56 42 14 20
- 13 Gymnase Tivoli**  
 46 rue du Bocage
- 14 Stade Bel Air**  
 Avenue Bel Air
- 15 Gymnase Jules Ferry**  
 Rue Jules Ferry



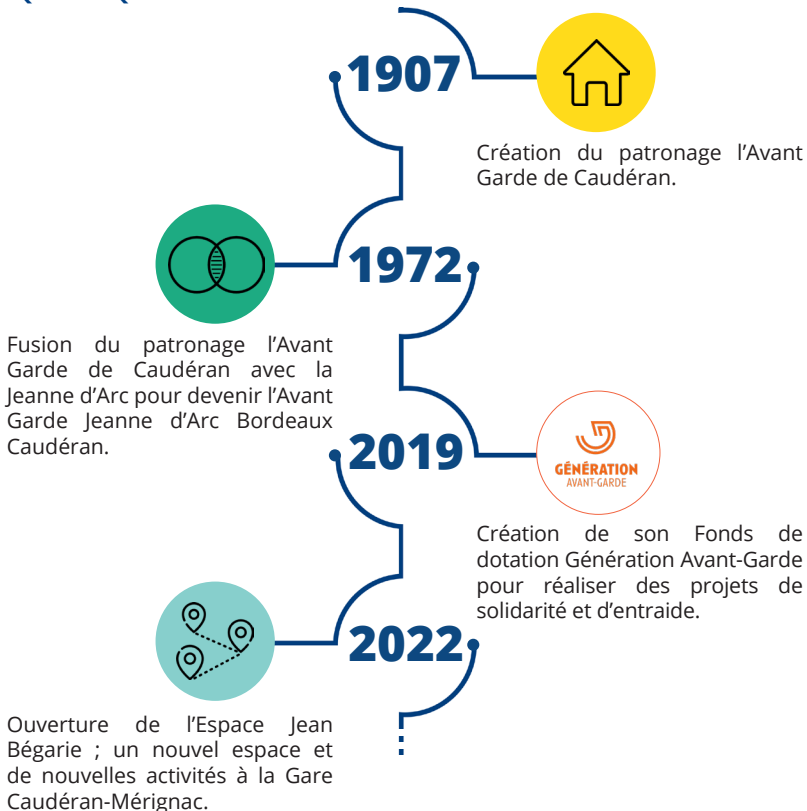
## QUI SOMMES-NOUS ?

L'AGJA est une Maison de Quartier qui a développé des initiatives afin de répondre aux besoins et attentes des habitants du quartier de Caudéran.

C'est un partenaire de la vie sportive, associative, culturelle et sociale qui réunit des personnes de toutes générations autour de valeurs communes.

Elle fonctionne depuis son origine sur les bases d'un esprit de solidarité grâce à des dirigeants bénévoles qui acceptent de donner de leur temps pour permettre au plus grand nombre, jeunes et adultes, de participer à un maximum d'activités.

## QUELQUES CHIFFRES



## NOS VALEURS



PARTAGE



ENTRAIDE



SOLIDARITE



## NOS MISSIONS

L'AGJA est une Maison de Quartier qui propose :



## ADHÉSION

Adhérer à l'association, c'est embrasser ses valeurs, la soutenir mais aussi participer aux instants forts de celle-ci.

L'adhésion est une participation financière individuelle vous permettant d'être assuré par notre compagnie. Égale pour tous, elle est obligatoire (payable chaque année, non remboursable) et vous permet d'accéder aux activités proposées.

Montant pour un adulte	35 €
Montant pour un enfant	35 €
Montant à partir du 2 <sup>ème</sup> enfant	27 €

## COTISATION

Les cotisations sont variables en fonction des activités.

Quelles qu'en soient les raisons, les cotisations ne sont pas remboursables au-delà d'un mois :

- à partir de la date de reprise de l'activité,
- à partir de la date d'inscription, pour les inscriptions en cours d'année.

Le certificat médical est obligatoire, chaque année, pour toutes nos activités sportives de loisirs qui le demandent.

## LES TITRES CESU

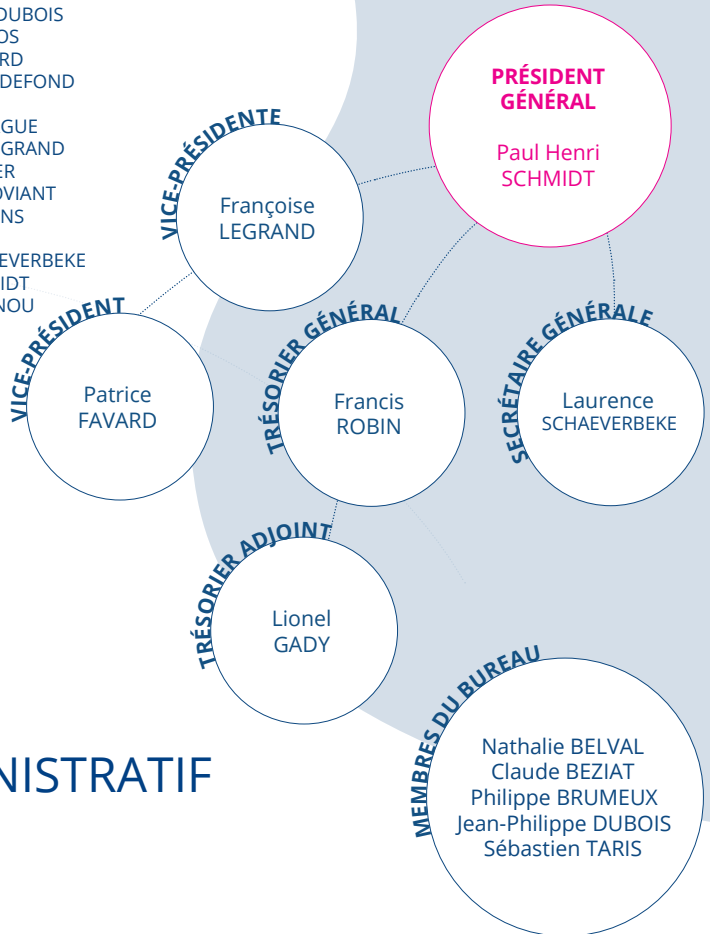
L'AGJA est affiliée au CRCESU (Centre de Remboursement du Chèque Emploi Service Universel) en tant que structure de garde d'enfants en dehors du domicile.

Dans ce cadre nous acceptons les titres CESU en règlement des accueils périscolaires et des accueils de loisirs pour les enfants de moins de 6 ans (scolarisés en maternelle) .

# COMITÉ DIRECTEUR

Emmanuelle AUBRY  
Danielle BADIE  
Nathalie BELVAL  
Claude BEZIAT  
Christian BORT  
Philippe BRUMEUX  
Fabienne COULOMBIER  
Jean-Philippe DUBOIS  
Jacques DUBOS  
Patrice FAVARD  
Hélène FROIDEFOND  
Lionel GADY  
Denis LAFARGUE  
Françoise LEGRAND  
Alain MAILLER  
Françoise NOVIANT  
Christiane PONS  
Francis ROBIN  
Laurence SCHAEVERBEKE  
Paul Henri SCHMIDT  
Jean-Marie SERRANO  
Lucien STANEK  
Sébastien TARIS  
Olivier THERON

# BUREAU DIRECTEUR



# PÔLE ADMINISTRATIF

**DIRECTION**

**Ressources Humaines :** Fatima CARRÉ

**Comptabilité :** Agnès ROBERT

**Communication :** Laure ROUX

**Responsable Pôle Jeunesse :** Christophe FAURIO

**Pôle Jeunesse :** Nathalie DUBON

**Pôle Jeunesse :** Karine BLANC

**Pôle Adhérents :** Honorata WYRWICZ-GIANETTI

**Pôle Adhérents :** Ombeline GAVEL

**Accueil :** Mathieu MOUREY

**Technique :** Aziz WAHID

## ESPACE PHILIPPE ROSSETTI

**Samedi 02 septembre 2023**

**Journée Portes Ouvertes** : renseignements et inscriptions

**Mai 2024**

**Méchoui** : repas de fin de saison

## PARC BORDELAIS

**Dimanche 17 septembre 2023**

**La Caudéranie** : concerts, animations ludiques et foodtrucks



## ESPACE JEAN BÉGARIE

**Septembre 2023**

**Nouvelles activités** : lancement de nouvelles activités

**Juin 2024**

**Journée Découverte** : découverte d'activités

## THÉÂTRE DE LA PERGOLA

**Janvier 2024**

**Spectacle Pôle Jeunesse** : spectacle enfants. Entrée libre sur réservation

# Agenda



Samedi

2

SEPTEMBRE

**PORTES OUVERTES**

**9h00-13h00**

Espace Philippe Rossetti

232 Av. du Maréchal de Lattre de Tassigny, Bordeaux Caudéran

[www.agja.org](http://www.agja.org)  
05 56 08 67 79

**AGJA**  
BORDEAUX  
CAUDÉRAN

# PARC BORDELAIS

ENTRÉE RUE CARNOT / RUE DU BOCAGE

**DIMANCHE 17 SEPTEMBRE**

**10H-17H**

# LA CAUDÉRIANIE

ACTIVITÉS SPORTIVES CULTURELLES BIEN-ÊTRE  
CONCERTS / ANIMATIONS LUDIQUES / FOODTRUCKS

**AGJA**

BORDEAUX AGJA.ORG  
CAUDÉRIAN 05 56 08 67 79

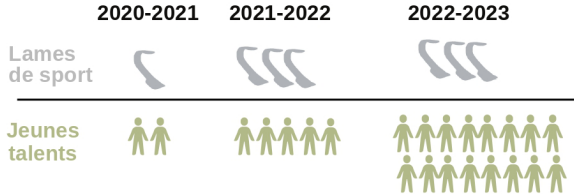


en partenariat avec la ville de Bordeaux

Le fonds de dotation d'intérêt général, créé en 2019 par l'AGJA, a pour mission de donner une chance à tous de s'accomplir par le sport et agit pour :

- encourager des jeunes talents, valides ou handicapés, dans leurs parcours sportifs pour atteindre les plus hauts niveaux
- financer des prothèses sportives, non prises en charge par la sécurité sociale, pour permettre à des personnes amputées de pratiquer un sport

### Nos soutiens depuis 2019



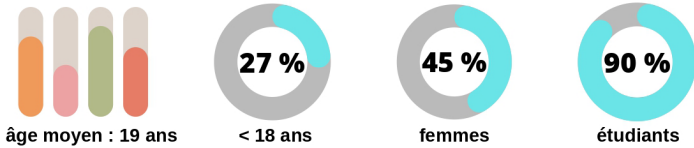
## ENCOURAGER LES JEUNES TALENTS

Certains sportifs ont un fort potentiel pour prétendre à accéder aux plus hauts niveaux dans leur talent. Mais pour progresser, ils doivent s'équiper, pratiquer, s'entraîner, participer à des compétitions et poursuivre leur éducation en parallèle. Ils nécessitent un accompagnement : médical, sportif et scolaire ou professionnel qui engendre beaucoup de frais.

**Nous les soutenons en leur attribuant des bourses pour réaliser leur parcours de vie.**

### 17 jeunes accompagnés dont 11 porteurs d'un handicap

déficience visuelle, amputation, paralysie cérébrale, paraplégie, tétraplégie, atteinte à la moelle épinière, infirmité motrice cérébrale



### 9 disciplines pratiquées



**Découvrez nos champions sur notre site internet !**



## OFFRIR DU SPORT AUX PERSONNES AMPUTÉES

Le sport est essentiel pour se reconstruire après un accident de la vie. Il favorise le bien être, l'autonomie et l'insertion sociale.

Les origines de l'amputation sont diverses : accident de la route ou agricole, maladies orphelines, maladies infectieuses, cancers, agénésies...

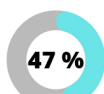
### Nos sportifs amputés sont



hommes



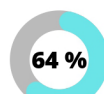
moyenne d'âge à l'amputation : 20 ans



amputation fémorale



moyenne d'âge des personnes souhaitant faire du sport : 37 ans



veulent courir

& ils rêvent de

Lame pour la course, le para tennis, le para badminton ou de pied pour le ski, le snow, le skate et le surf



### VOUS VOULEZ NOUS AIDER ?

#### DON FINANCIER

permet la réalisation de nos projets. Un reçu fiscal est émis pour bénéficier d'une réduction sur les impôts de 60% pour les sociétés et 66% pour les particuliers

#### DON DE MATÉRIEL

peut être valorisé pour bénéficier d'un reçu fiscal pour les sociétés. Nous avons besoin de lots pour nos tombolas

#### INTERNET SOLIDAIRE

A chaque recherche, vous recevez une goutte d'eau à dédier à nos projets. L'argent est reversé à hauteur des gouttes d'eau [www.lilo.org/offrez-du-sport-aux-personnes-amputees/](http://www.lilo.org/offrez-du-sport-aux-personnes-amputees/)

#### BÉNÉVOLAT

Toutes les bonnes volontés sont les bienvenues. Venez aider ponctuellement ou régulièrement, pour soutenir nos actions !

#### MÉCÉNAT DE COMPÉTENCES

Prêt de main-d'œuvre ou prestation de services donne droit à une réduction d'impôt. Peut être proposé par votre entreprise en fin de carrière.

#### CADEAU SOLIDAIRE

A offrir parmi de nombreuses enseignes sur une plateforme qui reverse un % en don sans aucun frais pour vous : [www.hool.fr/fiche-projet?id\\_projet=217](http://www.hool.fr/fiche-projet?id_projet=217)

### EN SAVOIR +

T : 05 57 22 91 38

[www.generationavantgarde.org](http://www.generationavantgarde.org)





## CARREFOUR MARKET CAUDÉRAN FERRY

172 rue Jules Ferry - 33200 Bordeaux

Tél. 05 56 02 13 13 - [www.cauderanferry.fr](http://www.cauderanferry.fr)

Par le biais de notre partenaire Carrefour Market Caudéran Ferry, les goûters pour les enfants durant les week-ends de compétition sont offerts grâce à des marques locales.



## CAUDÉRAN VISION

Opticiens de proximité - Vision Enfant - Varilux Essilor - Optique du sport  
107 avenue du Général Leclerc 33200 Bordeaux (face Casino, à côté  
pharmacie du Grand Lebrun)

Informations et Rendez-vous : Tél. 05 56 08 62 80 - [cauderanvision.fr](http://cauderanvision.fr)



## CRÉDIT MUTUEL DU SUD-OUEST

Banque solidaire

161 rue Jules Ferry - 33200 Bordeaux

Tél. 05 56 07 95 29 - [www.cmso.com](http://www.cmso.com)

## COB OSTÉOPATHIE

89 quai des Chartrons - 33000 Bordeaux

Tél. 05 56 48 04 59 - [www.cob-osteopathie.fr](http://www.cob-osteopathie.fr)



## CYBERTEK

Spécialiste en micro informatique

32 avenue J.F. Kennedy - 33700 Mérignac

Tél. 05 57 92 22 23 - [merignac.cybertek.fr](http://merignac.cybertek.fr)



## SONANCE AUDITION

Audioprothésiste - Offre adhérent : bilan gratuit et remise de  
250 € pour tout appareillage auditif jusqu'au 31/12/2023

121 rue Jules Ferry - 33200 Bordeaux

Tél. 05 25 35 62 65 - [www.sonance-audition.fr](http://www.sonance-audition.fr)



## SPONSPORT

Spécialiste en équipements sportifs

24 rue du Granit - 33600 Pessac

Tél. 05 56 68 95 35 - [www.sponsport33.com](http://www.sponsport33.com)

Guide imprimé en 4000 exemplaires - édition juillet 2023

Crédits photos : AGJA, Frédéric Abramson, Jean-François Barrière, Pexels, Pixabay, Unsplash, Visual hunt



### NOTRE MISSION

À l'AGJA, nos équipes du pôle jeunesse accueillent et accompagnent vos enfants sur les temps périscolaires, les pauses méridiennes (PAM), les mercredis et les vacances scolaires avec toujours à cœur le respect de l'enfant, de sa sécurité et de ses besoins physiologiques.

### NOTRE RAISON D'ÊTRE

- Améliorer les conditions d'accueil et d'accessibilité de vos enfants en accord avec vos besoins et ceux de vos enfants.
- Rechercher la complémentarité éducative entre la famille, l'école et les accueils de loisirs.
- Développer les savoir-être et savoir-faire de vos enfants et les impliquer dans les projets.
- Utiliser et optimiser les ressources.

### NOS OBJECTIFS



# NOS ACCUEILS, LIEUX ET HORAIRES

ÉCOLES	PUBLIC	PÉRISCOLAIRE		PAM	MERCREDIS	VACANCES*
		MATIN	SOIR			
PAUL LAPIE	Maternelle			11h30 13h30	8h-18h30	Toussaint Hiver Printemps Juillet
	Élémentaire	7h30-8h30		11h45 13h45	8h-18h30 8h-12h (sans repas) 8h-13h (avec repas)	Toussaint Hiver Juillet
PINS FRANCS	Maternelle			11h30 13h30	8h-18h	
	Élémentaire	7h30-8h30	16h30 18h30	12h-14h	8h-18h 8h-12h (sans repas) 8h-13h (avec repas)	
STÉHÉLIN	Maternelle			11h30 13h30	7h45-18h30 7h45-12h (sans repas)	Toussaint Noël Hiver Printemps Juillet- Août
	Élémentaire	7h30-8h30		11h30 13h30	7h45-18h30 7h45-12h (sans repas) 7h45-13h (avec repas)	Noël Hiver Printemps Juillet- Août

**NOTE** : le périscolaire du matin en maternelle est géré par la Mairie.

\*Les lieux d'accueils de loisirs pour les vacances sont susceptibles d'être modifiés en cours d'année selon les disponibilités des écoles.

## COMMENT INSCRIRE MON ENFANT À L'AGJA ?

### 1 INSCRIPTION EN LIGNE

À partir du 15/05



### 2 PAIEMENT DES INSCRIPTIONS

Mercredis et vacances



Après avoir créé votre compte sur l'Espace Famille, vous devez renseigner les informations et télécharger les pièces demandées. En cas de difficultés, vous pouvez vous rendre au siège de l'AGJA.

#### Modes de paiement :

- En ligne sur l'Espace Famille (CB)
- Au siège de l'AGJA (chèque, CB, espèces, CESU pour les maternelles uniquement)

#### ADHÉSION 2023-24

Période du 01/07/23 au 30/06/24



35 € pour le 1<sup>er</sup> enfant puis 27 € par enfant supplémentaire. L'adhésion sera exigible fin 2023 pour les inscriptions des mercredis et des vacances (si elle n'a pas déjà été réglée dans le cadre d'une activité sportive ou culturelle de l'AGJA).

**NOTE** : les Tarifs sont établis par la ville de Bordeaux et définis par le quotient familial.

## ACCUEILS PÉRISCOLAIRES

Les accueils périscolaires sont proposés le matin de 7h30 à 8h30 pour les écoles élémentaires et le soir de 16h30 à 18h30 pour l'ensemble des écoles (maternelles et élémentaires).



### INSCRIPTION

- Sur l'Espace Famille

Les familles qui souhaitent la mise en place d'un forfait annuel pour le matin et/ou le soir doivent retourner la fiche "Forfait annuel" dans la liste des pièces à fournir.

En cas de difficultés, vous pouvez vous rendre au siège de l'AGJA.



### FACTURATION

2 modes de facturation proposés pour le matin et le soir et indépendants l'un de l'autre :

#### 1. À la présence

- Facture mensuelle en ligne sur l'Espace Famille le mois suivant.

#### 2. Au forfait annuel base de 4 jours/semaine

- Forfait de 30 mn ou 1 h (matin)
- Forfait de 30 mn, 1 h, 1h30 ou 2 h (soir)

Facturation du forfait au **mois d'octobre**

Tout dépassement est facturé mensuellement à la demi-heure.



### PAIEMENT

À réception des factures sur votre Espace Famille ou au siège.

# Pauses méridiennes

## PAUSES MÉRIDiennes

Les Pauses méridiennes aussi appelées PAM correspondent au temps de la pause du midi. Ce sont des moments récréatifs et éducatifs. Les enfants sont libres d'y participer ou non.



## POUR QUI ?

### LES MATERNELLES

- Moyens
- Grands

### LES ÉLÉMENTAIRES

## INSCRIRE MON ENFANT AUX PAM



### INSCRIPTION

Coupon d'inscription obligatoire à compléter auprès de l'école.

L'AGJA inscrit votre enfant à l'activité, vous n'avez rien à faire sur l'Espace Famille.

## ACTIVITÉS

### MATERNELLES



«COIN BULLE» Activités douces et temps calme.

### ÉLÉMENTAIRES



ANIMATIONS Activités ludiques, culturelles et éducatives.

## MERCREDIS

Accueil des enfants le matin jusqu'à 9h30 et départ dès 17 h.



## INSCRIRE MON ENFANT AUX MERCREDIS



### INSCRIPTION

- Sur l'Espace Famille

En cas de difficultés, vous pouvez vous rendre au siège de l'AGJA.



### RÉSERVATIONS ET PAIEMENT

Après validation de votre dossier, vous devez réserver et payer vos places sur l'Espace Famille pour les périodes suivantes (nombre de places limité) :

- pour la période de septembre à octobre 2023
- à partir du 9/10 pour la période de novembre à décembre 2023
- à partir du 11/12 pour la période de janvier à février 2024
- à partir du 12/02 pour la période de mars à avril 2024
- à partir du 8/04 pour la période de mai à juillet 2024

L'inscription sur liste d'attente doit faire l'objet d'une demande par mail sur l'Espace Famille ou à l'adresse [accueils-loisirs@agja.org](mailto:accueils-loisirs@agja.org).



### ANNULATIONS

Les annulations ne sont pas possibles, les réservations se font par périodes de deux mois.

## VACANCES

L'accueil est proposé à la journée (repas et goûter compris)

- accueil le matin de 7h45 à 9h30
- départ le soir entre 17 h et 18 h

Les lieux d'accueils de loisirs pour les vacances sont susceptibles d'être modifiés en cours d'année selon les disponibilités des écoles.



## INSCRIRE MON ENFANT AUX VACANCES



### INSCRIPTION

- Sur l'Espace Famille

En cas de difficultés, vous pouvez vous rendre au siège de l'AGJA.



### RÉSERVATIONS ET PAIEMENT

Après validation de votre dossier, vous devez réserver et payer vos places sur l'Espace Famille.

Les factures sont générées automatiquement et immédiatement sur l'Espace Famille.

L'inscription sur liste d'attente doit faire l'objet d'une demande par mail sur l'Espace Famille ou à l'adresse [accueils-loisirs@agja.org](mailto:accueils-loisirs@agja.org).



### ANNULATIONS

Les annulations devront être réalisées via l'Espace Famille ou par mail dans le respect des échéances indiquées ci-dessous. **Après ces dates toutes les annulations effectuées seront facturées** (sauf en cas d'absence pour raison médicale avec présentation d'un certificat médical sous 8 jours).

Vacances	Annulations Semaine 1	Annulations Semaine 2
Toussaint	jusqu'au 08/10/2023	jusqu'au 15/10/2023
Noël	jusqu'au 10/12/2023	-
Hiver	jusqu'au 04/02/2024	jusqu'au 11/02/2024
Printemps	jusqu'au 31/03/2024	jusqu'au 07/04/2024

	Annulation Juillet	Annulation Août
Été	jusqu'au 09/06/2024	jusqu'au 30/06/2024

## MINI CAMP

Mini camp de 5 jours, nature, promenade et découverte, proposé aux enfants des accueils de loisirs de 6 à 12 ans au mois de juillet (limité à 24 participants).

Inscription et renseignements au secrétariat, la date sera communiquée au printemps.



## BASKET-BALL

### QUAND ET OÙ ?



U5/U6/U7 F/M*	Mercredi	10h30-11h30	Stéhélin
U7 F/M*	Mardi	16h45-18h00	Jules Ferry
	Mercredi	10h30-11h30	Stéhélin
U8/U9 F/M*	Mardi	16h45-18h00	Jules Ferry
	Mercredi	17h30-18h45	Monséjour
U10/U11 F/M	Mardi	18h00-19h30	Jules Ferry
	Vendredi	17h00-18h15	Tivoli
U10/U11 Plateaux/Loisirs*	Mardi	18h00-19h30	Tivoli
	Vendredi	17h00-18h15	Tivoli
U12/U13 F/M	Mardi	18h00-19h30	Tivoli
	Jeudi	18h00-19h30	Monséjour
U12/U13/U14 Loisirs	Mercredi	16h00-17h30	Monséjour
U14/U15 M	Mardi	18h00-19h30	Tivoli
	Vendredi	18h15-19h30	Tivoli
U16/U17 M	Mardi	19h30-21h00	Tivoli
	Jeudi	19h30-21h00	Tivoli
U15/U16/U17 Loisirs F/M	Mercredi	18h45-20h15	Monséjour
U16/U17/U18 département compétition F	Jeudi	18h00-19h30	Tivoli
	Vendredi	19h30-21h00	Tivoli
U16/U17/U18 régional compétition F	Mardi	19h30-21h00	Jules Ferry
	Jeudi	18h00-19h30	Tivoli
Séniors M	Mardi	21h00-22h30	Jules Ferry
	Jeudi	20h30-22h30	Jules Ferry
Séniors F entent avec le Club du Haillan	Mardi	19h30-21h00	Jules Ferry
	Jeudi	20h30-22h00	Haillan
Loisirs Adulte F/M	Mardi	21h00-22h30	Tivoli
	Jeudi	21h00-22h30	Tivoli

\* U5 à U9 et U10-U11 Loisirs : 1 entraînement par semaine

Les créneaux horaires peuvent être modifiés ou supprimés en septembre en fonction du nombre d'inscrits et de la validation de la disponibilité des infrastructures.

# TARIFS ANNUELS

U5 / U6 / U7 - F/M	Né.e en 2018 et 2017	170 €
U8 / U9 - F/M	Né.e en 2016 et 2015	188 €
U10 / U11 - F/M	Né.e en 2014 et 2013	188 €
U12 / U13 - F/M	Né.e en 2012 et 2011	210 €
U14 / U15 - F/M	Né.e en 2010 et 2009	210 €
U16 / U17 - F/M	Né.e en 2008 et 2007	210 €
U20 / Séniors - F/M	Né.e en 2006 et avant	210 €
Séniors Loisirs - F/M	Né.e en 2006 et avant	140 €
Jeunes Loisirs - F/M (U12/U17 débutants/pas de compétition)	Né.e entre 2006 et 2011	140 €

Licence T et mutation en supplément, en fonction de la catégorie (voir avec la section).  
Tarif hors assurance FFBB. Si vous avez choisi de souscrire à une assurance FFBB, le montant de celle-ci sera demandé par le club en supplément.

## EN SAVOIR +

À partir de 5 ans (Grande Section de maternelle né.e en 2018)

Contact : [basket-ball@agja.org](mailto:basket-ball@agja.org)

À partir de U10/U11 : inscription au choix en loisir ou en compétition.

**Loisirs/ Plateaux** : basket-plaisir, 1 entraînement par semaine, 4-5 tournois dans la saison.

**Compétition** : 2 entraînements par semaine, match le week-end, assiduité de rigueur.

La section se réserve le droit de changer un adhérent de catégorie selon les critères énoncés ci-dessus.

Pas de cours pendant les vacances scolaires.

Organisation de stages (né.e.s en 2014 et avant) pendant les vacances scolaires de la Toussaint, de Noël, d'Hiver, de Printemps et lors de la dernière semaine des vacances d'Été.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août si vous connaissez la catégorie dans laquelle vous inscrire : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au **siège**
- Lors des permanences auprès de la section :
  - mercredi 23 août de 18h à 19h30
  - samedi 26 août de 10h à 12h
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

Après inscription administrative à l'AGJA, l'adhérent reçoit dans les jours qui suivent un mail contenant un lien individuel permettant de créer ou renouveler sa licence 2023/2024 sur le site web de la FFBB (surveillez vos spams). Attention : démarche dématérialisée, par internet. Les pièces obligatoires demandées par la fédération (photo d'identité, pièce d'identité, formulaire de demande de licence comprenant le certificat médical) sont à déposer sur le site de la FFBB.

### DATE DE REPRISE

Séniors Compétition et U18 Féminine

Région : Mardi 22 août 2023

Autres : Mardi 5 septembre 2023

### DATE DE FIN

Vendredi 28 juin 2024



## ÉCHECS

"Les plus belles réussites ont bien souvent été précédées par de nombreux échecs." Francis Bacon



## QUAND ET OÙ ?

Mercredi	10h00-12h00	Espace Philippe Rossetti - Salle 5	Jeunes de 6 à 11 ans
	14h30-18h30	Espace Philippe Rossetti - Salle 5	Jeunes de 6 à 18 ans
Vendredi	14h30-18h30	Espace Philippe Rossetti - Salle 5	Adultes Compétition et Loisir
Samedi	14h30-18h30	Espace Philippe Rossetti - Salle 5	Toutes catégories

## TARIFS ANNUELS

Réduction de 10 € à partir du 2<sup>ème</sup> membre de la famille (parents et enfants)

Jeunes de 6 à 20 ans	82 €
Adultes Compétition	108 €
Adultes Loisir	68 €

## EN SAVOIR +

À partir de 6 ans (de 5 à 6 ans, nous contacter)

**Responsables :** Alain MAILLER - Tél. 06 76 92 01 62 et David LEMEAUX

**Contact :** [echiquier-aquitaine@agja.org](mailto:echiquier-aquitaine@agja.org)

Un club ouvert à tous : Scolaires - Étudiants - Actifs - Retraités

Compétition et Loisir : emprunts de livres gratuits pour tous les adhérents inscrits.

L'activité est suspendue pendant les 2 semaines des vacances de Noël et la 1<sup>ère</sup> semaine des vacances d'Hiver. Pas d'activité pendant les vacances d'Été.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au **siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

DATE DE REPRISE

Mercredi 6 septembre 2023

DATE DE FIN

Samedi 29 juin 2024

## FOOTBALL

### QUAND ET OÙ ?

U6/U7 Garçons/Filles	Mercredi	10h00-12h00	Stade Bel Air - terrain synthétique et pelouse
U8/U9 Filles	Mercredi	15h30-17h30	Stade Bel Air - terrain synthétique et pelouse
U8/U9 Garçons 1 entraînement/sem.	Mercredi	13h30-15h30	Stade Bel Air - terrain synthétique et pelouse
	Mercredi	15h30-17h30	Stade Bel Air - terrain synthétique et pelouse
U10/U11 Filles	Mercredi	15h30-17h30	Stade Bel Air - terrain synthétique et pelouse
	Lundi	17h30-19h00	Complexe sportif Stéhélin terrain 3 et Stade Bel Air
U10/U11 Garçons 2 entraînements/sem.	Mercredi	13h30-15h00	Complexe sportif Stéhélin terrain 2
	Vendredi	17h30-19h00	Complexe sportif Stéhélin terrain 3
U12/U13 Filles 2 entraînements/sem.	Mercredi	17h30-19h30	Stade Bel Air - terrain synthétique
	Vendredi	17h00-18h30	Stade Bel Air - terrain synthétique
U12/U13 Garçons 2 entraînements/sem.	Mardi	17h30-19h00	Complexe sportif Stéhélin terrain 2
	Mercredi	15h00-16h30	Complexe sportif Stéhélin terrain 3
	Jeudi	17h30-19h00	Complexe sportif Stéhélin terrain 3
	Vendredi	17h30-19h00	Complexe sportif Stéhélin terrain 2



U14/U15 Filles 2 entraînements/sem.	Mercredi	17h30-19h30	Stade Bel Air - terrain synthétique
	Vendredi	18h30-20h00	Stade Bel Air - terrain synthétique
U14/U15 Garçons 2 entraînements/sem.	Lundi	18h00-19h30	Complexe sportif Stéhélin - terrain 2
	Mercredi	17h00-18h30	Complexe sportif Stéhélin - terrain 2
	Mercredi	18h30-20h00	Complexe sportif Stéhélin - terrain 2
	Vendredi	19h00-20h30	Complexe sportif Stéhélin - terrain 2
	Lundi	19h30-21h00	Complexe sportif Stéhélin - terrain 2
U16/U18 Garçons 2 entraînements/sem.	Mardi	18h00-19h30	Complexe sportif Stéhélin - terrain 2
	Jeudi	18h00-19h30	Complexe sportif Stéhélin - terrain 2
	Mercredi	18h30-20h00	Complexe sportif Stéhélin - terrain 2
U17 Garçons 2 entraînements/sem.	Vendredi	19h00-20h30	Complexe sportif Stéhélin - terrain 2
	Mardi	20h00-22h00	Complexe sportif Stéhélin - terrain 2
Séniors 2 entraînements/sem.	Jeudi	20h00-22h00	Complexe sportif Stéhélin - terrain 2
	Lundi	19h00-20h00	Complexe sportif Stéhélin - terrain 3
Gardiens jeu à 8	Mercredi	15h00-16h00	Complexe sportif Stéhélin - terrain 3
	Mardi	19h00-21h00	Complexe sportif Stéhélin - terrain 3
Gardiens jeu à 11	Jeudi	19h00-21h00	Complexe sportif Stéhélin - terrain 3
	Mardi	20h00-22h00	Stade Bel Air - terrain synthétique
Papas*	Mercredi	20h00-22h00	Stade Bel Air - terrain synthétique
Vétérans*	Mercredi	20h00-22h00	Complexe sportif Stéhélin - terrain 2
	Vendredi	20h30-22h30	Complexe sportif Stéhélin - terrain 2
Foot Loisir 2 entraînements/sem.	Mardi	17h00-18h30	Stade Bel Air - terrain synthétique
	Jeudi	17h00-18h30	Stade Bel Air - terrain synthétique
Loisir Jeunes U10-U13 2 entraînements/sem.	Mardi	18h30-20h00	Stade Bel Air - terrain synthétique
	Jeudi	18h30-20h00	Stade Bel Air - terrain synthétique

\* Se renseigner auprès du club en début de saison

Les créneaux d'entraînement sont susceptibles d'être modifiés en septembre en fonction du nombre d'équipes constituées.

## TARIFS ANNUELS

U6 / U7 / U8 / U9	Né.e en 2018, 2017, 2016, 2015	190 €* <sup>*</sup>
U10 / U11	Né.e en 2014 et 2013	190 €* <sup>*</sup>
U12 / U13	Né.e en 2012 et 2011	190 €* <sup>*</sup>
U14 / U15	Né.e en 2010 et 2009	210 €* <sup>*</sup>
U16 / U17	Né en 2008 et 2007	210 €* <sup>*</sup>
U18	Né en 2006	210 €* <sup>*</sup>
Séniors	Adulte	210 €* <sup>*</sup>
Papas / Vétérans	Adulte	100 €
Foot Loisir	Adulte	120 €
Foot Loisir Jeunes	Né.e entre 2014 et 2007	180 €* <sup>*</sup>

\*Le tarif inclut une tenue du club

## EN SAVOIR +

### À partir de 5 ans

À partir des catégories U10/U11 Garçons, l'inscription est possible après évaluation (prendre contact avec la section par mail, lors des permanences ou au cours des entraînements).

**Tenue du club fournie (U6 à Séniors) :** 1 survêtement, 1 paire de chaussettes (ou coupe-vent ou sac de sport)

Une boutique Club permet de commander de nombreux autres vêtements et accessoires (polos, t-shirts, pack training, sacs de sport, bermudas, coupe-vent, blousons, parkas...) aux couleurs de l'AGJA. Se renseigner auprès des responsables du Club.

**Contact :** [contact@agja-foot.org](mailto:contact@agja-foot.org)

**Site internet :** [www.agja-foot.org](http://www.agja-foot.org)

Organisation de stages pendant les vacances scolaires.

## INSCRIPTION

- À partir du vendredi 1<sup>er</sup> septembre, uniquement après validation de la section, durant **les permanences** :
  - Vendredi 1<sup>er</sup> septembre de 16 h à 20 h au siège de l'AGJA
  - Samedi 2 septembre de 9 h à 12 h lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti ou au siège (lieu à confirmer) selon les places restantes

### Documents à fournir :

- **création de la licence FFF (nouveaux inscrits)** : certificat médical d'aptitude daté à partir du 1<sup>er</sup> juillet 2023 ou questionnaire de santé, copie de la pièce d'identité ou du livret de famille, photo, formulaire de licence fédérale
- **renouvellement** : voir avec la section

DATE DE REPRISE

Séniors : début août 2023  
U6-U13 : Mercredi 6 septembre 2023

DATE DE FIN

30 juin 2024



## GOLF

Venez vous initier ou vous perfectionner au golf avec un professeur de Golf Practice Academy.

## TARIFS ANNUELS Licence FFG incluse (année civile) et cotisation à la section Golf

Enfant - de 13 ans	Né.e avant 2011	35 €
Enfant de 13 à 18 ans	Né.e de 2005 à 2010	38 €
Jeune adulte de 19 à 25 ans	Né.e de 1998 à 2004	50 €
Adulte 26 ans et +	Né.e avant 1998	75 €

## EN SAVOIR +

À partir de 5 ans

**Responsable :** Jean-Patrick ROUSSEAU

**Contact :** [golf@agja.org](mailto:golf@agja.org)

**Golf Practice Academy :** Tél. 06 78 08 63 10 - [contact@golf-pa.com](mailto:contact@golf-pa.com)

Si vous souhaitez des cours particuliers, adressez-vous directement au Golf Practice Academy.

Possibilité de cours collectifs à l'heure (minimum 6 personnes) sur une base de 10 séances (17 € la séance).

Sortie.s possible.s sur les golfs du département encadrée.s par les bénévoles et proposée.s sur les vacances scolaires.

## INSCRIPTION

**Les créneaux sont à réserver auprès du Golf Practice Academy après inscription à la section :**

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au **siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes
- Pour ceux qui possèdent une licence dans un autre club, la cotisation à la section est de 15 €, à régler directement au siège de l'AGJA.

## HANDBALL

### QUAND ET OÙ ?

École de Handball	Samedi	10h00-11h30	St André
Moins de 11 ans mixte	Mercredi	17h00-18h30	Jules Ferry
Moins de 13 ans garçon	Mercredi	17h00-18h30	Stéhélin
	Jeudi	17h30-19h00	Stéhélin
Moins de 15 ans garçon	Lundi	17h30-19h00	Stéhélin
	Jeudi	17h30-19h00	Jules Ferry
Moins de 18 ans	Mercredi	19h15-21h00	Stéhélin
	Jeudi	19h00-20h30	Jules Ferry
Séniors masculins	Lundi	19h00-21h00	Stéhélin (S1)
	Mardi	21h00-22h30	Stéhélin (S2)
	Jeudi	19h00-22h30	Stéhélin (S1+S2)
Entraînement spécifique jeunes	Vendredi	18h00-22h00	St André



### TARIFS ANNUELS

École de Handball	Né.e.s en 2015, 2016, 2017	146 €
Moins de 11 ans mixte	Né.e.s en 2013 et 2014	163 €
Moins de 13 ans	Né.e.s en 2011 et 2012	175 €
Moins de 15 ans	Né.e.s en 2009 et 2010	175 €
Moins de 18 ans	Né.e.s en 2006, 2007, 2008	176 €
Séniors masculins	Né.e.s en 2005 et avant	176 €

### EN SAVOIR +

À partir de 6 ans

L'inscription se fait uniquement après un entraînement d'essai et la validation de la section. Après la validation de votre inscription, vous recevrez un lien pour les démarches de création de votre licence et les pièces obligatoires à fournir à la fédération (carte d'identité, certificat médical...).

**Contact :** [handball@agja.org](mailto:handball@agja.org)

Possibilité de stages pendant les vacances scolaires.

### INSCRIPTION

**Nouveaux adhérents :** inscription possible uniquement après une séance d'essai validée par la section

- À partir du mardi 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au **siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti

### DATE DE REPRISE

Séniors : Mercredi 16 août 2023  
 -18 ans : Lundi 21 août 2023  
 -15 ans : Mercredi 23 août 2023  
 Autres : septembre 2023

### DATE DE FIN

Fin juin 2024

# Karaté

## KARATÉ

Cet art martial issu de techniques guerrières millénaires (Chine, puis Okinawa et Japon), héritier des méthodes et du code d'honneur des Samourais japonais, est devenu au 20<sup>ème</sup> siècle un DO (voie éducative pour fortifier le corps et l'esprit) sous l'impulsion de maîtres (ITOSU, AZATO, FUNAKOSHI, MABUNI...) qui ont poussé sa pratique à de très hauts niveaux. Le Karaté moderne allie à la fois cet héritage pédagogique infiniment riche et sa version sportive qui a récemment brillé aux derniers JO et motivera les plus jeunes. Les cours sont adaptés à l'âge et au niveau des pratiquants : enfants, adultes, débutants, ceintures noires, compétiteurs de niveau régional et national. Tous y trouveront une activité physique complète, un renforcement mental, une méthode de défense millénaire. En 3 mots : équilibre, santé, efficacité.



## QUAND ET OÙ ?

Lundi	17h15-18h00	Complexe sportif Stéhélin - Dojo	Enfants de 5 à 7 ans
et	18h15-19h15	Complexe sportif Stéhélin - Dojo	Enfants de 8 à 12 ans
Jeudi	19h30-21h00	Complexe sportif Stéhélin - Dojo	À partir de 13 ans

## TARIFS ANNUELS

Enfants de 5 à 7 ans	265 €
Enfants de 8 à 12 ans	290 €
À partir de 13 ans et adultes	335 €

## EN SAVOIR +

À partir de 5 ans

**Responsable et intervenant :** Cédric Hermosilla - Tél. 06 98 81 56 52

Professeur diplômé d'état, 5<sup>ème</sup> Dan, ancien athlète de haut niveau (vainqueur de la coupe d'Europe Shito-ryu, de l'Open International Adidas et 3<sup>ème</sup> des championnats de France), ancien entraîneur de la Ligue Régionale de Nouvelle Aquitaine

**Contact :** [karate@agja.org](mailto:karate@agja.org)

Pas d'entraînement pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au siège
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

### Documents à fournir :

- 1 certificat médical d'aptitude daté à partir du 1<sup>er</sup> juillet 2023
- licence fédérale obligatoire

DATE DE REPRISE

Lundi 4 septembre 2023

DATE DE FIN

Jeudi 20 juin 2024



## QUAND ?

### LEÇONS DE TENNIS

Mini tennis 1h 4 à 6 ans	Jeudi	17h00-18h00
Mini tennis 2h* 4 à 6 ans	Lundi	17h00-18h00
	Mardi	17h00-18h00
	Vendredi	17h00-18h00
Initiation/perfectionnement 1h 7 à 12 ans	Lundi	17h00-18h00
	Lundi	18h00-19h00
	Mardi	17h00-18h00
	Mardi	18h00-19h00
	Mercredi	13h00-14h00
	Mercredi	14h00-15h30
Club juniors 1h30 11 à 14 ans 15 à 18 ans	Mercredi	15h30-17h00
	Mercredi	17h00-18h30
	Mercredi	09h00-11h10
Club juniors 2h tennis + multi-activités 7 à 17 ans	Mercredi	09h45-11h55
	Samedi	09h00-11h10
	Samedi	09h45-11h55
	Samedi	11h10-13h20

\* informations et inscriptions auprès de la section uniquement

### COURS COMPÉTITION

Compétition* Enfant 6 à 9 ans	Lundi ou mardi ou jeudi ou vendredi	17h00-19h00
	Mercredi	13h00-14h00
Compétition* Enfant 8 à 17 ans	Lundi ou mardi ou jeudi ou vendredi	17h00-19h00
	Mardi	19h00-20h30
Compétition* Adulte à partir de 18 ans	Jeudi	19h00-20h30
	Jeudi	20h30-22h00

\* informations et inscriptions auprès de la section uniquement

Possibilité d'intégrer les équipes du club suivant le niveau



# TARIFS ANNUELS\*

Licence incluse

LECONS		
1h/semaine	4 à 6 ans	220 €
1h/semaine	7 à 12 ans	230 €
2h/semaine	4 à 6 ans	290 €
1h30/semaine	11 à 14 ans	290 €
1h30/semaine	14 à 18 ans	320 €
2h/semaine	7 à 17 ans	340 €

COMPÉTITION		
2h/semaine + 1h de préparation (PPTS)	6 à 9 ans	400 €
2h30/semaine + 1h de préparation (PPTS)	8 à 17 ans	480 €
1h30/semaine	Adulte	450 €

\*Remise de 10 € à partir du deuxième enfant inscrit (inscription auprès de la section directement)

ACCÈS TERRAIN SANS LEÇON	
Adulte	190 €
Couple*	340 €
Jeune (-18 ans et étudiant)	150 €
Location horaire terrain extérieur	15 €
Location horaire terrain couvert	20 €

\*Remise de 40 € pour le conjoint (inscription auprès de la section directement)

## EN SAVOIR +

À partir de 4 ans

Stages prévus pendant les vacances scolaires d'été et d'hiver, sinon se rapprocher des enseignants.

**Site de réservation des terrains à distance :** [www.tenup.fft.fr](http://www.tenup.fft.fr)

**Contact :** [tennis@agja.org](mailto:tennis@agja.org)

**Club house Stéhélin :** Tél. 05 56 42 14 20

Des cours privés collectifs et individuels tous niveaux (payants, en sus de la cotisation section obligatoire) sont proposés par les professeurs du club exerçant également une activité en libéral en complément des créneaux de l'AGJA (les consulter directement).

## INSCRIPTION

Merci de vous inscrire à l'activité souhaitée. Le choix du créneau se fera dans un second temps auprès du professeur à la rentrée.

- À partir du 1<sup>er</sup> juillet : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) pour les catégories "Accès Terrain Adulte" et "Accès Terrain Jeune" uniquement
- Pour les autres catégories **lors des permanences au club house Stéhélin :**
  - mercredi 30 août de 14h à 18h
  - samedi 2 septembre de 9h à 12h
  - mercredi 6 septembre de 14h à 18h
  - samedi 9 septembre de 9h à 12h
- À partir du lundi 11 septembre : au club house Stéhélin ou sur le site internet de l'AGJA selon les places restantes

### Documents à fournir :

- 1 certificat médical pour les nouveaux adhérents
- 1 certificat médical ou 1 questionnaire de santé pour les anciens (se connecter sur son compte Ten'up [www.tenup.fft.fr](http://www.tenup.fft.fr), pour remplir le document en ligne)

DATE DE REPRISE

Lundi 4 septembre 2023

DATE DE FIN

Samedi 8 juin 2024

## VOLLEY-BALL

### QUAND ET OÙ ?



M9 à M13 MIXTE	Mardi	17h00-18h00	Jules Ferry	Débutant (1 <sup>ère</sup> année de volley)
M11 MIXTE	Vendredi	17h30-18h30	Jules Ferry	Confirmé
	Samedi	09h30-10h30	Jules Ferry	Confirmé
M13 FÉMININE	Mercredi	17h30-18h30	Jules Ferry	Confirmé
	Samedi	10h30-12h00	Jules Ferry	Confirmé
M13 MASCULIN	Vendredi	17h30-18h30	Jules Ferry	Confirmé
	Samedi	09h30-10h30	Jules Ferry	Confirmé
M15 FÉMININE	Mercredi	18h30-19h30	Jules Ferry	Intermédiaire et confirmé
M15 MASCULIN	Samedi	10h30-12h00	Jules Ferry	Confirmé
M15-M18 MIXTE Loisirs	Samedi	10h30-12h00	Jules Ferry	Débutant
M18 FÉMININE	Mercredi	18h30-19h30	Jules Ferry	Intermédiaire et confirmé
	Vendredi	18h30-19h30	Jules Ferry	Intermédiaire
	Vendredi	19h30-21h00	Jules Ferry	Confirmé
M18 MASCULIN	Mercredi	19h30-21h00	Jules Ferry	Confirmé
	Vendredi	18h30-19h30	Jules Ferry	Intermédiaire
	Vendredi	19h30-21h00	Jules Ferry	Confirmé
	Samedi	09h30-10h30	Jules Ferry	Intermédiaire
R1 FÉMININE	Lundi	21h00-22h30	Stéhélin	
	Mercredi	21h00-22h30	Jules Ferry	
R2 FÉMININE	Vendredi	18h30-19h30	Jules Ferry	
	Mercredi	19h30-21h00	Jules Ferry	
R1 MASCULIN	Vendredi	19h30-21h00	Jules Ferry	
	Lundi	21h00-22h30	Stéhélin	
R2 MASCULIN	Mercredi	21h00-22h30	Jules Ferry	
	Lundi	21h00-22h30	Stéhélin	Jeune
R2 MASCULIN	Mercredi	19h30-21h00	Jules Ferry	Jeune
	Mercredi	21h00-22h30	Stéhélin	Sénior
R2 MASCULIN	Vendredi	21h00-22h30	Jules Ferry	Sénior

Loisirs MIXTE	Mercredi	21h00-22h30	Tivoli	Confirmé	
	Vendredi	21h00-22h30	Tivoli	Confirmé	
VOLLEY POUR TOUS	Loisir	Vendredi	21h00-22h30	Jules Ferry	Tous niveaux
FSGT MASCULIN	Mercredi	21h00-22h30	Stéhélin	Confirmé	
AVIATION CIVILE	Mercredi	21h00-22h30	Stéhélin	Confirmé	

Les créneaux horaires peuvent être modifiés en septembre en fonction de l'équipe intégrée selon le niveau de jeu.

## TARIFS ANNUELS

M9-M13 Débutant	Né.e entre 2011 et 2015	100 €
M11 Confirmé	Né.e en 2014 et 2013	130 €
M13 Confirmé	Né.e en 2012 et 2011	130 €
M15	Né.e en 2010 et 2009	150 €
M18	Né.e en 2008, 2007 et 2006	170 €
M21 et Sénior	Né.e en 2005 et avant	170 €
Loisirs expert	Né.e avant 2005	130 €
AVIATION CIVILE	Né.e avant 2005	80 €
VOLLEY POUR TOUS	Né.e avant 2008	80 €
FSGT	Né.e avant 2005	90 €

## EN SAVOIR +

À partir de 8 ans

Contact : [volley@agja.org](mailto:volley@agja.org)

Site internet : [www.agjavalley.fr](http://www.agjavalley.fr)

Organisation de stages pendant les vacances scolaires.

## INSCRIPTION

### • Durant les permanences à la salle Jules Ferry :

- mercredis de 18h30 à 21 h
- vendredis de 18h30 à 21 h

### • Anciens adhérents : à partir du 23 août

### • Nouveaux adhérents : à partir du mercredi 13 septembre (demande au préalable auprès du club)

Aucune inscription ne sera faite si le dossier de licence fédérale n'est pas complet et le paiement non effectué.

### Documents à fournir :

- 1 formulaire de licence fédérale avec certificat médical (**surclassement obligatoire** pour les M11 à M18 en compétition)
- 1 photo d'identité
- 1 photocopie de la carte d'identité (nouveaux licenciés)
- 1 questionnaire de santé de la fédération (pour un renouvellement de licence et si certificat médical de moins de 3 ans. **En cas de surclassement, certificat médical obligatoire**).

### DATE DE REPRISE

R1 - R2 : Lundi 28 août 2023  
Loisirs et Jeunes : Mardi 5 septembre 2023  
Volley pour tous : Vendredi 8 septembre 2023

### DATE DE FIN

Samedi 29 juin 2024



## AÏKIDO

### QUAND ET OÙ ?

Lundi	18h00-19h00	Espace Jean Bégarie - Dojo	Adolescent à partir de 12 ans
	19h00-21h00	Espace Jean Bégarie - Dojo	Adulte tous niveaux
Mardi	17h30-18h30	Espace Jean Bégarie - Dojo	Enfantsinitié (2 ans de pratique)
Jeudi	17h45-18h45	Espace Jean Bégarie - Dojo	Enfant débutant
	19h00-21h00	Espace Jean Bégarie - Dojo	Adulte tous niveaux

### TARIFS ANNUELS

Enfant de 7 à 11 ans	65 €
Adolescent.e à partir de 12 ans	70 €
Adulte	170 €

### EN SAVOIR +

À partir de 7 ans

**Intervenant :** Pascal MEDAN, Professeur diplômé d'état 5<sup>ème</sup> Dan Aïkikai Tokyo.

**Facebook :** Aïkido Agja Bordeaux Ryushinkan

Pas de cours pour les enfants et adolescents pendant les petites vacances scolaires.

Pas de cours les jours fériés.

2 cours d'essai offerts

### INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou **au siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

**Document à fournir :** 1 certificat médical d'aptitude

**DATE DE REPRISE**

**Lundi 4 septembre 2023**

**DATE DE FIN**

**Jeudi 27 juin 2024**



Un moment de défolement dans une ambiance de sagesse et de bienveillance.

Ces activités apportent :

- sur le plan physique : équilibre, agilité, synchronisation, rapidité, vivacité et tonicité musculaire,
- sur le plan mental : sérénité, clairvoyance, assurance.

## QUAND ET OÙ ?

### KIDS BOXING

C'est une activité ludique qui permet à l'enfant de se construire autour de valeurs telles que le respect et l'envie de se dépasser.

Mercredi	15h00-16h00	Espace Jean Bégarie - Salle 1	Initiation (8-11 ans)
	16h10-17h10	Espace Jean Bégarie - Salle 1	Initiation (12-15 ans)

### FIT BOXE

La Fit Boxe permet de travailler l'ensemble de la chaîne musculaire à travers les techniques de la boxe anglaise.

Lundi	18h45-20h00	Espace Jean Bégarie - Salle 1	Tous niveaux
	20h10-21h25	Espace Jean Bégarie - Salle 1	Tous niveaux
	21h35-22h50	Espace Jean Bégarie - Salle 1	Tous niveaux

## TARIFS ANNUELS 1 séance/semaine

Enfants	270 €
Adultes	280 €

## EN SAVOIR +

À partir de 8 ans

**Intervenant :** Dali BOUGHALEM, international de Boxe Anglaise

**Contact :** [rythme.sport@agja.org](mailto:rythme.sport@agja.org)

**Matériel :** Serviette obligatoire. La paire de gants et le tapis sont conseillés\*.

\*disponibles sur place pour les premiers cours

Pendant les vacances scolaires, les cours adultes sont maintenus la première semaine de la Toussaint, d'Hiver et de Printemps. Pas de cours les jours fériés.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au **siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

**Document à fournir :** 1 certificat médical d'aptitude daté à partir du 22 juin 2023

**DATE DE REPRISE**

**Lundi 4 septembre 2023**

**DATE DE FIN**

**Mercredi 19 juin 2024**

# Capoeira



## CAPOEIRA ENFANTS

Au départ créée par les esclaves au Brésil pour cacher des techniques de combat avec des mouvements de danse, la Capoeira est aujourd'hui pratiquée sous la forme d'un jeu entre deux partenaires accompagné de musique et de chants spécifiques. Les cours se déroulent en 3 temps forts :

- la partie technique et physique avec mouvements, esquives et acrobaties
- la musique avec l'apprentissage des divers instruments et de leurs rythmes
- le chant brésilien et l'histoire de la capoeira



## QUAND ET OÙ ?

Mercredi	14h00-15h00	Salle de Lussy	Enfants de 4 à 7 ans
	15h00-16h30	Salle de Lussy	Enfants de 8 à 15 ans

## TARIFS ANNUELS

Enfant de 4 à 7 ans	152 €
Enfant de 8 à 15 ans	235 €

## EN SAVOIR +

À partir de 4 ans

Intervenant : William PELTIN

Contact : [rythme.sport@agja.org](mailto:rythme.sport@agja.org)

Pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou **au siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

Document à fournir : 1 certificat médical d'aptitude

DATE DE REPRISE

Mercredi 6 septembre 2023

DATE DE FIN

Mercredi 19 juin 2024



## KRAV MAGA

Le Krav Maga est une méthode de Self-défense. Son principe est d'utiliser les réflexes naturels du corps, alliant simplicité et rapidité d'action. Le Krav Maga travaille sur les points sensibles et propose une défense simultanée à l'attaque en prenant le minimum de risques pour soi-même. Il privilégie le bon sens et est accessible à tous.

## QUAND ET OÙ ?

Mercredi	19h00-20h30	Espace Jean Bégarie - Dojo	Débutants
	20h30-22h00	Espace Jean Bégarie - Dojo	Intermédiaires

## TARIF ANNUEL : 207 €\* - 1 séance/semaine

\*Possibilité de souscrire une licence-assurance de la FFK de 40 € en supplément (indispensable pour passer des grades et avoir une couverture en cas de blessure)

## EN SAVOIR +

À partir de 16 ans

**Intervenant :** Frédéric Bernard

**Contact :** [rythme.sport@agja.org](mailto:rythme.sport@agja.org)

Pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

Possibilité de stage au cours de l'année.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) **ou au siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

Document à fournir : 1 certificat médical d'aptitude

DATE DE REPRISE

Mercredi 6 septembre 2023

DATE DE FIN

Mercredi 19 juin 2024



## SHORINJI KEMPO

### SELF DÉFENSE (KARATÉ JUTSU)

Le Shorinji Kempo est un art martial japonais de self défense composé de nombreuses techniques de parades, de ripostes à base de frappes (coups de pied, de poing, de coude ...), et de dégagements avec immobilisation sur saisies. Le Shorinji Kempo est accessible à tous car il ne nécessite pas le recours à la force ; il contribue à développer l'harmonie entre le corps et l'esprit par un travail physique, philosophique, respiratoire et énergétique à travers la méditation et enfin par la pratique occasionnelle de massages de remise en forme (Seiho). Cette discipline fait partie de la **Fédération Française de Karaté**.

### QUAND ET OÙ ?

Enfant de 9 à 13 ans	Samedi	10h00-11h30	Dojo de Stéhélin
Adulte, adolescent Tous niveaux	Mardi	20h00-22h00	Espace Jean Bégarie - Dojo
	Vendredi	20h00-22h00	Espace Jean Bégarie - Dojo
Adulte confirmé (à partir de 1 <sup>er</sup> kyu)	Vendredi	19h00-20h00	Espace Jean Bégarie - Dojo
	Vendredi	20h00-22h00	Espace Jean Bégarie - Dojo

### TARIFS ANNUELS

Licence et assurance de la fédération incluses

Enfant de 9 à 13 ans	155 €
À partir de 14 ans	235 €

### EN SAVOIR +

À partir de 9 ans

**Intervenant :** Daniel PEROSA : Professeur diplômé d'État, 4<sup>ème</sup> Dan

**Site du club :** [www.skbdx.fr](http://www.skbdx.fr)

**Site de la fédération :** [www.shorinjikempo.fr](http://www.shorinjikempo.fr)

Pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

1 cours d'essai gratuit

### INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au siège
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

#### Documents à fournir :

- 1 formulaire de demande de licence complété avec photo à remettre au professeur
- 1 certificat médical obligatoire de non contre-indication à la pratique sportive
- 1 questionnaire de santé pour les pratiquants mineurs

DATE DE REPRISE

Mardi 5 septembre 2023

DATE DE FIN

Samedi 22 juin 2024





## DANSE AFRO URBAINE

L'afro beat est tout d'abord un genre musical sur lequel nous dansons et mélangeons les différentes danses afro-urbaines telles que : le N'dombolo, le Coupé Décalé, le Jazzé... Ces danses riches et variées sont influencées par les différentes cultures et les différents pays du continent africain.

## QUAND ET OÙ ?

Mardi 20h00-21h00 Espace Jean Bégarie - Salle 1 Débutants

TARIF ANNUEL : 247 €

## EN SAVOIR +

À partir de 14 ans

Contact : [rythme.sport@agja.org](mailto:rythme.sport@agja.org)

Pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés.  
Possibilité de stage au cours de l'année.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou **au siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

Document à fournir : 1 certificat médical d'aptitude

DATE DE REPRISE

Mardi 5 septembre 2023

DATE DE FIN

Mardi 18 juin 2024



## QUAND ET OÙ ?

### ÉVEIL ET INITIATION À LA DANSE

Éveil 4-5 ans	Mercredi	11h00-11h45	Cécile	Espace Philippe Rossetti	E1
	Samedi	10h30-11h15	Clémence	Espace Philippe Rossetti	E2
Initiation 6-7 ans	Mercredi	13h30-14h30	Cécile	Espace Philippe Rossetti	I1
	Samedi	11h15-12h15	Clémence	Espace Philippe Rossetti	I2

### DANSE CLASSIQUE

Préparatoire 8-10 ans	Mercredi	15h00-16h00	Clémence	Espace Philippe Rossetti	C
--------------------------	----------	-------------	----------	--------------------------	---

### MODERN JAZZ

Préparatoire 8-10 ans	Mercredi	11h45-12h45	Cécile	Espace Philippe Rossetti	JA1
	Samedi	9h30-10h30	Clémence	Espace Philippe Rossetti	JA2
Élémentaire 11-13 ans	Mercredi	16h00-17h15	Clémence	Espace Philippe Rossetti	JB1
Moyen 14-16 ans	Mercredi	17h15-18h30	Clémence	Espace Philippe Rossetti	JB2
Intermédiaire Avancé 16 ans et +	Mercredi	18h30-20h00	Clémence	Espace Philippe Rossetti	JC1
Adulte non débutant	Jeudi	19h30-21h00	Florence	Espace Philippe Rossetti	JC2

## TARIFS ANNUELS - 1 cours/semaine

Éveil (E) et Initiation (I)	165 €
Classique (C) et Jazz 1h (JA)	190 €
Jazz 1h15 (JB)	230 €
Jazz 1h30 (JC)	265 €

# EN SAVOIR +

À partir de 4 ans

**Responsable** : Françoise LEGRAND

**Contact** : [gymfitness@agia.org](mailto:gymfitness@agia.org)

Professeures diplômées d'état

**Tenue de danse et coiffure (si cheveux mi-longs ou longs) obligatoires :**

## ÉVEIL + INITIATION + CLASSIQUE

- **ÉVEIL :**

**filles** : justaucorps rose pastel + collant rose ou blanc sans pieds, pas de chaussons

**garçons** : tee-shirt blanc (ou rose pastel) manches courtes + legging noir sans pieds ou short noir ajusté coupe courte, pieds nus

- **INITIATION :**

**filles** : justaucorps vert pastel + collant blanc (ou éventuellement rose) sans pieds, pas de chaussons

**garçons** : tee-shirt blanc (ou vert pastel) manches courtes + legging noir sans pieds ou short noir ajusté coupe courte, pieds nus

- **PRÉPARATOIRE CLASSIQUE :**

**filles** : justaucorps bleu pastel + collant blanc (ou éventuellement rose) avec pieds + demi-pointes roses en tissu

**garçons** : tee-shirt blanc (ou bleu pastel) manches courtes + legging noir sans pieds ou short noir ajusté coupe courte + demi-pointes noires en toile

**COIFFURE** : bun / chignon / couronne de tresses

**MODERN JAZZ** : bas noir (legging, pantalon droit de sport, shorty) + haut (débardeur, justaucorps, tee-shirt) coloris au choix

**COIFFURE** : chignon bas / couronne de tresses / queue de cheval haute / tresse africaine / deux tresses

Prévoir une gourde ou une bouteille d'eau aux nom et prénom de l'enfant.

Pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agia.org](http://www.agia.org) **ou au siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

## Documents à fournir :

### MINEURS :

- 1 certificat médical d'aptitude à la **danse** aux nom et prénom de l'adhérent, sur papier à entête du cabinet médical, **daté postérieurement au 22 juin 2023**, signé par le médecin et revêtu du tampon du cabinet médical

### ou

- le coupon du questionnaire de santé officiel pour mineur, complété, **daté postérieurement au 22 juin 2023** et signé par le(s) parent(s) (ou l'adulte responsable).

### MAJEURS :

- 1 certificat médical d'aptitude à la **danse** aux nom et prénom de l'adhérent, sur papier à entête du cabinet médical, **daté postérieurement au 22 juin 2023**, signé par le médecin et revêtu du tampon du cabinet médical.

**DATE DE REPRISE**

**Mercredi 6 septembre 2023**

**DATE DE FIN**

**Samedi 22 juin 2024**

# Danse Country



## DANSE COUNTRY

Cette danse, ouverte aux adultes, se pratique en ligne et permet de s'amuser sur tous les styles de musique : country, valse, rumba, cha-cha, irlandais, rock, etc.

La danse country entretient la coordination mains et pieds et le repère dans l'espace. Au travers des chorégraphies simples, elle favorise la mémoire et permet de se maintenir en forme physique.

Agnès, professeure de danse, vous transportera dans une ambiance festive, conviviale, de partage et d'amitié.

## QUAND ET OÙ ?

Jeudi	09h15-10h45	Espace Jean Bégarie - Salle 1	Débutants (1 <sup>ère</sup> année)
	10h45-12h15	Espace Jean Bégarie - Salle 1	Novices (2 <sup>ème</sup> année)

TARIF ANNUEL : 270 € - 1 séance/semaine

## EN SAVOIR +

À partir de 18 ans

**Intervenante** : Agnès GAUTHIER

**Contact** : [rythme.sport@agja.org](mailto:rythme.sport@agja.org)

L'activité continue la première semaine des petites vacances scolaires (Toussaint, Hiver et Printemps). Pas de cours pendant les jours fériés.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou **au siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

DATE DE REPRISE

Jeudi 7 septembre 2023

DATE DE FIN

Jeudi 20 juin 2024

# Danse Orientale



## DANSE ORIENTALE

La danse orientale est une discipline ouverte à tous. Elle permet, par sa technique, la maîtrise de son corps. Partir à la recherche de sa sensualité en acceptant son corps et en le mettant en valeur par la danse. La danse orientale apporte confiance et développement personnel tout en s'amusant. Le travail technique et le support chorégraphique sont très importants afin de pouvoir pratiquer la danse orientale chez soi.

## QUAND ET OÙ ?

Mardi	20h35-21h35	Espace Philippe Rossetti - Salle 1	Débutants 1 <sup>ère</sup> et 2 <sup>ème</sup> années
	21h35-22h35	Espace Philippe Rossetti - Salle 1	Intermédiaires

TARIF ANNUEL : 250 € - 1 séance/semaine

## EN SAVOIR +

À partir de 16 ans

**Intervenante :** Saya - Tél. 06 32 10 29 85

**Contact :** [rythme.sport@agja.org](mailto:rythme.sport@agja.org)

Pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au **siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

Document à fournir : 1 certificat médical

DATE DE REPRISE  
Mardi 5 septembre 2023

DATE DE FIN  
Mardi 18 juin 2024

# Salsa Cubaine



## SALSA CUBAINE

La salsa cubaine, danse de couple, est une émotion à partager, une énergie qui habite deux corps à la mesure d'une musique rythmée et mélodieuse. Elle est le résultat de plusieurs cultures, unies pour un seul et même objectif : la joie de vivre sans limite, ce qui la rend si riche et la démarque des autres danses. La salsa cubaine a la saveur de la fête, du partage, de la musique, des tropiques et du mojito ; elle donne son identité culturelle à Cuba. Lorsque vous commencerez à danser, sous les conseils de Yosvani, vous ne pourrez plus arrêter... AHI NA'MA'

## QUAND ET OÙ ?

	19h00-20h00	Espace Jean Bégarie - Salle 1	Débutants
Jeudi	20h00-21h00	Espace Jean Bégarie - Salle 1	Intermédiaires
	21h00-22h00	Espace Jean Bégarie - Salle 1	Confirmés*

\* Salsa à thème, 3 thèmes autour de la salsa seront traités dans l'année

TARIF ANNUEL : 220 € - 1 séance/semaine

## EN SAVOIR +

À partir de 16 ans

**Intervenant** : Yosvani ZALDIVAR DETURNELL

**Contact** : [rythme.sport@agja.org](mailto:rythme.sport@agja.org)

Pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

Possibilité de stages au cours de l'année (dates à définir à la rentrée).

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au siège
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

DATE DE REPRISE

Jeudi 7 septembre 2023

DATE DE FIN

Jeudi 20 juin 2024



## SAMBA

Grâce au carnaval, la samba est devenue mondialement connue, mais saviez-vous qu'il existe différents types de samba et que les Brésiliens dansent toute l'année ? Alessandra Cabral, originaire de Rio de Janeiro, vous apprendra tous les secrets de cette danse. Riche par son histoire et sa culture, la samba transmet des valeurs humaines fortes : le partage, la solidarité, la bienveillance.

Danse d'improvisation, elle permet de lâcher prise sur la musique et de partager l'énergie avec le groupe. Par sa pédagogie Alessandra vous initiera aux pas de base de samba, aux pas de transitions et de breaks. Des chorégraphies seront montées afin de raconter la richesse culturelle de ce pays à travers cette danse métisse qui englobe différents rythmes. En plus de garder la forme, la samba permet de développer l'estime de soi et de prendre confiance en son corps. Hommes, femmes, enfants, petits, grands, jeunes ou plus âgés, tout le monde est le bienvenu !



## QUAND ET OÙ ?

Mercredi	18h45-20h00	Espace Jean Bégarie - Salle 1	Intermédiaires
	20h00-21h15	Espace Jean Bégarie - Salle 1	Débutants

TARIF ANNUEL : 240 €

## EN SAVOIR +

À partir de 12 ans

**Intervenante** : Alessandra CABRAL professeure et chorégraphe de danses brésiliennes - Tél. 07 66 36 95 15

**Contact** : [rythme.sport@agja.org](mailto:rythme.sport@agja.org)

Pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) **ou au siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

DATE DE REPRISE

Mercredi 6 septembre 2023

DATE DE FIN

Mercredi 19 juin 2024



## QUAND ET OÙ ?

### GYM ENFANT

**NOUVEAU\***

**Bébé Gym** (BG) : de 18 mois à 36 mois. Séance de 45 minutes / enfant + adulte

L'enfant doit savoir se déplacer seul au moins à 4 pattes .

**Gym Eveil** (GE) : de 3 ans à 6 ans. Séance de 55 à 60 minutes / enfant seul + quelques adultes bénévoles

L'enfant doit savoir marcher et être capable de suivre une consigne simple.

Samedi	09h30-10h15	Claire/Elizabeth	Espace Jean Bégarie - Dojo	BG
	10h30-11h30	Claire/Elizabeth	Espace Jean Bégarie - Dojo	GE

\*Ouverture des cours sous réserve d'un nombre suffisant de participants

### GYM GLOBALE

Lundi	08h30-09h30	Florence D	Espace Philippe Rossetti - Salle 1	GG1
	09h00-10h00	Stéphanie	Salle de Lussy	GG2
	09h30-10h30	Florence D	Espace Philippe Rossetti - Salle 1	GG3
	10h00-11h00	Stéphanie	Salle de Lussy	GG4
	17h30-18h30	Florence D	Espace Philippe Rossetti - Salle 1	GG5
	18h30-19h30	Florence D	Espace Philippe Rossetti - Salle 1	GG6
	19h30-20h30	Florence D	Espace Philippe Rossetti - Salle 1	GG7
Mardi	09h00-10h00	Stéphanie	Salle de Lussy	GG8
	09h00-10h00	Florence D	Espace Philippe Rossetti - Salle 1	GG9
	09h00-10h00	Anne VF	Espace Philippe Rossetti - Salle 6	GG10
Jeudi	08h30-09h30	Florence D	Espace Philippe Rossetti - Salle 1	GG11
	09h00-10h00	Messaline	Salle de Lussy	GG12
	09h30-10h30	Florence D	Espace Philippe Rossetti - Salle 1	GG13
	10h00-11h00	Messaline	Salle de Lussy	GG14
	17h30-18h30	Florence D	Espace Philippe Rossetti - Salle 1	GG15
	18h30-19h30	Florence D	Espace Philippe Rossetti - Salle 1	GG16

### CUISSES ABDOS FESSIERS

Mardi	19h45-20h30	Messaline	Espace Philippe Rossetti - Salle 1	CAF1
Mercredi	19h45-20h30	Sandrine	La Pergola	CAF2
Vendredi	19h30-20h15	Messaline	Espace Philippe Rossetti - Salle 1	CAF3



## GYM DOUCE

Lundi	10h30-11h30	Florence D	Espace Philippe Rossetti - Salle 1	GD1
	10h00-11h00	Anne M	Espace Jean Bégarie - Dojo	GD2*
Mardi	10h00-11h00	Stéphanie	Salle de Lussy	GD3
	10h00-11h00	Florence D	Espace Philippe Rossetti - Salle 1	GD4
Judi	10h30-11h30	Florence D	Espace Philippe Rossetti - Salle 1	GD5
Vendredi	11h00-12h00	Anne M	Espace Philippe Rossetti - Salle 1	GD6

\*Ouverture du cours sous réserve d'un nombre suffisant de participants

## GYM TONIQUE EN GV

Mardi	17h30-18h30	Carole	Salle de Lussy	GT1
Mercredi	20h15-21h15	Carole	Espace Philippe Rossetti - Salle 1	GT2
Judi	17h30-18h30	Carole	Salle de Lussy	GT3
	18h30-19h30	Carole	Salle de Lussy	GT4

## MOUVEMENT ET RELAXATION

Mardi	11h00-12h00	Florence D	Espace Philippe Rossetti - Salle 1	MR
-------	-------------	------------	------------------------------------	----

## PILATES FONDAMENTAL - NIVEAU 1

(DÉBUTANT OU 1 AN DE PRATIQUE)

Lundi	16h20-17h20	Anne VF	Espace Philippe Rossetti - Salle 1	PF1
Mardi	10h00-11h00	Cécile	Stéhélin	PF2
	16h45-17h45	Anne VF	Espace Philippe Rossetti - Salle 1	PF3
Mercredi	10h00-11h00	Cécile	Espace Philippe Rossetti - Salle 1	PF4
	19h45-20h45	Claire	Salle de Lussy	PF5
	20h00-21h00	Messaline	Espace Jean Bégarie - Salle 2	PF6*
Judi	10h00-11h00	Anne VF	Espace Philippe Rossetti - Salle 6	PF7
	11h15-12h15	Sandrine	Salle de Lussy	PF8
Vendredi	09h00-10h00	Florence G	Stéhélin	PF9

\*Ouverture du cours sous réserve d'un nombre suffisant de participants

## PILATES INTERMÉDIAIRE - NIVEAU 2

(3 ANS DE PRATIQUE MINIMUM)

Mardi	17h45-18h45	Anne VF	Espace Philippe Rossetti - Salle 1	PI1
	18h30-19h30	Florence G	Espace Jean Bégarie - Salle 1	PI2*
Mercredi	09h00-10h00	Cécile	Espace Philippe Rossetti - Salle 1	PI3
	17h45-18h45	Claire	Salle de Lussy	PI4

\*Ouverture du cours sous réserve d'un nombre suffisant de participants

## PILATES DOUBLE NIVEAU

(2 ANS DE PRATIQUE MINIMUM)

Lundi	11h45-12h45	Sandrine	Lussy	PM1
Mardi	09h00-10h00	Cécile	Stéhélin	PM2
Jeudi	09h00-10h00	Anne VF	Espace Philippe Rossetti - Salle 6	PM3
	09h00-10h00	Cécile	Stéhélin	PM4
	08h30-09h30	Anne VF	Salle de Lussy	PM5
Vendredi	09h00-10h00	Cécile	Espace Jean Bégarie - Salle 1	PM6*
	10h00-11h00	Cécile	Espace Jean Bégarie - Salle 1	PM7
	17h45-18h45	Anne VF	Espace Philippe Rossetti - Salle 1	PM8
Samedi	09h00-10h00	Anne VF	Salle de Lussy	PM9

\*Ouverture du cours sous réserve d'un nombre suffisant de participants

## RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Lundi	19h00-20h00	Sandrine	Salle de Lussy	RM1
	20h00-21h00	Sandrine	Salle de Lussy	RM2
Mardi	18h35-19h35	Sandrine	Salle de Lussy	RM3
Mercredi	18h00-19h00	Sandrine	La Pergola	RM4
	18h45-19h45	Claire	Salle de Lussy	RM5
Jeudi	19h30-20h30	Messaline	Salle de Lussy	RM6
Vendredi	10h00-11h00	Anne M	Espace Philippe Rossetti - Salle 1	RM7

## RENFORCEMENT MUSCULAIRE CARDIO

Mercredi	19h00-19h45	Sandrine	La Pergola	RMC
----------	-------------	----------	------------	-----

## STRETCHING

Lundi	18h00-19h00	Sandrine	Salle de Lussy	S1
	18h30-19h30	Florence G	Stéhélin	S2
Mardi	10h00-11h00	Anne VF	Espace Philippe Rossetti - Salle 6	S3
	11h00-12h00	Stéphanie	Salle de Lussy	S4
	11h00-12h00	Anne VF	Espace Philippe Rossetti - Salle 6	S5
	19h35-20h35	Sandrine	Salle de Lussy	S6
Mercredi	11h00-12h00	Florence G	Espace Jean Bégarie - Salle 1	S7
Jeudi	18h25-19h25	Florence G	Stéhélin	S8
Vendredi	09h00-10h00	Anne M	Espace Philippe Rossetti - Salle 1	S9
	09h30-10h30	Anne VF	Salle de Lussy	S10

# ZUMBA

Vendredi

18h45-19h30

Messaline

Espace Philippe Rossetti - Salle 1

Z

## TARIFS ANNUELS\*

GYM (hors Pilates)	TARIF	PILATES	TARIF	PILATES + GYM	TARIF
Gym Enfant	200 €	1 cours	165 €	1 cours + 1 cours de gym	255 €
1 cours de gym	135 €	2 cours	270 €	1 cours + 2 cours de gym	340 €
2 cours de gym	220 €	3 cours	410 €	2 cours + 1 cours de gym	390 €
3 cours de gym	280 €				

\* (sauf Gym Enfant) Limitation à 2 cours par semaine. Si, au 1<sup>er</sup> novembre 2023, il reste des places disponibles, il sera possible de s'inscrire à un 3<sup>ème</sup> cours.

## EN SAVOIR +

GYM ENFANT à partir de 18 mois

GYM/FITNESS à partir de 16 ans

**Responsable** : Françoise LEGRAND

**Contact** : [gymfitness@agja.org](mailto:gymfitness@agja.org)

**Matériel** : prévoir des chaussures de sport **propres** (exclusivement dédiées à l'activité en salle) ainsi qu'un tapis de sol ; pour le Pilates, prévoir un anneau.

**Dans le dojo, les chaussures sont interdites sur les tatamis.**

**Gym/Fitness** : pas de cours les jours fériés, ni pendant les vacances de Noël, ni la 2<sup>ème</sup> semaine des autres petites vacances scolaires.

**Gym Enfant** : pas de cours les jours fériés ni pendant les vacances scolaires

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au **siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

### Documents à fournir :

#### Pour la Gym Enfant :

- 1 certificat médical d'aptitude à la **gym enfant** aux nom et prénom de l'enfant, sur papier à entête du cabinet médical, **daté postérieurement au 22 juin 2023**, signé par le médecin et revêtu du tampon du cabinet médical
- 1 attestation d'assurance en responsabilité civile **pour chacun des adultes** susceptibles d'accompagner l'enfant au cours de la saison.

**Pour la Gym/Fitness** : 1 certificat médical d'aptitude à la **gym/fitness** aux nom et prénom de l'adhérent, sur papier à entête du cabinet médical, **daté postérieurement au 22 juin 2023**, signé par le médecin et revêtu du tampon du cabinet médical.

DATE DE REPRISE

Lundi 4 septembre 2023

DATE DE FIN

Samedi 22 juin 2024



**CIRQUE**

**NOUVEAU**

Tout en s'amusant, le cirque permet à l'enfant de se dépenser, de travailler en groupe, d'apprendre à se concentrer et de stimuler sa créativité.

2 ateliers d'initiation aux différents arts du cirque (jonglerie, clown, acrobatie, équilibre sur objets) pour les enfants entre 4 et 11 ans.

Tout au long de l'année, les enfants pourront s'initier et se perfectionner puis devenir force de proposition et acteurs d'une création collective artistique.

## QUAND ET OÙ ?

Mercredi	09h45-10h45	Espace Jean Bégarie - Dojo	Enfants de 4 à 6 ans
	10h45-11h45	Espace Jean Bégarie - Dojo	Enfants de 7 à 11 ans

**TARIF ANNUEL : 240 €**

## EN SAVOIR +

De 4 à 11 ans (école maternelle et primaire)

**Intervenante :** Camille BENDAHAN - Diplômée BPJEPS Activités Arts du cirque

**Contact :** [rythme.sport@agja.org](mailto:rythme.sport@agja.org)

Pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou **au siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

**Document à fournir :** 1 certificat médical de non contre-indication à la pratique du cirque

**DATE DE REPRISE**

**Mercredi 13 septembre 2023**

**DATE DE FIN**

**Mercredi 19 juin 2024**

**cirque**

# École Multisports

## ÉCOLE MULTISPORTS

Initiation et découverte des activités sportives. Le but de l'activité est de donner à l'enfant une éducation sportive et des connaissances dans différentes disciplines : un travail pédagogique ludique, encadré par des éducateurs diplômés.

### Activités proposées :

- Sports collectifs : Football, Handball, Basket-ball, Volley-ball...
- Activités de raquettes : Tennis de table, Badminton, Tennis...
- Activités « Découvertes » : Hockey, Baseball, Cirque, Grands Jeux...



## QUAND ET OÙ ?

Mercredi 14h00-17h00  
(Accueil dès 13h45 jusqu'à 17h15)

Gymnase Jules Ferry et Stade Bel Air

TARIF ANNUEL : 250 €

## EN SAVOIR +

De 6 à 11 ans (école primaire)

**Intervenante :** Greta SANTOSI

**Contact :** [rythme.sport@agja.org](mailto:rythme.sport@agja.org)

Pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

Prévoir le goûter des enfants ainsi qu'une gourde.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou **au siège**
  - Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes
- Pour les inscriptions CESSAD, merci de passer par le Comité Handisport Gironde

### Documents à fournir :

- 1 fiche sanitaire de liaison
- 1 certificat médical de non contre-indication à la pratique de l'éveil multisports

DATE DE REPRISE

Mercredi 6 septembre 2023

DATE DE FIN

Mercredi 19 juin 2024

# Double dutch



## DOUBLE DUTCH

Le Double Dutch est un sport de corde à sauter, qui allie des sauts, de la danse et des acrobaties.

Il se pratique par équipe de 3 (pouvant aller jusqu'à 5), avec 2 tourneurs et au moins 1 sauteur.

C'est un sport qui se veut endurant et artistique avec 3 disciplines phares :

- les imposées
- la vitesse
- le freestyle

Ces 3 disciplines composent le fondement du Double Dutch.

## QUAND ET OÙ ?

Samedi 10h30-12h00

Espace Jean Bégarie - Salle 1

TARIF ANNUEL : 280 €

## EN SAVOIR +

À partir de 11 ans (6<sup>ème</sup>)

**Intervenant :** Tarik

**Contact :** [rythme.sport@agja.org](mailto:rythme.sport@agja.org)

Pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou **au siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

**Document à fournir :** 1 certificat médical d'aptitude

**DATE DE REPRISE**

**Samedi 16 septembre 2023**

**DATE DE FIN**

**Samedi 22 juin 2024**

# Marche nordique



## MARCHE NORDIQUE

Discipline venue de Scandinavie dans les années 2000, la marche nordique est une conception plus dynamique que la marche traditionnelle. Les randonneurs sont munis de deux bâtons spécifiques. Le mouvement des bras est accentué et le corps est propulsé vers l'avant pour aller plus vite et marcher plus longtemps. Activité sportive de plein air, facile d'apprentissage, elle s'adresse à tous les publics quels que soient l'âge et la condition physique. Douce pour l'organisme, cette nouvelle forme de marche fait travailler 80 % de la chaîne musculaire et apporte de nombreux bienfaits. Cette activité se pratique en groupe dans la convivialité, à la découverte de la nature, au fil des saisons.



**OÙ ?** Bois du Burck, Domaine du Pinsan, Parc Mandavit, Bord de Jalles de Gajac, Plaine des Biges à Saint Médard en Jalles, forêt du Taillan Médoc, Parc Floral, bois de Bordeaux, Bordeaux Lac, Parc de Majolan et bois de Tanaïs à Blanquefort.

## QUAND ?

Mercredi	09h30-11h00	Débutants rythme calme
	11h00-12h30	Initiés / confirmés
Vendredi	10h00-12h00	Tous niveaux rythme de 5 km/h

## TARIFS ANNUELS

Créneau 1h30 - 1 séance/semaine 178 €

Créneau 2h00 - 1 séance/semaine 240 €

## EN SAVOIR +

À partir de 15 ans

**Intervenante :** Agnès NICOLAS (BPJEPS APT + coach marche nordique 1<sup>er</sup> degré FFA) - Tél. 06 50 17 90 35 - [marchenordique@agja.org](mailto:marchenordique@agja.org)

**Contacts :** [rythme.sport@agja.org](mailto:rythme.sport@agja.org)

Pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

1 randonnée marche nordique par trimestre, le samedi (demi-journée ou journée) à la découverte de nouveaux horizons (tarif en supplément) et sous réserve d'un nombre minimum de 12 personnes.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au **siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

**Document à fournir :** 1 certificat médical d'aptitude

**DATE DE REPRISE**

Mercredi 13 septembre 2023

**DATE DE FIN**

Vendredi 21 juin 2024



## RANDONNÉE MONTAGNE SKI DE FOND - RAQUETTES

La découverte de la chaîne des Pyrénées deux week-ends par mois, les randonnées sommets de juin à septembre, avec ou sans guide, les randonnées hivernales à raquettes avec accompagnateur ou à ski de fond sont proposées aux amoureux des grands espaces. Vos efforts seront récompensés par la beauté des paysages et la convivialité. Nuitées en gîte ou en refuge.

### QUAND ET OÙ ?

Mercredi à partir de 18h30 Espace Philippe Rossetti Réunion d'informations

**TARIF ANNUEL : 65 €\***

\*Carte ANCEF incluse (assurance tous risques montagne en France et à l'étranger)

### EN SAVOIR +

À partir de 18 ans

Prêt de matériel aux adhérents

En activité toute l'année, avec parfois un mois d'août en sommeil

Présentation du programme de randonnées lors de la **réunion de rentrée** à l'Espace Philippe Rossetti le mercredi 6 septembre à 18h30.

### INSCRIPTION

- **Nouvelle inscription** : uniquement après la première réunion du mercredi 6 septembre et une sortie d'essai.
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

#### Documents à fournir :

- 1 certificat médical stipulant la capacité à pratiquer la **randonnée en haute montagne**
- Le règlement de la section daté et signé

**DATE DE REPRISE**

**Mercredi 6 septembre 2023**





## REFUGE DE COUMÉLY

Le refuge est situé sur le plateau de Coumély, près du Cirque de Gavarnie au-dessus de la commune de Gèdre. À une altitude de 1700 m, il offre une capacité de 20 couchages en dortoir, avec sanitaires (douches avec eau chaude) et toilettes.

La location du gîte est ouverte de mai à octobre pour tous les adhérents AGJA. Les non adhérents peuvent en bénéficier dans le cadre d'une organisation par un adhérent de l'AGJA dont la présence sur place est indispensable.

## TARIFS DES NUITÉES

Adhérents de la section «Randonnée Montagne»	12 €/nuit
Autres adhérents AGJA	14 €/nuit
Non adhérents AGJA	17 €/nuit

## EN SAVOIR +

À partir de 18 ans

D'un accès relativement facile même pour les enfants.

Il faut une demi-heure de marche pour rejoindre le refuge l'été à partir du barrage des Gloriettes.

L'hiver, l'accès est réglementé depuis Gèdre pour les adhérents de la Randonnée Montagne.

## INSCRIPTION

- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti
- Après de la section « Randonnée Montagne » ou au siège de l'AGJA



## RANDONNÉE PÉDESTRE

Circuits principalement en Gironde pour des balades découvertes en toute convivialité.

## QUAND ?

Mardi	Matin	Patrick BARIL	11 à 15 km	Les Renards
	Matin	Olivier MERESSE	11 à 15 km	Les Écureuils
Jeudi	Journée	Ambroise SERMANSON	15 à 18 km	Les Furets
Vendredi	Journée	Philippe AVRIL	15 à 18 km	Les Lièvres
	Journée	Jacques LACAMPAGNE	23 à 25 km	Les Chevreuils

TARIF ANNUEL : 39 €

## EN SAVOIR +

À partir de 18 ans

**Responsable** : Bernadette DEBERGUE

**Contact** : [randospedestres@agja.org](mailto:randospedestres@agja.org)

**Les inscrits s'engagent à effectuer 6 randonnées par trimestre.**

Le programme des randonnées est donné par trimestre, un mois avant, indiquant le lieu, le coût du covoiturage, la distance de la randonnée. Le covoiturage se fait au départ de Bordeaux Caudéran, à un horaire confirmé par mail.

Chaque année, un séjour est organisé. Les animaux de compagnie ne sont pas acceptés.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au siège
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

**Document à fournir** : 1 certificat médical autorisant la pratique de la randonnée pédestre

DATE DE REPRISE

Mardi 26 septembre 2023

DATE DE FIN

Vendredi 28 juin 2024



## RUNNING

Cette activité s'adresse aux personnes débutantes ou initiées qui souhaitent progresser, améliorer leur endurance, leur technique de course dans une ambiance décontractée et conviviale. Les séances proposées par l'entraîneur évoluent dans la saison pour préparer des courses sur route ou trails de 10 km ou plus, pour celles et ceux qui souhaitent y participer.

## QUAND ET OÙ ?

Mardi

19h00-20h30

Stade Stéhélin\*

Débutants et initiés

\* Lieu de rendez-vous des entraînements : devant la tribune et la piste d'athlétisme.

TARIF ANNUEL : 178 €

## EN SAVOIR +

À partir de 16 ans

**Intervenante :** Greta SANTOSI - Tél. 06 20 85 01 21

**Contact :** [rythme.sport@agja.org](mailto:rythme.sport@agja.org)

Pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

Organisation d'une course annuelle envisagée.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au **siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

**Document à fournir :** 1 certificat médical d'aptitude

DATE DE REPRISE

Mardi 5 septembre 2023

DATE DE FIN

Mardi 18 juin 2024



## URBAN TRAINING

Activité ludique qui s'adapte à chacun, l'Urban training, ou « entraînement urbain », est un véritable parcours de remise en forme à l'extérieur utilisant tout le mobilier urbain (bancs, escaliers, barrières...). La méthode de l'Urban training consiste à travailler, par des exercices variés, la résistance cardio-vasculaire et le renforcement musculaire en terminant par des étirements.

## QUAND ET OÙ ?

Lundi	12h30-13h30	Stade Stéhélin, Parc Bordelais, Parc Bourran et espaces publics
Samedi	10h00-11h00	Stade Stéhélin, Parc Bordelais, Parc Bourran et espaces publics

**TARIF ANNUEL : 145 €** - 1 séance/semaine

## EN SAVOIR +

À partir de 14 ans

**Intervenante :** Carole BEERNAERD - Tél. 06 83 08 06 84

**Contact :** [rythme.sport@agja.org](mailto:rythme.sport@agja.org)

Pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au **siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

**Document à fournir :** 1 certificat médical d'aptitude

**DATE DE REPRISE**

**Lundi 11 septembre 2023**

**DATE DE FIN**

**Samedi 22 juin 2024**

## BIEN-ÊTRE ET PLEINE CONSCIENCE

Améliorer son bien-être et développer sa capacité attentionnelle à travers les outils de la pleine conscience et méditation. Prendre le temps de ralentir pour se reconnecter à ses véritables besoins.

Cet atelier s'adresse à toute personne souhaitant améliorer sa santé globale en prenant soin de ses 4 dimensions : corps physique, corps mental, corps émotionnel et corps énergétique.

Vous apprendrez à :

- booster votre énergie et retrouver votre élan vital
- installer le calme à l'intérieur de vous-même
- vous recentrer sur l'instant présent.

Programme en 3 temps :

1. Des mouvements pour s'ancrer dans l'espace et libérer l'énergie permettant de lutter contre la sédentarité et/ou la démotivation.
2. Des exercices de respiration pour apaiser le mental et nettoyer le corps permettant de libérer les tensions et la fatigue en utilisant ses ressources.
3. De la pleine conscience (méditation, visualisation) pour se reconnecter au moment présent permettant de créer une attitude mentale source de détente, joie et sérénité.



## QUAND ET OÙ ?

Lundi

10h45-11h45

Espace Jean Bégarie - Salle 1

TARIF ANNUEL : 230 €

## EN SAVOIR +

À partir de 18 ans

**Intervenante :** Marie-Line CASTELNAU - Tél. 06 19 76 55 16

Diplômée en Promotion et éducation pour la santé, Maître praticien en hypnose ericksonienne, certifiée PNL (programmation neurolinguistique) et certifiée RNCP, formatrice en entreprise dans le domaine du bien-être et de la qualité de vie au travail.

**Contact :** [bienetre@agja.org](mailto:bienetre@agja.org)

**Matériel :** tapis (à disposition sur place sinon apporter le sien), tenue souple, couverture ou plaid, coussin et bouteille d'eau.

Pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au siège
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

DATE DE REPRISE

Lundi 11 septembre 2023

DATE DE FIN

Lundi 17 juin 2024

## QI GONG

Le mot Qi, dans Qi Gong, désigne le flux énergétique omniprésent qui anime toute chose, et qui est l'un des concepts fondamentaux de la médecine traditionnelle chinoise. Gong voulant dire travail ou entraînement, le Qi Gong est une pratique qui consiste à entraîner le Qi, c'est-à-dire le mobiliser, le renforcer, l'accroître, l'épurer, l'équilibrer et le faire circuler harmonieusement dans le corps et l'esprit.



La forme de Qi Gong que vous pratiquerez est la Sheng Zhen Meditation, enseignée par maître Li Junfeng de par le monde. Par un ensemble d'exercices corporels, dynamiques ou statiques, debout ou assis, ainsi que par la pratique de la méditation, la Sheng Zhen Meditation aide à fortifier, assouplir, relaxer le corps et calmer l'esprit.

## QUAND ET OÙ ?

Mercredi	08h45-10h15	Salle de Lussy
	10h30-12h00	Salle de Lussy

**TARIF ANNUEL : 230 € - 1 séance /semaine**

## EN SAVOIR +

À partir de 18 ans

**Intervenante :** Béatrice PARANT - Tél. 06 77 58 28 85

Professeure titulaire du diplôme fédéral FEQGAE et certifiée Sheng Zhen Meditation

Ecole Sheng Zhen : <https://shengzhen.org>

**Contact :** [bienetre@agja.org](mailto:bienetre@agja.org)

Pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

Deux stages de 3 heures sont prévus au cours de la saison (samedi après-midi).

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au siège
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

Document à fournir : 1 certificat médical d'aptitude

**DATE DE REPRISE**

**Mercredi 6 septembre 2023**

**DATE DE FIN**

**Mercredi 19 juin 2024**

## RELAXATION SONORE

Le Bain de Gong est un voyage sonore et vibratoire qui induit une profonde relaxation du corps et de l'esprit. Pendant cette immersion, vous vous laisserez envelopper et guider par les harmoniques émanant du Gong. Un espace de détente et d'introspection se crée au fur et à mesure du Bain, les vibrations ont un pouvoir de guérison et de transformation immense sur les plans physique, émotionnel et mental. C'est une expérience unique qui vous permettra de recevoir ce dont vous avez besoin à ce moment précis.

Le Bain de Gong favorise une relaxation profonde, agit sur le stress et l'anxiété mais aussi sur la fatigue physique et émotionnelle.

Pratiquer régulièrement un Bain de Gong peut aussi soulager certaines douleurs articulaires passagères.

Allongé sur le dos, les pieds en éventail, totalement relâché, sans rien faire, sans rien attendre, juste accueillir.



## QUAND ET OÙ ?

Judi

18h00-18h45

Espace Jean Bégarie - Salle 1

TARIF ANNUEL : 230 € - 1 séance/semaine

## EN SAVOIR +

À partir de 16 ans

**Intervenante** : Bahija CHATTA - Tél. 06 88 68 83 14

**Contact** : [bienetre@agja.org](mailto:bienetre@agja.org)

**Matériel nécessaire** : tenue souple, bouteille d'eau, tapis, cache yeux ou foulard, plaid, coussin de méditation (type zafu) et coussin pour la tête de petite épaisseur. Pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au **siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

DATE DE REPRISE

Judi 14 septembre 2023

DATE DE FIN

Judi 20 juin 2024



## SOPHROLOGIE

Vous souhaitez vous détendre, vous relaxer, apprendre à gérer votre stress, vos émotions. Renforcer votre capital santé, bien-être, énergie. Améliorer la qualité de votre sommeil. Retrouver de la confiance en vous. Développer vos capacités personnelles... Faites une pause, découvrez la Sophrologie !

## QUAND ET OÙ ?

Lundi	18h30-20h00	Espace Jean Bégarie - Salle 2	à partir de 18 ans
Mardi	18h45-20h15	Espace Jean Bégarie - Salle 2	à partir de 18 ans

TARIF ANNUEL : 215 € - 1 séance/semaine

## EN SAVOIR +

À partir de 18 ans

**Intervenante:** Nathalie BARATHE, diplômée de l'Institut Européen de Sophrologie Humaniste© - Tél. 06 99 61 11 74

**Contact :** [bienetre@agja.org](mailto:bienetre@agja.org)

Pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au **siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

DATE DE REPRISE

Lundi 18 septembre 2023

DATE DE FIN

Mardi 18 juin 2024



## SPORT SUR ORDONNANCE



COMITE DEPARTEMENTAL  
DES OFFICES MUNICIPAUX DU SPORT  
**CDOMS**  
Gironde



L'activité physique comme thérapeutique non médicamenteuse est devenue indiscutable. Après avoir été reconnue comme telle par la Haute Autorité de Santé en 2011, l'Etat a fait un pas de plus dans ce sens avec la loi de modernisation de notre système de santé de 2016. En Nouvelle-Aquitaine le dispositif PEPS (Prescription d'Exercice Physique pour la Santé) en est une déclinaison régionale. Le but de cette offre est de permettre à tous, quels que soient la pathologie, le niveau de pratique, l'âge, de pratiquer une activité physique dans un cadre sécurisé et adapté afin d'en ressentir les bienfaits.

## QUAND ET OÙ ?

Renforcement musculaire stretching	Lundi	11h15-12h15	Espace Philippe Rossetti
	Mardi	18h45-19h45	Espace Philippe Rossetti
Pilates	Mercredi	09h45-10h45	Espace Jean Bégarie - Salle 1
	Vendredi	16h45-17h45	Espace Philippe Rossetti

## TARIFS ANNUELS

Forfait 1 <sup>ère</sup> année	150 €* 250 €**
Forfait 2 <sup>ème</sup> année ou +	250 €**

\*Le tarif réel est de 500 € par an dont 350 € sont pris en charge par la mutuelle de l'adhérent et le CDOMS. La répartition est variable selon les mutuelles.

\*\*Chaque dossier de reconduction de l'activité doit faire l'objet d'une étude de financement complémentaire.

## EN SAVOIR +

**Intervenante :** Anne VERNEDE FURET

**Coordinatrice APA :** Alice AGUIRRE - Tél. 06 08 95 38 40

Pas de cours les jours fériés et pendant les vacances scolaires (sauf la première semaine des vacances de Toussaint, d'Hiver et de Printemps).

## INSCRIPTION

**Aucune inscription ne pourra être validée sans avoir pris rendez-vous avec la coordinatrice APA, Alice AGUIRRE au 06 08 95 38 40 ou [aliceaguirre.sso33@gmail.com](mailto:aliceaguirre.sso33@gmail.com)**

- A partir du 22 août **au siège de l'AGJA** après examen du dossier.

### Documents à fournir :

- 1 certificat de forte incitation à la pratique « sport sur ordonnance »
- Le justificatif de votre mutuelle concernant la prise en charge ou non du dispositif sport santé.

**DATE DE REPRISE**

**Lundi 4 septembre 2023**

**DATE DE FIN**

**Vendredi 21 juin 2024**

## TAICHINDO

Le Taichindo repose sur la transmission d'un Art du mouvement qui puise ses racines à la source commune de très anciennes traditions complémentaires : le Budo japonais, « Voie qui arrête la violence et rétablit l'harmonie », le Shi Pa Lo Han Sho, « Les 18 mains des initiés », forme antique de boxe chinoise et le Vajra Yoga, « yoga de la foudre et du diamant ». Ces traditions sont sans cesse actualisées dans la pratique. Porteurs d'une symbolique profonde et universelle, les enchaînements sont pratiqués en groupe, dans un souffle commun, avec une attention constante à la circulation de l'Énergie Vitale, à la détente, la fluidité et l'harmonie du mouvement. Voie de recherche, le Taichindo invite ainsi à un véritable Art de vivre. Facteur d'équilibre et de santé, il peut être pratiqué par toute personne âgée de 18 ans minimum.



## QUAND ET OÙ ?

Vendredi 19h00-21h00 Salle au-dessus de la piscine de Stéhélin

## TARIF ANNUEL : 72 €\*

\* Ce tarif n'inclut pas l'adhésion annuelle à la Fédération Française de Taichindo à prendre auprès des professeurs (100 €)

## EN SAVOIR +

À partir de 18 ans

**Responsables :** Maité et Alain LOUBIÈRE

**Contact :** [bienetre@agja.org](mailto:bienetre@agja.org)

Pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

2 cours d'essai offerts

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au **siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

### Documents à fournir :

- 1 certificat médical de non contre-indication à la pratique du Taichindo
- 2 photos d'identité récentes pour l'affiliation à la fédération

**DATE DE REPRISE**

**Vendredi 8 septembre 2023**

**DATE DE FIN**

**Vendredi 28 juin 2024**



## VOVINAM KHI DAO

Le «Vovinam Khi Dao», littéralement la «voie du souffle», est un art martial interne qui met l'accent sur le travail du souffle, de l'énergie et de la conscience. Sa pratique vise la préservation et le renforcement de la santé ainsi que le développement et le dépassement de soi. Grâce à la diversité de ses techniques - méditation, exercices respiratoires, pratiques martiales - le Vovinam Khi Dao permet d'accéder aux ressources internes pour développer force, bien-être, harmonie du corps et de l'esprit. En complément, la pratique des armes (éventail, bâton, sabre...) permet de concentrer et donner forme aux énergies révélées.

## QUAND ET OÙ ?

Vendredi 19h00-20h30 Espace Jean Bégarie - Salle 1 Tous niveaux

## TARIF ANNUEL : 190 €\*

\*licence de la fédération Viet Vo Dao incluse

## EN SAVOIR +

À partir de 18 ans

**Intervenant :** Van Nhu TRUONG

**Contact :** [bienetre@agja.org](mailto:bienetre@agja.org)

Retrouvez Vovinam Khi Dao Bordeaux sur  et 

Les cours sont maintenus la première semaine des petites vacances scolaires de Toussaint, d'Hiver et de Printemps. Pas de cours pendant les jours fériés.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) **ou au siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

**Document à fournir :** 1 certificat médical d'aptitude daté à partir du 1<sup>er</sup> juillet 2023

**DATE DE REPRISE**

**Vendredi 8 septembre 2023**

**DATE DE FIN**

**Vendredi 21 juin 2024**

## QUAND ET OÙ ?

### YOGA ENFANT

Découvrir le yoga via des jeux d'équilibre, de concentration et de réflexes et l'appréhension des sons et du souffle.

Mercredi	15h00-16h00	Karine	Rossetti-Salle 6	Enfants seuls du CE1 à la 4 <sup>ème</sup>
	16h00-16h45	Karine	Rossetti-Salle 6	Parents/enfants MS, GS et CP

### KUNDALINI YOGA

Le Kundalini Yoga est considéré comme "le yoga originel" dans la mesure où il réunit les techniques de nombreuses formes de yoga. C'est un yoga puissant qui travaille sur les différents plans de l'être à partir de séries appelées Kriyas utilisant le souffle, le rythme, des postures dynamiques ou statiques, le son sous forme de mantras, la relaxation et la méditation.

Vendredi	10h00-11h30	Bahija	Espace Rossetti-Salle 6	Niveaux 1/2/3
----------	-------------	--------	-------------------------	---------------

### HATHA YOGA

Le Hatha Yoga propose une pratique précise et rythmée de posture pour une maîtrise du corps et des sens.

Lundi	09h30-11h00	William	Espace Rossetti-Salle 6	Niveaux 2/3
	14h30-16h00	William	Salle de Lussy	Niveaux 1/2
Mardi	12h00-13h30	Pascale	Espace Rossetti-Salle 6	Niveaux 2/3
	14h30-16h00	Alexandre	Espace Rossetti-Salle 6	Niveaux 1/2/3
Mercredi	10h00-11h30	Pascale	Espace Rossetti-Salle 6	Niveaux 1/2
	10h00-11h30	William	Espace Jean Bégarie-Salle 2	Niveaux 1/2
Jeudi	12h00-13h30	Pascale	Espace Rossetti-Salle 6	Niveaux 2/3
	17h00-18h30	Pascale	Espace Rossetti-Salle 6	Niveaux 1/2/3
Vendredi	18h30-20h00	Pascale	Espace Rossetti-Salle 6	Niveaux 1/2/3

### YOGA POSTURAL (APPROCHE IYENGAR®)

Le Yoga postural (approche Iyengar®) met l'accent sur le renforcement musculaire, l'alignement et l'équilibre du corps ainsi que sur la concentration et la méditation.

Lundi	18h00-19h30	Jean-Charles	Espace Rossetti-Salle 6	Niveaux 2/3
	19h30-21h00	Jean-Charles	Espace Rossetti-Salle 6	Niveaux 1/2



Mardi	18h00-19h30	Jean-Charles	Espace Rossetti-Salle 6	Niveaux 1/2
	19h30-21h00	Jean-Charles	Espace Rossetti-Salle 6	Niveaux 1/2
Mercredi	18h00-19h30	Jean-Charles	Espace Rossetti-Salle 6	Niveaux 1/2
	19h30-21h00	Jean-Charles	Espace Rossetti-Salle 6	Niveaux 1/2
Jeudi	18h00-19h30	Jean-Charles	Espace Rossetti-Salle 6	Niveau 2
	19h30-21h00	Jean-Charles	Espace Rossetti-Salle 6	Niveau 3
Vendredi	17h00-18h30	Alexandre	Salle de Lussy	Niveaux 1/2
	18h30-20h00	Alexandre	Salle de Lussy	Niveaux 2/3
Samedi	9h00-10h30	Jean-Charles	Espace Rossetti-Salle 6	Niveaux 1/2
	10h30-12h00	Jean-Charles	Espace Rossetti-Salle 6	Niveaux 2/3

## VINYASA EN MUSIQUE

Le Vinyasa en musique est un Yoga rythmé, tonique et créatif, qui apporte l'apaisement du mental par l'action.

Lundi	12h30-14h00	William	Espace Rossetti - Salle 1	Niveaux 1/2
Mardi	18h30-20h00	Florence	Espace Jean Bégarie - Dojo	Niveaux 1/2
Mercredi	12h15-13h45	William	Salle de Lussy	Niveaux 1/2

## YOGA NIDRA

Le Yoga Nidra permet de « voyager » à l'intérieur de soi, aux confins de la veille et du sommeil.

1 samedi/mois	10h15-11h30	Pascale	Salle de Lussy	Niveaux 1/2/3
---------------	-------------	---------	----------------	---------------

**2023** : 23/09 - 14/10 - 25/11 - 16/12

**2024** : 13/01 - 10/02 - 16/03 - 13/04 - 25/05 - 15/06

## YOGA DOUX / RELAXATION

14 samedis	10h15-11h30	Laurence	Salle de Lussy	Niveaux 1/2/3
------------	-------------	----------	----------------	---------------

**2023** : 16/09 - 07/10 - 21/10 - 18/11 - 09/12

**2024** : 20/01 - 03/02 - 17/02 - 09/03 - 23/03 - 06/04 - 04/05 - 18/05 - 08/06

## YOGA DU RIRE

Le Yoga du rire combine des exercices de rire intentionnel et inconditionnel avec des respirations yogiques pour un partage de rires et de joie contagieuse, pour toutes les générations, en total lâcher-prise et toujours dans la bienveillance.

Jeudi	18h00-19h00	Mireille	Espace Jean Bégarie - Salle 2	Niveaux 1/2/3
-------	-------------	----------	-------------------------------	---------------

**NIVEAU 1** : Débutant

**NIVEAU 2** : Intermédiaire

**NIVEAU 3** : Avancé

## TARIFS ANNUELS

YOGA ENFANT	TARIF	YOGA*	TARIF	YOGA NIDRA	TARIF
parent-enfant : maternelle (MS et GS) et CP	180 €	1 cours/semaine	200 €	1 samedi/mois	85 €
enfant seul : du CE1 à la 4 <sup>ème</sup>	145 €	2 cours/semaine	290 €	<b>YOGA DOUX</b>	<b>TARIF</b>
		3 cours/semaine**	360 €	14 séances	120 €
				<b>YOGA DU RIRE</b>	<b>TARIF</b>
				1 cours/semaine	230 €

\*Hatha Yoga, Yoga postural et Iyengar®, Vinyasa en musique, Kundalini

\*\*Limitation à 2 cours par semaine. Si, au 1<sup>er</sup> novembre 2023, il reste des places disponibles dans certains créneaux, il sera possible de s'inscrire à un 3<sup>ème</sup> cours.

## EN SAVOIR +

YOGA ENFANT de 4 ans à 13 ans

YOGA\* à partir de 14 ans

KUNDALINI YOGA à partir de 18 ans

YOGA DU RIRE à partir de 12 ans

\*Hatha Yoga, Yoga postural et Iyengar®, Vinyasa en musique

Contact : [bienetre@agja.org](mailto:bienetre@agja.org)

Pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au **siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

Document à fournir : 1 certificat médical d'aptitude

**DATE DE REPRISE**

**Lundi 4 septembre 2023**

**DATE DE FIN**

**Samedi 22 juin 2024**



## ART FLORAL

Venez partager de bons moments de convivialité en élaborant différentes compositions florales. Repartez avec celles-ci et embellissez votre maison.

## QUAND ET OÙ ?

Vendredi 14h30-17h00 Salle de Lussy

### Groupe 1 :

2023 : 22/09 - 13/10 - 17/11 - 08/12

2024 : 19/01 - 02/02 - 08/03 - 05/04 - 24/05 - 14/06

### Groupe 2 :

2023 : 29/09 - 20/10 - 24/11 - 15/12

2024 : 26/01 - 09/02 - 15/03 - 12/04 - 31/05 - 21/06

**TARIF ANNUEL : 63 €** - Forfait de 10 séances\*

\*coût des fleurs de la séance en supplément (achat effectué par le professeur)

## EN SAVOIR +

À partir de 18 ans

**Responsable** : Nicole TAUZIEDE, plasticienne, scénographe en art floral et art de la table, titulaire du diplôme DAFA 1<sup>er</sup> et 2<sup>ème</sup> degrés.

**Contact** : [socioculturel@agja.org](mailto:socioculturel@agja.org)

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou **au siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

DATE DE REPRISE

Vendredi 22 septembre 2023

DATE DE FIN

Vendredi 21 juin 2024



## ATELIER BANDES DESSINÉES

Cet atelier s'adresse aux enfants et adolescents désirant s'initier aux techniques de création de bande dessinée ou se perfectionner. Tout au long de l'année, un point important est mis sur la narration et la mise en cases, avec l'apprentissage de tous les codes permettant d'obtenir des histoires dynamiques et agréables à lire. Des techniques de dessin sont aussi ponctuellement et régulièrement abordées au fil des séances.

## QUAND ET OÙ ?

Mercredi

17h15-19h15

Salle de Lussy

**TARIF ANNUEL : 235 €\***

\*Matériel non fourni

## EN SAVOIR +

De 11 à 16 ans

**Responsables :** Laurence SCHAEVERBEKE et Emmanuelle AUBRY

**Intervenant :** Tristan PAULAIS (alias Tepee)

**Contact :** [socioculturel@agja.org](mailto:socioculturel@agja.org)

Une séance de découverte offerte.

Pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

Pas de cours le mercredi de la semaine d'exposition.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au **siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

**DATE DE REPRISE**

Mercredi 27 septembre 2023

**DATE DE FIN**

Mercredi 19 juin 2024



# Atelier écriture



## ATELIER ÉCRITURE

« Les mots sont à vous »

L'atelier d'écriture est un lieu d'expression où chacun peut créer un personnage, naviguer dans son imaginaire, composer un carnet de bord, prendre le large vers d'autres horizons, pêcher le mot rare, inventer des escales et *trouver ou retrouver le plaisir d'écrire* en toute simplicité et sans jugement.

## QUAND ET OÙ ?

Jeu. selon le calendrier ci-dessous 14h00-17h00 Salle de Lussy

**2023 :** 14/09 - 28/09 - 5/10 - 19/10 - 9/11 - 23/11 - 14/12

**2024 :** 11/01 - 25/01 - 8/02 - 22/02 - 7/03 - 21/03 - 4/04 - 18/04 - 16/05 - 30/05 - 13/06 - 27/06

TARIF ANNUEL : 170 €

EN SAVOIR +

À partir de 18 ans

Intervenante : Christine BOUGAREL

Contact : [socioculturel@agja.org](mailto:socioculturel@agja.org)

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au **siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

DATE DE REPRISE

Jeu. 14 septembre 2023

DATE DE FIN

Jeu. 27 juin 2024

## ATELIER **NOUVEAU** ARTS NUMÉRIQUES

Cet atelier est ouvert aux adultes et aux adolescents pour l'initiation ou le perfectionnement en Digital Painting. Tout au long de l'année, Tristan Paulais (alias Tepee) vous accompagnera dans votre démarche de réalisation de peintures numériques, d'illustrations ou bandes dessinées, avec si besoin un peu de 3D, d'animation 2D et de montage vidéo. Les logiciels utilisés (Krita, Blender, Kdenlive, etc.) sont open source et gratuits, librement utilisables chez soi.



### QUAND ET OÙ ?

Jedi

18h00-19h30

Salle de Lussy

### TARIF ANNUEL : 190 €\*

\*Matériel non fourni

Pour celles et ceux qui souhaiteraient, de façon ponctuelle, participer à des ateliers, nous leur proposons l'achat de tickets par carnet de 5 à partir du mois de novembre : 70 € le carnet de 5 tickets (soit 14 € le ticket).

### EN SAVOIR +

À partir de 16 ans

**Responsables :** Laurence SCHAEVERBEKE et Emmanuelle AUBRY

**Intervenant :** Tristan PAULAIS (alias Tepee)

**Contact :** [socioculturel@agja.org](mailto:socioculturel@agja.org)

**Matériel nécessaire non fourni :** ordinateur portable et palette graphique (conseillée : XP-PEN Deco Fun, taille L, environ 60€).

Pas de cours durant les vacances scolaires et les jours fériés.

### INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au **siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

DATE DE REPRISE

Jedi 28 septembre 2023

DATE DE FIN

Jedi 13 juin 2024

# Calligraphie japonaise



## CALLIGRAPHIE JAPONAISE - ONORESHO

Cette activité est ouverte à toutes les personnes qui souhaitent s'initier à la culture japonaise ou l'approfondir. Le style de Calligraphie ONORESHO est un style moderne, coloré et créatif.

On utilise un pinceau cartouche, des aquarelles et une feuille de format carte postale. Vous réalisez 2 ou 3 calligraphies uniques et personnalisées par cours. Chaque cours s'adapte à la saison en accord avec ses différents moments importants (motifs typiques japonais et un caractère Kanji, idéogramme). Vous pourrez repartir avec vos créations pour les offrir à vos proches ou décorer votre maison.

A la fin de l'année, vous réaliserez une œuvre de calligraphie pour faire une exposition. Atelier ouvert à tous sans prérequis techniques de calligraphie ni de connaissance particulière sur le Japon ni sur le japonais.

## QUAND ET OÙ ?

Lundi selon le calendrier ci-dessous 10h00-11h30 Salle de Lussy Tous niveaux

**2023 :** 11/09 - 25/09 - 2/10 - 16/10 - 6/11 - 20/11 - 4/12 - 18/12

**2024 :** 8/01 - 22/01 - 5/02 - 12/02 - 4/03 - 18/03 - 1/04 - 8/04 - 13/05 - 27/05 - 10/06 - 24/06

**TARIF ANNUEL : 170 €\***

\*Matériel non fourni (prêt lors du 1<sup>er</sup> cours)

## EN SAVOIR +

À partir de 18 ans

**Intervenante :** Keiko ONISHI, japonaise, originaire de Tokyo, en France depuis 3 ans

**Son compte instagram :** @keiko\_a\_bordeaux

**Contact :** Ludovic CAUDERAN - Tél. 06 42 31 32 47 - [socioculturel@agja.org](mailto:socioculturel@agja.org)

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au **siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

**DATE DE REPRISE**

Lundi 11 septembre 2023

**DATE DE FIN**

Lundi 24 juin 2024

## LINOGRAVURE

NOUVEAU



La pratique partagée de la linogravure avec vos enfants ou petits-enfants vous tente ? Amandine vous propose d'explorer 4 thèmes qui leur sont chers pour l'initiation à cette technique : de bons souvenirs et des moments de convivialité assurés !

Pour les plus grands et les adultes, Amandine vous accompagnera tout au long de l'année sur un programme de 12 séances au cours desquelles chacun pourra se familiariser avec cette technique.

## QUAND ET OÙ ?

Mardi 18h30-20h30 Salle de Lussy - Salle 4 Ados/adultes

**2023 :** 03/10 - 10/10 - 17/10 : Thème Automne - 05/12 - 12/12 - 19/12 : Thème libre

**2024 :** 05/03- 12/03 - 19/03 : Thème Printemps - 14/05 - 21/05 - 28/05 : Thème libre

Mercredi 10h00-12h00 Salle de Lussy - Salle 2 Enfants accompagnés d'un adulte

**2023 :** 04/10 - 11/10 - 18/10 : Thème Automne - 06/12 - 13/12 - 20/12 : Thème Noël

**2024 :** 06/03- 13/03 - 20/03 : Thème Printemps - 15/05 - 22/05 - 29/05 : Thème Animaux

TARIF ANNUEL : 180 € - Forfait de 12 séances

## EN SAVOIR +

À partir de 8 ans

**Responsables :** Laurence SCHAEVERBEKE et Emmanuelle AUBRY

**Intervenante :** Amandine ROUSSARIE

**Contact :** [socioculturel@agja.org](mailto:socioculturel@agja.org)

**Matériel nécessaire non fourni :** encres à linogravure, rouleau encreur, papiers, plaques plexis pour étaler l'encre, crayons papier, gomme, papier calque, plaques de linogravure (les plaques peuvent être achetées auprès de l'intervenante pour 10 € /pers. pour une plaque pour 3 ateliers).

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au **siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

DATE DE REPRISE

Mardi 3 octobre 2023

DATE DE FIN

Mercredi 29 mai 2024



## COUTURE

Vous voulez avoir une garde-robe au goût du jour, à votre taille, dans le vent ? Cet atelier de pratique s'adresse aux personnes qui souhaitent progresser dans leurs connaissances de la couture dans une ambiance conviviale.

## QUAND ET OÙ ?

Mercredi 14h00-17h00 Nicole Legroux Salle polyvalente de Lussy

## TRAVAUX D'AIGUILLES **NOUVEAU**

Ce rendez-vous hebdomadaire vous permettra dans une ambiance chaleureuse et conviviale de vous retrouver autour de travaux d'aiguilles ; tricot, broderie, crochet...

## QUAND ET OÙ ?

Mardi 14h00-17h00 Fabienne Coulombier Salle polyvalente de Lussy

**TARIF ANNUEL : 70 €** - tarif pour 1 activité

## EN SAVOIR +

À partir de 18 ans

**Intervenante Couture** : Nicole LEGROUX

**Responsable Travaux d'aiguilles** : Fabienne COULOMBIER

**Intervenantes Travaux d'aiguilles** : Fabienne COULOMBIER, Nathalie KARNYCHEFF et Michèle LAMBERT

**Contact** : [socioculturel@agja.org](mailto:socioculturel@agja.org)

Ces activités continuent pendant les petites vacances scolaires sauf pendant les 2 semaines de Noël et la 2<sup>ème</sup> semaine des vacances d'Hiver.

Pas d'activité les jours fériés.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au siège
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

**DATE DE REPRISE**

Mardi 5 septembre 2023

**DATE DE FIN**

Mercredi 19 juin 2024

# Encadrement Carto



## ENCADREMENT ET CARTONNAGE

Cette activité est ouverte à toutes les personnes qui souhaitent s'initier ou se perfectionner à la technique de l'encadrement ou du cartonnage dans une ambiance sympathique.

## QUAND ET OÙ ?

Lundi

14h00-17h00

Salle de Lussy

TARIF ANNUEL : 52 €

## EN SAVOIR +

À partir de 18 ans

**Responsable** : Christiane PONS et Marie-José BARONNET

**Contact** : [socioculturel@agja.org](mailto:socioculturel@agja.org)

L'activité continue pendant les petites vacances scolaires sauf pendant les 2 semaines de Noël et la 2<sup>ème</sup> semaine des vacances d'Hiver.

Pas d'activité les jours fériés.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au **siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

DATE DE REPRISE

Lundi 11 septembre 2023

DATE DE FIN

Lundi 24 juin 2024



## QUAND ET OÙ ?

### ÉVEIL MUSICAL (enfants)

Chansons, rondes, comptines, jeux musicaux et découverte d'instruments.

Mercredi 17h00-18h00 Amélie Felten-Ferreira Espace Philippe Rossetti Salles de musique GS\*

\*GS : Grande section de maternelle

### FORMATION MUSICALE (enfants et adultes)

Cours collectifs d'une heure pour tous niveaux avec un répertoire varié (classique/moderne). Lecture, Rythme, Chant et Théorie (avec notion de chiffrage américain).

Mercredi 18h00-19h00 Gabrielle Venancio Espace Philippe Rossetti - Salle 2 à partir de 6 ans\*

\*lecture acquise

### INSTRUMENT ET CHANT

L'équipe des professeurs vous accueille et vous propose un enseignement ludique, ouvert à tous, quels que soient l'âge et le niveau. **L'horaire du cours est à déterminer directement avec le professeur avant l'inscription.**

Piano Classique, jazz, musique de films et variété	Xavier Ballanger	Espace Philippe Rossetti - Salles de musique
	Gabrielle Venancio	Espace Philippe Rossetti - Salles de musique
	Amélie Felten-Ferreira	Espace Philippe Rossetti - Salles de musique

Flûte à bec Classique Moderne	Yan Corneau	Espace Philippe Rossetti - Salles de musique
-------------------------------------	-------------	--

Saxophone Classique Moderne	Yan Corneau	Espace Philippe Rossetti - Salles de musique
-----------------------------------	-------------	--

Clarinette Classique Moderne	Yan Corneau	Espace Philippe Rossetti - Salles de musique
------------------------------------	-------------	--

Chant jazz, variété	Yan Corneau	Espace Philippe Rossetti - Salles de musique
------------------------	-------------	--

Chant Chanson, chanson française, jazz, pop, variété, soul, rythme and blues, funk, rock et folk	Marie Deguilhem	Espace Philippe Rossetti - Salles de musique
---	-----------------	--

## CHORALE

Intégrez un groupe de chanteurs pour interpréter à l'unisson ou à plusieurs voix des œuvres musicales. Chanteuse et comédienne, Marie vous propose un travail autour de la voix et de l'expressivité, avec un répertoire varié axé sur la chanson française.

Lundi	20h00-21h30	Marie Deguilhem	Espace Jean Bégarie - Salle 2	Adulte
Vendredi	17h00-18h00	Marie Deguilhem	Espace Jean Bégarie - Salle 2	Enfant (7-17 ans)

## TARIFS ANNUELS

Éveil musical et Formation musicale	205 €
Instrument et chant*	540 €
Chorale	160 €

\*Instrument et chant: 1/2 heure de cours individuel par semaine

Formation musicale : remise de 20€ si l'adhérent est inscrit à un cours d'instrument à l'AGJA, inscription au siège uniquement

## EN SAVOIR +

À partir de la Grande Section de maternelle

### Contacts :

Xavier Ballanger - Tél. 06 63 65 76 90

Yan Corneau - Tél. 06 87 30 23 09

Marie Deguilhem - Tél. 06 80 38 46 78

Amélie Felten-Ferreira - Tél. 06 81 23 64 14

Gabrielle Venancio - Tél. 06 13 62 47 59

Pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

Trois concerts d'élèves auront lieu durant la saison.

## INSCRIPTION

- Pour les activités **Eveil, Formation musicale et Chorale** : à partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au **siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes
- Pour les inscriptions aux **cours d'instrument et chant individuel** : à partir du 6 septembre après avoir contacté et rencontré les professeurs durant les permanences prévues à l'Espace Philippe Rossetti les :
  - Mercredi 6 septembre de 15 h à 20 h
  - Jeudi 7 septembre de 17 h à 20 h
  - Vendredi 8 septembre de 17 h à 20 h

DATE DE REPRISE

Lundi 11 septembre 2023

DATE DE FIN

Samedi 29 juin 2024



# Patchwork



## PATCHWORK

Pratique et perfectionnement du patchwork dans une ambiance chaleureuse et conviviale.

Techniques de couture manuelles uniquement.

**Atelier réservé aux initiés.**

## QUAND ET OÙ ?

Mercredi 09h00-12h00

Salle de Lussy

**TARIF ANNUEL : 93 €**

## EN SAVOIR +

À partir de 18 ans

**Responsable** : Lisette ABADIE - Tél. 06 86 66 10 41

**Contact** : [socioculturel@agja.org](mailto:socioculturel@agja.org)

Les ateliers continuent la première semaine des petites vacances scolaires sauf les vacances de Noël.

Pas de cours les jours fériés.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au **siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

**DATE DE REPRISE**

Mercredi 6 septembre 2023

**DATE DE FIN**

Mercredi 19 juin 2024



## QUAND ET OÙ ?

### PEINTURE / DESSIN ENFANT

Ces ateliers sont une initiation au dessin et surtout à la peinture, au travers d'activités ludiques et motivantes. Par la variété des sujets proposés, votre enfant pourra acquérir les fondamentaux (mélange de couleurs, fusain, perspective, proportions, etc.) pour développer sa créativité et son imaginaire.

Mercredi	10h00-12h00	Salle de Lussy - salle 4
	15h15-17h15	Salle de Lussy - salle 4

### PEINTURE / DESSIN ADULTE

Cet atelier est ouvert aux lycéens et aux adultes pour l'initiation ou le perfectionnement à toutes les techniques de peinture et de dessin.

Que vous ayez besoin de repères et de fondamentaux en dessin et techniques picturales, ou envie de laisser libre cours à votre créativité, d'après modèle ou selon votre imaginaire, Tristan Paulais vous accompagnera et vous guidera dans votre démarche artistique.

Lundi	13h30-16h30	Salle de Lussy - salle 4
	09h00-12h00	Salle de Lussy - salle 4
Mardi	13h30-16h30	Salle de Lussy - salle 4
	19h15-22h15	Salle de Lussy - salle 4
Mercredi	19h15-22h15	Salle de Lussy - salle 4
Jeudi (toutes techniques sauf peinture à l'huile)	09h00-12h00	Salle de Lussy - salle 4

## TARIFS ANNUELS

Enfant	235 €* <hr/>
Adulte	295 €* <hr/>

\*Matériel non fourni

Pour celles et ceux qui souhaiteraient, de façon ponctuelle, participer à des ateliers supplémentaires, nous leur proposons l'achat de tickets par carnet de 5 ou à l'unité à partir du mois de novembre : 70 € le carnet de 5 tickets (soit 14 € le ticket).

## EN SAVOIR +

Enfant de 8 à 11 ans

Adulte à partir de 16 ans

**Responsables :** Laurence SCHAEVERBEKE et Emmanuelle AUBRY

**Intervenant :** Tristan PAULAIS (alias Tepee)

**Contact :** [socioculturel@agja.org](mailto:socioculturel@agja.org)

Une séance de découverte offerte.

Pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

Pas de cours le mercredi de la semaine d'exposition.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au **siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes
- Les inscriptions aux tickets se font au siège, par carnet de 5, à partir du mois de novembre si places disponibles

### DATE DE REPRISE

Enfant : Mercredi 27 septembre 2023

Adulte : Lundi 25 septembre 2023

### DATE DE FIN

Enfant : Mercredi 19 juin 2024

Adulte : Jeudi 13 juin 2024

# Peinture sur soie



## PEINTURE SUR SOIE

Activité ouverte à tous ceux qui souhaitent s'initier ou se perfectionner dans l'art de la peinture sur soie. Cette activité originale qui demande concentration et précision ne nécessite en aucun cas des talents de peintre ou de dessinateur. Ambiance très conviviale.

## QUAND ET OÙ ?

Judi

14h00-17h30

Salle de Lussy

**TARIF ANNUEL : 70 €\***

\*Matériel non fourni

## EN SAVOIR +

À partir de 18 ans

**Responsable** : Sophie CASTEBERT

**Contact** : [socioculturel@agja.org](mailto:socioculturel@agja.org)

L'activité peut continuer pendant les petites vacances scolaires sous réserve de disponibilité de la salle.

Pas d'activité les jours fériés, les 2 semaines des vacances de Noël et la 2<sup>ème</sup> semaine des vacances d'Hiver.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou **au siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

**DATE DE REPRISE**

Judi 14 septembre 2023

**DATE DE FIN**

Judi 27 juin 2024

# Photographie



## PHOTOGRAPHIE

La photographie est aujourd'hui devenue un outil essentiel de communication. C'est pourquoi pratiquer la photographie dans des ateliers de manière régulière et à l'année peut permettre d'apprendre à son rythme les techniques photographiques nécessaires pour développer sa créativité, son esthétique propre dans une ambiance conviviale. Ces ateliers vous permettront aussi d'apprendre à composer des photos à fort impact pour les réseaux sociaux : savoir cadrer en format carré, développer ses propres presets et filtres sur Lightroom pour avoir une cohérence visuelle et esthétique de votre feed Instagram.



Ces ateliers se déclinent en 2 niveaux :

**Passion Loisir (Niveau 1)** : rendez-vous hebdomadaires pour tous ceux qui souhaitent s'approprier les techniques photographiques, sortir du mode automatique et créer de belles images à fort potentiel visuel. Vous découvrirez l'esthétique photographique au travers de sorties et d'ateliers à thèmes (paysage, portrait, nu, retouche photo).

**Passion Initiés (Niveau 2)** : rendez-vous mensuels destinés à ceux qui souhaitent développer une approche artistique personnelle au-delà de la simple technique. Accompagnés de modèles et ouverts à ceux qui maîtrisent déjà les bases de la photo, ces ateliers permettent l'apprentissage du studio, du strobisme, de la retouche à un niveau avancé sur logiciel.

## QUAND ET OÙ ?

Tous les mercredis de 18h30 à 20h30  
+ 2 séances de studio (5h) le samedi  
+ 2 sorties à la journée (7h) le samedi

Salle de Lussy

Passion Loisir  
Niveau 1

10 samedis / an : 8 en studio de 13h30 à  
18h30 + 2 en extérieur de 9h00 à 16h00

**2023** : 23/09 - 14/10 - 18/11 - 16/12

**2024** : 20/01 - 10/02 - 16/03 - 13/04 - 4/05 - 8/06

Salle de Lussy

Passion Initiés  
Niveau 2

## TARIFS ANNUELS

Niveau 1 500 €

Niveau 2 580 €

## EN SAVOIR +

À partir de 16 ans

**Intervenant** : Frédéric ABRAMSON - Tél. 07 69 13 69 30 - @bordeauxateliersphoto

**Contact** : [socioculturel@agja.org](mailto:socioculturel@agja.org)

**Matériel** : Il est nécessaire de venir aux séances avec votre appareil photo ou smartphone et un ordinateur portable. Pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au **siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

DATE DE REPRISE

Mercredi 13 septembre 2023

DATE DE FIN

Samedi 22 juin 2024



## QUAND ET OÙ ?

### THÉÂTRE «CLASSIQUE»

Cette activité permet de canaliser ses énergies, exercer sa mémoire, gérer son stress... et donc d'acquérir une meilleure assurance de soi. Un outil de développement personnel et artistique à essayer pour petits et grands. Six ateliers-théâtre dits « classiques » (5 ateliers jeunes comédiens et 1 atelier adultes) vous sont proposés avec travail sur le texte, exercices ludiques : mimes, improvisations et diction (spectacle au mois de juin).



	09h00-10h30	Théâtre de la Pergola	Enfant - Classe «Arlequin»
	10h30-12h00	Théâtre de la Pergola	Enfant - Classe «Lucrèce»
Mercredi	14h00-15h30	Théâtre de la Pergola	Enfant - Classe «Patelin»
	15h30-17h00	Théâtre de la Pergola	Enfant - Classe «Figaro»
	17h00-18h30	Théâtre de la Pergola	Enfant - Classe «Antigone»
	18h30-20h00	Théâtre de la Pergola	Adulte

### THÉÂTRE D'IMPRO

Un atelier-théâtre d'impro (adultes et adolescents) vous est proposé avec des exercices spécifiques et la possibilité d'organiser des rencontres et des spectacles pendant l'année.

Lundi 19h00-20h30 École Stéhélin élémentaire

TARIF ANNUEL : 280 € - 1 cours /semaine

### EN SAVOIR +

À partir de 7 ans

**Intervenantes** : Anne-Caroline D'ARNAUDY, Sarah GABILLON et Claire GARLAND  
Pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés

**Contact** : [theatre@agja.org](mailto:theatre@agja.org) ou [socioculturel@agja.org](mailto:socioculturel@agja.org)

### INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou **au siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

DATE DE REPRISE

Lundi 11 septembre 2023

DATE DE FIN

Mercredi 19 juin 2024

# Après-midi détente



## APRÈS-MIDI DÉTENTE

Bienvenue à l'activité détente du vendredi de l'AGJA ! Réunion conviviale ouverte à tous ceux qui souhaitent passer un bon après-midi et, s'ils le veulent, participer à différents jeux : rummikub, dominos, scrabble et divers jeux de cartes (belote et rami de Shanghai).

## QUAND ET OÙ ?

Vendredi

14h00-17h00

Espace Philippe Rossetti

TARIF ANNUEL : 27 €

## EN SAVOIR +

À partir de 18 ans

**Responsable** : Sylvette LACAZE

**Co-responsable** : Rolande FOUASSIER

**Contact** : [socioculturel@agja.org](mailto:socioculturel@agja.org)

L'activité continue pendant les petites vacances scolaires sauf pendant les 2 semaines de Noël et la 2<sup>ème</sup> semaine des vacances d'Hiver.

Pas d'activité les jours fériés.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au **siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

DATE DE REPRISE

Vendredi 8 septembre 2023

DATE DE FIN

Vendredi 21 juin 2024



## BIEN VIVRE DANS MON QUARTIER

Cette activité gratuite est destinée aux personnes de plus de 60 ans, en situation d'isolement. Un tremplin vers le retour à la vie sociale à travers des activités originales et diverses. Des ateliers pour favoriser le bien-être au quotidien, co-animés avec ReSanté-vous.

## QUAND ET OÙ ?

Judi 14h30-16h00 Espace Jean Bégarie - Salle 2 À partir de 60 ans

## TARIF ANNUEL : GRATUIT

## EN SAVOIR +

À partir de 60 ans

**Responsable** : Christel BRAMAUD - Tél. 06 29 11 79 87

**Contact** : [bienvivredansmonquartier.equipe@gmail.com](mailto:bienvivredansmonquartier.equipe@gmail.com)

Pas d'activité pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

## INSCRIPTION

- Après avoir rencontré Christel, l'animatrice, inscription au siège à partir du mardi 5 septembre

DATE DE REPRISE

Judi 5 octobre 2023

DATE DE FIN

Judi 27 juin 2024





Le bridge est un jeu de 52 cartes qui se pratique à une table de 4 joueurs. Jouer au bridge permet de développer de manière ludique le sens de l'analyse, de l'anticipation, de la stratégie et de la maîtrise de soi, tout comme l'esprit de synthèse. C'est le seul "sport de l'esprit" à se pratiquer avec un partenaire.



## QUAND ET OÙ ?

### COURS DE BRIDGE

Cours d'initiation ou de perfectionnement et possibilité de faire de la compétition. Il est un allié de choix pour préserver vos capacités cognitives.

Jeudi 09h30-12h00 Salle de Lussy Adulte perfectionnement

### BRIDGE LOISIR

Cette activité s'adresse aux adultes désirant jouer au bridge dans la convivialité.

Lundi	14h00-18h00	Salle de Lussy	Débutant et confirmé
	14h00-18h00	Espace Philippe Rossetti - Salle 5	Confirmé
Jeudi	14h00-18h00	Salle de Lussy	Débutant et confirmé
	14h00-18h00	Espace Philippe Rossetti - Salle 5	Confirmé

## TARIFS ANNUELS

### COURS DE BRIDGE

Adulte perfectionnement 82 € les 5 tickets

### BRIDGE LOISIR

1 séance/semaine 57 €

2 séances/semaine 100 €

## EN SAVOIR +

À partir de 18 ans

**Responsable Site de Lussy :** Francis VESSERON - Tél. 07 78 87 30 70

**Responsable Site Espace Philippe Rossetti :** Danièle BADIE

**Contact :** [socioculturel@agja.org](mailto:socioculturel@agja.org)

**Cours de Bridge :** pas de cours pendant les vacances scolaires et jours fériés.

Possibilité de participer à des tournois ou des compétitions sur inscription.

**Bridge Loisir :** l'activité continue pendant les petites vacances scolaires sauf pendant les 2 semaines de Noël et la 2<sup>ème</sup> semaine des vacances d'hiver. Pas d'activité les jours fériés.

### INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au **siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

### DATE DE REPRISE

Bridge Loisir : Lundi 4 septembre 2023  
Cours : Jeudi 14 septembre 2023

### DATE DE FIN

Jeudi 27 juin 2024  
Jeudi 20 juin 2024



## ŒNOLOGIE

Chaque séance est composée d'une partie théorique et d'une partie pratique sous forme d'atelier dégustation.

Entre 5 et 6 vins dégustés par séance.

## QUAND ET OÙ ?

Mardi 18h30-20h30 Salle de Lussy

**Séance 1 :** Mardi 3 octobre - Introduction

**Séance 2 :** Mardi 14 novembre - Les vins de Loire

**Séance 3 :** Mardi 12 décembre - Les vins hongrois

**Séance 4 :** Mardi 16 janvier - Le Cabernet Sauvignon

**Séance 5 :** Mardi 13 février - Rioja vs Ribera

**Séance 6 :** Mardi 12 mars - La Toscane

**Séance 7 :** Mardi 9 avril - Les vins du Sud-Ouest

**Séance 8 :** Mardi 14 mai - France vs Afrique du Sud

**Séance 9 :** Mardi 11 juin - Les vins d'Alsace

**Séance 10 :** Date à déterminer - Visite du vignoble

**TARIF ANNUEL : 235 €** - Forfait de 10 séances\*

\*vins inclus

## EN SAVOIR +

À partir de 18 ans

**Intervenante :**

Annabelle MISPELBLOM BEIJER - Tél. 06 95 94 78 89, spécialiste de la dégustation et formatrice en vins et spiritueux.

Chaque participant peut venir avec ses verres ou utiliser ceux de l'AGJA.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou **au siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

**DATE DE REPRISE**

Mardi 3 octobre 2023

**DATE DE FIN**

Fin juin 2024

# œnologie

# Scrabble



## SCRABBLE

Si vous souhaitez vous initier ou vous perfectionner au « Scrabble Duplicate » dans une ambiance conviviale, rejoignez notre groupe de passionnés.

## QUAND ET OÙ ?

Mardi

15h00-17h00

Espace Philippe Rossetti

TARIF ANNUEL : 52 €

## EN SAVOIR +

À partir de 18 ans

**Responsable** : Christiane LISSE

**Contact** : socioculturel@agja.org

L'activité continue pendant les petites vacances scolaires sauf pendant les 2 semaines de Noël et la 2<sup>ème</sup> semaine des vacances d'Hiver.  
Pas d'activité les jours fériés.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au **siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

DATE DE REPRISE

Mardi 5 septembre 2023

DATE DE FIN

Mardi 18 juin 2024



## SORTIES CULTURELLES ET CONVIVIALES

Découverte du patrimoine architectural et historique de Bordeaux, de sa région et d'autres régions de France.

### QUAND ?

1 jeudi/mois Après-midi Visites dans Bordeaux

1 jeudi/mois Journée\* Visites hors Bordeaux

\*déplacement aller-retour en car, visites guidées et déjeuner

#### CHARENTE

- SAINT SIMEUX : Village fleuri étagé au bord de la Charente, cultivant une identité à la croisée de la viticulture et de sa traditionnelle pêche à l'anguille, site inscrit des Essacs unique en Charente.
- BALZAC : Le château du XVII<sup>ème</sup> siècle et son parc rappellent le souvenir de Jean-Louis Guez de Balzac (1597-1654) qui en fit son ermitage et que le célèbre écrivain charentais évoque en des pages d'une rare sensibilité.

#### CHARENTE MARITIME

- SAINTES : Avec ses 2 000 ans d'histoire, la capitale de la Saintonge possède un patrimoine archéologique, architectural et artistique avec son abbaye aux Dames et ses vestiges gallo romains.
- CRAZANNES : Classé Monument Historique, le château fut bâti au XIV<sup>e</sup> siècle en lieu et place d'un ancien château féodal. Son surnom de « Château du Chat Botté » remonte au XVII<sup>ème</sup> siècle.

- 
- ROYAN : Croisière commentée en mer sans escale « la route des Phares » : découverte de la côte de Royan à Saint Palais-sur-Mer et des phares qui guident les bateaux entrant dans l'Estuaire dont le célèbre Phare de Cordouan, la Coubre, Terre Nègre, le Chay.
  - MORNAC SUR SEUDRE : Ancien port de pêche et de commerce, le village est aujourd'hui essentiellement tourné vers l'ostréiculture et le sel produit par ses marais. Village typique du littoral charentais, découverte au fil des ruelles de ses maisons aux façades blanches et volets verts ou bleus.

#### DORDOGNE

- EYMET: Bastide du XIII<sup>ème</sup> siècle, bastion du protestantisme. Sa place entourée de maisons à arcades, son cœur historique très animé, et la particularité de posséder un château avec son donjon dominant la bastide, son pont médiéval ancré dans un environnement bucolique sont autant d'invitations à la découverte de ce village...
- ISSAC : Le château de Montréal, château de la Renaissance avec une façade ornée de colonnettes et de fenêtres à meneaux, totalement entouré de remparts et de fortifications du XII<sup>ème</sup> et XIII<sup>ème</sup> siècles.

#### GERS

- EAUZE : Capitale de l'Armagnac, elle se situe au cœur de la région la plus productrice et la plus réputée de cette fameuse et ancienne eau-de-vie. Siège des principales administrations concernées par l'Armagnac, Eauze est une belle ville antique, fameuse pour ses arènes. Au détour de ses ruelles, la cathédrale Saint-Luperc (XIV<sup>ème</sup> et XV<sup>ème</sup> siècles), la maison Jeanne d'Albret, le musée Archéologique recèle un fabuleux trésor monétaire.
- CASSAIGNE : Le château est un haut lieu historique et touristique chargé d'histoire. Balade au cœur du vignoble, à la découverte des terroirs, des cépages locaux et dans l'enceinte du Château, le chai de vieillissement des Armagnacs pour une explication sur le principe de distillation. Enfin, une expérience unique vous attendra dans l'ancienne cuisine du XVI<sup>ème</sup> siècle.



crédit photo L'Avant

## GIRONDE

- LIBOURNE : Ancienne bastide royale anglaise : son pont de pierre, sa tour du grand port et sa chapelle royale. Sa situation au confluent de la Dordogne et de l'Isle, tout proche de l'embouchure de la Gironde, en fait un port maritime alors que la ville se trouve à près de 100 km de l'océan. C'est d'ailleurs ce qui a fait la richesse de la ville. Dès sa fondation, elle est le point de départ des échanges internationaux liés au commerce du vin.
- GENISSAC : le château : Edifice du XIV<sup>ème</sup> siècle aujourd'hui inscrit aux Monuments Historiques. En partie modifié au XV<sup>ème</sup> puis au XVI<sup>ème</sup>, cet ancien château fort présente encore un beau donjon avec salle voûtée, des vestiges de chapelle, ou encore une partie de logis en équerre du XVI<sup>ème</sup> siècle avec une ancienne tour d'escalier polygonale.

## LANDES

- AMOU : village paisible et fleuri de Chalosse, traversé par le Luy de Béarn. Ancien village médiéval avec ses charmantes ruelles fleuries bordées de maisons anciennes aux avant-toits découpés, les arènes, l'église Saint Pierre du XII<sup>ème</sup> s., le château du XVII<sup>ème</sup> s., la rue des fleurs, la fontaine...
- GAUJACQ : Le château est classé "Monuments Historiques". Sa construction à l'italienne, avec une galerie autour d'un jardin, fait presque penser à un cloître. Il est, par sa construction et son style, unique en Europe.

---

## LOT ET GARONNE

- HASTINGUES : Bastide fondée en 1289 par John de Hastings, dominant les Gaves Réunis. Il en reste une porte fortifiée du XIV<sup>ème</sup> siècle et quelques maisons typiques conférant au village son caractère particulier.
- SORDE : l'Abbaye : magnifique ensemble architectural classé "Monuments Historiques" Édifiée sur les ruines d'une villa gallo-romaine pavée de mosaïques, l'abbaye est le symbole d'un héritage historique prestigieux. Elle abrite un étonnant cryptoportique qui vient d'être restauré.

## LOT ET GARONNE

- DAMAZAN : Bastide aujourd'hui bordée du Canal de Garonne, elle a été édifée dans la plaine du fleuve en 1259 par Alphonse de Poitiers. Elle adopte un plan carré à la géométrie rigoureuse ; les façades de la place ont été colorées dans l'esprit original comme les menuiseries pour mettre en valeur les appareillages de pierre des maisons à colombages et des encorbellements. Une halle rebâtie au XIX<sup>ème</sup> occupe le centre.
- XAINTRAILLES : Le site féodal est connu depuis le XII<sup>ème</sup> siècle. Toujours habités, le château et son site ont subi de nombreuses transformations. Ils sont dans la même famille depuis 1868 et sont classés "Monuments Historiques" depuis 1840.

**UN VOYAGE EN MAI 2024 sera organisé et proposé en début d'année.**

## TARIF ANNUEL

Par personne	16 €
Par couple	16 €

Pour chaque sortie et pour les personnes préalablement inscrites, le tarif de la journée sera mentionné sur chaque programme trimestriel avec les dates des sorties et des visites. Les inscriptions et le règlement de ces sorties se feront au siège.

## EN SAVOIR +

À partir de 18 ans

**Responsable :** Bernadette BLANCHEREAU

**Adjointe :** Colette DUBOIS

**Contact :** [socioculturel@agja.org](mailto:socioculturel@agja.org)

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au **siège**
- **Mardi 29 août à 14h30 à l'Espace Philippe Rossetti lors de la réunion de présentation du programme par les responsables de la section**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes



## TAROT

Cette activité s'adresse aux joueurs initiés jusqu'aux confirmés, désirant jouer au tarot et se perfectionner dans une ambiance conviviale.

## QUAND ET OÙ ?

Mardi	14h30-18h00	Salle de Lussy
Vendredi	14h30-18h00	Salle de Lussy

## TARIFS ANNUELS

1 cours/semaine	57 €
2 cours/semaine	100 €

## EN SAVOIR +

À partir de 18 ans

**Responsable :** Michel GOUBAULT

**Co-responsables :** Elsa LESCOUMERE et Valérie JACOB

**Contact :** [socioculturel@agja.org](mailto:socioculturel@agja.org)

Deux tournois internes sont organisés au cours de la saison.

L'activité continue pendant les petites vacances scolaires sauf pendant les 2 semaines de Noël et la 2<sup>ème</sup> semaine des vacances d'Hiver.

Pas d'activité les jours fériés.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou **au siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

DATE DE REPRISE

Mardi 5 septembre 2023

DATE DE FIN

Vendredi 21 juin 2024



## ANGLAIS

Vous aimez l'anglais et vous souhaitez renforcer votre niveau ? Ou vous aimeriez l'apprendre ? Quel que soit votre niveau, vous pouvez venir pratiquer la langue internationale (conversation, écrit, jeux de rôles, grammaire, écoutes audio, documents vidéo...) en groupe dans une ambiance chaleureuse, ludique et conviviale à l'AGJA.



## QUAND ET OÙ ?

Lundi	10h30-12h30	Espace Philippe Rossetti	Niveau B2/C1
	14h00-15h30	Espace Philippe Rossetti	Niveau B1
	16h00-18h00	Espace Philippe Rossetti	Niveau B1/B2
	18h00-20h00	Espace Philippe Rossetti	Niveaux B2
Mardi	10h30-12h00	Espace Philippe Rossetti	Niveau A2
	16h30-18h30	Espace Philippe Rossetti	Niveaux B2/C1
	18h30-20h30	Espace Philippe Rossetti	Niveaux B2/C1
Jeudi	18h00-19h30	Espace Philippe Rossetti	Niveaux A1

**A1** : Débutant / faux débutant (connaissance de quelques mots uniquement)

**A2** : Élémentaire (un peu de vocabulaire, capable de faire des phrases simples)

**B1** : Pré-intermédiaire (s'exprime dans un certain nombre de situations mais avec des erreurs)

**B2** : Intermédiaire (s'exprime dans beaucoup de situations avec peu d'erreurs)

**C1** : Intermédiaire supérieur / confirmé (confortable dans presque toutes les situations, très peu d'erreurs)

**C2** : Usager autonome (capable de participer de manière autonome à toute conversation)

## TARIFS ANNUELS

1h30	265 €
2h	290 €

## EN SAVOIR +

À partir de 15 ans

**Intervenant** : Dirk CLARA - Tél. 06 61 71 77 09

**Contact** : [socioculturel@agja.org](mailto:socioculturel@agja.org)

Pour toute nouvelle inscription, il est nécessaire de contacter le professeur afin de sélectionner le cours adéquat selon votre niveau.

Pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au siège
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

DATE DE REPRISE

Lundi 25 septembre 2023

DATE DE FIN

Vendredi 28 juin 2024



## ESPAGNOL

Ambiance conviviale, cours variés : conversation, grammaire, écoutes audio, documents vidéo, lecture. Atelier tapas et week-end en Espagne.

### QUAND ET OÙ ?

	10h00-12h00	Espace Philippe Rossetti	Niveau B1
Lundi	14h00-16h00	Espace Philippe Rossetti	Niveau C2
	16h00-18h00	Espace Philippe Rossetti	Niveau C2
	17h00-18h30	Espace Philippe Rossetti	Niveau A2
Mardi	18h30-20h00	Espace Philippe Rossetti	Niveau B1
	09h00-11h00	Espace Philippe Rossetti	Niveau B1
Jeudi	11h00-12h30	Espace Philippe Rossetti	Niveau A2
	17h00-18h30	Espace Philippe Rossetti	Niveaux A2/B1
	18h30-20h00	Espace Philippe Rossetti	Niveau A2

#### Actuellement, il n'y a pas de cours débutant A1

- A2** : Élémentaire (un peu de vocabulaire, capable de faire des phrases simples)
- B1** : Pré-intermédiaire (s'exprime dans un certain nombre de situations mais avec des erreurs)
- B2** : Intermédiaire (s'exprime dans beaucoup de situations avec peu d'erreurs)
- C1** : Intermédiaire supérieur / confirmé (confortable dans presque toutes les situations, très peu d'erreurs)
- C2** : Usager autonome (capable de participer de manière autonome à toute conversation)

### TARIFS ANNUELS

1h30	265 €
2h	290 €

### EN SAVOIR +

À partir de 15 ans

**Intervenante** : Alicia GOMEZ DE MAINTENANT-HUTIN

**Contact** : [socioculturel@agja.org](mailto:socioculturel@agja.org)

Pour toute nouvelle inscription, il est impératif de contacter le secrétariat afin de sélectionner le cours adéquat selon votre niveau.

Pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

### INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au siège
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

DATE DE REPRISE

Lundi 25 septembre 2023

DATE DE FIN

Jeudi 20 juin 2024



## ITALIEN

Des séances ludiques qui se déroulent dans la convivialité et la bonne humeur (conversations, écoutes, vidéos, jeux de rôle...).

Des ateliers de culture italienne (cinéma, cuisine, musique, théâtre...) sont organisés 2 fois par an avec l'ensemble des élèves de la section Italien.



## QUAND ET OÙ ?

Lundi	10h00-11h30	Espace Philippe Rossetti - Salle 5	Niveau A1
	18h15-19h45	Espace Philippe Rossetti - Salle 5	Niveaux B2/C1
Mardi	18h30-20h00	Salle de Lussy	Niveaux A2/B1
Vendredi	09h00-10h30	Espace Philippe Rossetti - Salle 5	Niveau C1
	10h30-12h00	Espace Philippe Rossetti - Salle 5	Niveaux B1/B2

**A1** : Débutant / faux débutant (connaissance de quelques mots uniquement)

**A2** : Élémentaire (un peu de vocabulaire, capable de faire des phrases simples)

**B1** : Pré-intermédiaire (s'exprime dans un certain nombre de situations mais avec des erreurs)

**B2** : Intermédiaire (s'exprime dans beaucoup de situations avec peu d'erreurs)

**C1** : Intermédiaire supérieur / confirmé (confortable dans presque toutes les situations, très peu d'erreurs)

**C2** : Usager autonome (capable de participer de manière autonome à toute conversation)

**TARIF ANNUEL : 265 € - 1 cours/semaine**

## EN SAVOIR +

À partir de 15 ans

**Intervenante** : Paola GIOI

**Contact** : [socioculturel@agja.org](mailto:socioculturel@agja.org)

Pour toute nouvelle inscription, il est conseillé de contacter le secrétariat afin de sélectionner le cours adéquat selon votre niveau.

Pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) **ou au siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

**DATE DE REPRISE**

Lundi 25 septembre 2023

**DATE DE FIN**

Vendredi 21 juin 2024



## JAPONAIS

Vous êtes invités à découvrir le Japon à travers sa langue et sa culture qui mêlent étroitement modernité et tradition. Les cours se déroulent dans une ambiance conviviale et permettent d'aborder progressivement la langue japonaise orale et ses trois systèmes d'écriture. Vous prendrez le temps de discuter autour de la civilisation du Pays du Soleil Levant, au gré des envies de chacun. C'est un bon point de départ pour les scolaires désireux d'étudier le japonais au lycée ou à la faculté, ou curieux de comprendre les dessous des mangas.

## QUAND ET OÙ ?

Judi	18h15-19h45	Salle de Lussy	Niveau A2 (avancés)
Vendredi	18h15-19h45	Salle de Lussy	Niveaux A1/A2

**A1** : Débutant / faux débutant (connaissance de quelques mots uniquement)

**A2** : Élémentaire (un peu de vocabulaire, capable de faire des phrases simples)

TARIF ANNUEL : 265 €

## EN SAVOIR +

À partir de 10 ans

**Intervenant** : Allyster NAU

**Contact** : [socioculturel@agja.org](mailto:socioculturel@agja.org)

Pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou **au siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

DATE DE REPRISE

Judi 28 septembre 2023

DATE DE FIN

Vendredi 21 juin 2024

# Let's play in English



## LET'S PLAY IN ENGLISH

Cette activité destinée aux enfants permet d'apprendre et de pratiquer l'anglais de façon ludique. Au travers d'ateliers diversifiés tels que la pratique de jeux, le théâtre, les créations manuelles, les livres, les chansons et comptines..., l'enfant acquiert du vocabulaire et apprend à construire des phrases en anglais.

## QUAND ET OÙ ?

Samedi	10h00-11h00	Salle de Lussy	De 5 à 8 ans (GSM à CE2)
	11h00-12h00	Salle de Lussy	De 9 à 12 ans (CM1 à 5 <sup>ème</sup> )

TARIF ANNUEL : 195 €

## EN SAVOIR +

À partir de 5 ans

Contact : [socioculturel@agja.org](mailto:socioculturel@agja.org)

Pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou **au siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

DATE DE REPRISE

Samedi 16 septembre 2023

DATE DE FIN

Samedi 22 juin 2024

## CLUB NATURE

Les enfants, tels de petits scientifiques, partent à la découverte de la nature au fil des saisons. Différents thèmes seront abordés tout au long de l'année. L'objectif pédagogique de ces sorties d'exploration est de permettre à l'enfant de découvrir la nature (faune et flore), d'être sensibilisé au respect de l'environnement et d'apprendre les techniques d'observation.



## QUAND ET OÙ ?

Samedi 10h00-12h00 Parc Bordelais et Espace Philippe Rossetti - Salle 2\*  
13h30-15h30 Parc Bordelais et Espace Philippe Rossetti - Salle 2\*

\* pour les ateliers en salle

**16/09 - Classification des espèces :** Qui est quoi ? Insecte, arachnide, vertébré ?

**30/09 - Eaucéan :** Partez découvrir les planctons, les Pokémon de la mer !

**07/10 - Compost :** Qui fait quoi dans cette mini-société ? Les éboueurs du sol.

**14/10 - Mycélium :** Mieux que la 5G, les champignons ont internet depuis des millions d'années ! Le Wood Wide Web.

**18/11 - Racines<sup>2</sup> :** Les plantes sont-elles mathématiciennes ou ingénieurs ? Rôle des racines.

**25/11 - Sa majesté des mousses :** Partons à sa recherche et découvrons ses pouvoirs.

**16/12 - Blob, bloby, bloba :** Les surprenantes aventures du plus vieux des organismes vivants, le Blob (activité en salle).

**13/01 - Am Stram Gram Bec et bec et mandibule :** Comment les oiseaux et les insectes se nourrissent ? Suivi de la construction d'un aspi-insecte (activité en salle)

**10/02 - Les stratégies de survie du vivant :** Le Koh Lanta où il ne doit pas en rester qu'un ! (activité en salle)

**10/03 - Mon empreinte :** Quid de mon impact ? Eléphant VS homme, qui a la plus grande empreinte ?

**06/04 - Les oiseaux, ces habitants des airs :** Comment ils volent, qu'est-ce qu'ils chantent ? Blind test volatile.

**04/05 - Quadrats :** Extraordinaire inventaire ludique ! Délimitez une zone et trouvez tout ce qui y vit.

**25/05 - Parc-washing :** Prenons soin de notre parc ! Dans la peau d'un agent d'entretien des espaces verts.

**08/06 - Land art et les artistes de la nature :** Détournez les éléments naturels pour créer des œuvres d'art.

**TARIF ANNUEL : 130 €\***

\*Matériel du petit explorateur non fourni à acheter en début d'année : loupe, cahier, crayons, mètre de couture en tissu

## EN SAVOIR +

Enfant de 6 à 11 ans

Intervenant : Stéphane GANDY

Contact : [clubnature@agja.org](mailto:clubnature@agja.org)

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au siège
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

DATE DE REPRISE

Samedi 16 septembre 2023

DATE DE FIN

Samedi 8 juin 2024

# Élément'terre

## CLUB SCIENCES **NOUVEAU**

"Élément'terre ma chère planète" est un parcours d'ateliers participatifs et ludiques qui traitent différents sujets relatant l'histoire de la terre avant l'apparition de l'homme jusqu'à son futur. Les petits participants pourront découvrir, expérimenter et s'amuser autour d'expériences extraordinaires et prendre goût aux sciences !

## QUAND ET OÙ ?

Mercredi 14h00-15h30 Salle de Lussy

### AU DÉPART IL Y AVAIT LA TERRE

Eau : propriétés de l'eau, cycle de l'eau  
Air : propriétés de l'air, pollution de l'air  
Son : propriétés du son  
Lumière : propriétés de la lumière, et des couleurs  
Océan : biodiversité marine  
Plantes : dissémination des graines, pollinisation  
Gaz : propriétés des gaz à effet de serre  
Biodiversité : stratégies de survie du vivant

### PUIS SOUDAIN APPARUT L'HOMME

Biologie : découverte du fonctionnement du corps humain  
Nutrition : apprendre à manger équilibré  
Alimentation : cuisine moléculaire  
Musique : création d'instruments  
Peinture : action painting et autres techniques  
Physique : jouer avec les lois de la gravité, force centrifuge  
Électricité : propriétés de l'électricité, circuit électrique

### QUI PRIT CONNAISSANCE DE SON IMPACT ENVIRONNEMENTAL

Sensibilisation au développement durable : jeux divers  
Pollution : impact environnemental  
Énergies fossiles : réduction de son empreinte carbone  
Écogestes : réduire sa consommation  
Énergies renouvelables : conception d'éoliennes et autres  
Fake news : apprendre à discerner le vrai du faux

### ET DÉCIDA DE QUITTER LA TERRE

Par les terres : conception d'engins roulants  
Par les mers : conception d'engins flottants  
Par les airs : conception d'engins volants  
Espace : découverte de l'univers et des galaxies  
Futur : imaginer le futur

**TARIF ANNUEL : 210 €**

## EN SAVOIR +

Enfant de 8 à 11 ans

**Intervenant :** Stéphane GANDY

**Contact :** [clubnature@agja.org](mailto:clubnature@agja.org)

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au **siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

DATE DE REPRISE

Mercredi 13 septembre 2023

DATE DE FIN

Mercredi 26 juin 2024





## CONFÉRENCES CINÉMA

NOUVEAU

Ce cycle de conférences vous propose un voyage à travers la vie et l'œuvre de trois cinéastes de premier plan : Alfred Hitchcock, François Truffaut et Woody Allen.

Trois séances seront consacrées à chacun de ces artistes. Chacune de ces séances sera centrée sur un film majeur de leur filmographie qui sera abondamment commenté.



## QUAND ET OÙ ?

Judi 20h30-22h00 Salle de Lussy

**28/09 - Séance de présentation** des trois cinéastes, de leurs thèmes de prédilection et des liens qui existent entre leurs œuvres respectives. Passage en revue et historique du langage cinématographique sous ses divers aspects (photographie, son, montage...).

**Premier cycle : Amour, espionnage et anti-fascisme dans 3 films d'Alfred Hitchcock**

**12/10** - L'ombre d'un doute (Shadow of a Doubt, 1943)

**09/11** - Les enchaînés (Notorious, 1946)

**07/12** - La mort aux trousses (North by Northwest, 1959)

**Deuxième cycle : François Truffaut rosselinien et hitchcockien : trois des premières œuvres du cinéaste.**

**11/01** - Les 400 coups (1959)

**01/02** - Tirez sur le pianiste (1960)

**14/03** - La peau douce (1964)

**Troisième cycle : Woody Allen : amour, crimes et culpabilité dans trois de ses films.**

**04/04** - Crimes et délits (Crimes and Misdemeanors, 1989)

**02/05** - Match Point (Match Point, 2005)

**30/05** - Meurtre mystérieux à Manhattan (Manhattan Murder Mystery, 1993)

## TARIFS ANNUELS

Forfait 10 séances 80 €

Le ticket (si places restantes au 18/09) 13 €

## EN SAVOIR +

À partir de 18 ans

**Intervenant :** Dirk CLARA auteur de « Les Mondes parallèles de Woody Allen » (Presses Universitaires du Nouveau Monde)

**Contact :** [socioculturel@agja.org](mailto:socioculturel@agja.org)

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au **siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti
- Les inscriptions au ticket se font au siège, par séance, à partir du 15 septembre si places disponibles

DATE DE REPRISE

Judi 28 septembre 2023

DATE DE FIN

Judi 30 mai 2024

cinéma

## CONFÉRENCES ART MODERNE & CONTEMPORAIN

Pour cette saison, Nicolas vous propose une belle programmation où trois périodes se distinguent : les temps liés à la Renaissance, les temps intermédiaires entre clair-obscur et Romantisme et les temps liés à la Modernité.

### QUAND ET OÙ ?

Lundi 18h00-20h00 Salle de Lussy

#### Première période : Les temps liés à la Renaissance

02/10 – Jean Van Eyck  
16/10 – Hieronymus Bosch  
06/11 – Léonard de Vinci  
27/11 – Michel-Ange  
11/12 – Raphaël

#### Deuxième période : Les temps intermédiaires entre clair-obscur et Romantisme

15/01 – Caravage  
29/01 – Georges de La Tour  
12/02 – Diego Velasquez  
11/03 – Francisco de Goya  
25/03 – Eugène Delacroix

#### Troisième période : La Modernité à partir de Manet

08/04 – Edouard Manet  
29/04 – Renoir  
13/05 – Van Gogh  
27/05 – Picasso  
10/06 – Jackson Pollock

### TARIFS ANNUELS

Forfait 15 séances	105 €
Le ticket (si places restantes au 10/10)	14 €

### EN SAVOIR +

À partir de 18 ans

**Responsable** : Laurence SCHAEVERBEKE

**Intervenant** : Nicolas BULF - guide-conférencier

**Contact** : [socioculturel@agja.org](mailto:socioculturel@agja.org)

### INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au **siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

DATE DE REPRISE

Lundi 2 octobre 2023

DATE DE FIN

Lundi 10 juin 2024



# Généalogie



## GÉNÉALOGIE

## NOUVEAU

Cherchez les autres, vous vous trouverez vous-même ! Avec 40 ans de pratique, Marie CABOS propose un accompagnement dans vos recherches personnelles, familiales, de votre histoire à travers une démarche individualisée. Le groupe est ouvert aux débutants comme aux initiés qui se sont égarés dans leurs recherches d'informations.

## QUAND ET OÙ ?

Jeu

10h00-12h00

Espace Jean Bégarie - Salle 2

TARIF ANNUEL : 70 €

## EN SAVOIR +

À partir de 18 ans

**Intervenante :** Marie CABOS

**Contact :** [socioculturel@agja.org](mailto:socioculturel@agja.org)

Pas d'activité pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au **siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

DATE DE REPRISE

Jeu 5 octobre 2023

DATE DE FIN

Jeu 13 juin 2024





## INFORMATIQUE

Cet atelier est destiné aux débutants, intermédiaires ou avancés. Le but est d'amener les apprenants vers l'autonomie dans l'utilisation des équipements informatiques, que ce soit sur un ordinateur Windows, une tablette ou un smartphone Android ou Apple.

## QUAND ET OÙ ?

Mardi	10h15-12h15	Espace Philippe Rossetti - Salle 3	Intermédiaire
	14h00-16h00	Espace Philippe Rossetti - Salle 3	Intermédiaire
Mercredi	10h00-12h00	Espace Philippe Rossetti - Salle 3	Intermédiaire
	14h00-16h00	Espace Philippe Rossetti - Salle 3	Débutant
Vendredi	18h30-20h30	Espace Philippe Rossetti - Salle 3	Avancé

**Programme pour les débutants :** S'initier à l'ordinateur.

**Programme pour les intermédiaires :** Approfondir l'usage de l'ordinateur.

**Programme pour les avancés :** Vers l'expertise.

**Utilisation du smartphone et de la tablette en liaison avec celle de l'ordinateur.**

**TARIF ANNUEL : 295 € - 1 cours/semaine**

## EN SAVOIR +

À partir de 18 ans

**Intervenants :** Karine SAUVOUREL et Michel GAY-ANGER

**Contact :** [socioculturel@agja.org](mailto:socioculturel@agja.org)

Pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au siège
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

**DATE DE REPRISE**  
Mardi 5 septembre 2023

**DATE DE FIN**  
Vendredi 21 juin 2024

## PERMACULTURE

Prendre soin de l'humain, de la terre, pour un mode de vie plus responsable. La permaculture permet de savoir faire les bons choix au quotidien pour être en accord avec soi-même, cultiver des relations harmonieuses et contribuer à régénérer les écosystèmes. À travers ces ateliers théoriques et pratiques, vous explorerez des outils et méthodes concrets, applicables chez vous, pour être acteurs de solutions.



## QUAND ET OÙ ?

Jeudi 19h00-20h30 Espace Jean Bégarie - Salle 2

**07/09** - Introduction de la permaculture, présentation du programme de la saison et des intervenants

**21/09** - Multiplier sa corne d'abondance : bouturage, récolte de graines... (réalisation d'un herbier)

**05/10** - C'est quoi bien manger ?

**19/10** - Manger de saison et équilibré-Part.1

**09/11** - Manger de saison et équilibré-Part.2

**16/11** - Comment préparer sa corne d'abondance : autonomie alimentaire

**30/11** - Alimentation omnivore, flexitarienne, végétarienne, végétalienne : avantages et inconvénients

**14/12** - Quel est l'impact de notre consommation alimentaire sur l'environnement ?

**11/01** - La vie du sol

**25/01** - Energie et société : pourquoi notre société est-elle fragile ?

**08/02** - Découvrir la méthodologie de design en permaculture avec le jeu du design

**07/03** - Habitat (énergie, bioclimatisme) : comment habiter durablement ?

**21/03** - Et si les lois de la nature pouvaient être inspirantes pour notre système monétaire ?

**04/04** - Strates végétales : du potager à la forêt jardin

**02/05** - La permaculture adaptée à l'humain

**16/05** - Identifier ses talents pour être en accord avec soi-même

**30/05** - Connaître et respecter ses besoins pour son propre équilibre

**13/06** - Se nourrir de ses valeurs pour créer la vie qui nous ressemble

**27/06** - Témoignage d'un parcours de permaculture inspirant & debrief collectif

**TARIF ANNUEL : 150 € - Forfait de 19 séances**

## EN SAVOIR +

À partir de 18 ans

**Responsable** : Audren DE KERHOR - Tél. 07 83 79 93 37

**Intervenants** : Audren DE KERHOR : Coach de transition. Carole PAUMIER : Diététicienne nutritionniste, professionnelle de la restauration et guide composteur, formatrice et animatrice en restauration et alimentation éco-responsable. Julia SCHINDLER : Ingénieur en agronomie, formatrice et consultante en permaculture. Arnaud FERRER : Jardinier-Méditant et Artiste militant.

**Contact** : [socioculturel@agja.org](mailto:socioculturel@agja.org)

## INSCRIPTION

- À partir du 22 août : en ligne via le **site internet de l'AGJA** [www.agja.org](http://www.agja.org) ou au **siège**
- Le samedi 2 septembre : lors des Portes Ouvertes à l'Espace Philippe Rossetti selon les places restantes

DATE DE REPRISE

Jeudi 7 septembre 2023

DATE DE FIN

Jeudi 27 juin 2024



## CAUDERAN VISION Opticiens

107, Avenue du Général Leclerc - 05 56 36 41 97  
Informations & Rendez-vous [cauderanvision.fr](http://cauderanvision.fr)  
Opticiens partenaires de l'AGJA avec ESSILOR



# DEVENEZ CLIENT !

Grâce au partenariat association entre l'AGJA  
et le Crédit Mutuel du Sud-Ouest



**30€  
OFFERTS**

POUR L'OUVERTURE D'UN PREMIER COMPTE <sup>(1)</sup>

**Crédit Mutuel  
du Sud-Ouest**

📍 Agence Bordeaux Caudéran - 161 Rue Jules Ferry - 33200 Bordeaux | ☎ 05 56 07 95 29

(1) Offre réservée aux personnes non clientes du Crédit Mutuel du Sud-Ouest, sous réserve du maintien de la convention de partenariat entre l'association et le Crédit Mutuel du Sud-Ouest au jour de l'ouverture du compte. Les 30 € seront versés sous réserve de l'ouverture au Crédit Mutuel du Sud-Ouest d'un premier compte de dépôt (frais de tenue de compte offerts pendant un an) pour les majeurs, d'un premier livret (hors livret non réglementé) par les représentants légaux pour les mineurs. Les 30 € seront versés exclusivement par virement sur le produit souscrit dans un délai d'un mois après l'ouverture. L'ouverture d'un compte est soumise à l'accord de la banque. Conditions de l'offre en vigueur au 03/07/2023, susceptibles d'évolution.  
Caisse Régionale du Crédit Mutuel du Sud-Ouest - société coopérative de crédit à capital variable et de courtage d'assurances (affiliée au Crédit Mutuel Arkéa, n°DRIAS 07 025 585). 14 avenue Antoine Becquerel, 33600 Pessac. SIREN 691 820 385 - RCS Bordeaux. Crédit Photo: Gettyimages. Document publicitaire. 07/2023