



71 AVENUE DE L'ALLIER 63800 COURNON  
 TEL. 04 73 84 62 28 - FAX 04 73 84 65 99  
 Mail : centredeloisirs-cournon@wanadoo.fr  
 Site : www.centredeloisirs-cournon.org

# SAISON 2022/2023

## SPORTS avec LICENCE FEDERALE ou ACADEMIE SPORTIVE

CARTE D'ADHESION NES EN 2005 & AVANT		35,00 €
CARTE D'ADHESION NES EN 2006 & APRES	1ER ENFANT	25,00 €
CARTE D'ADHESION NES EN 2006 & APRES	2EME ENFANT	25,00 €
CARTE D'ADHESION NES EN 2006 & APRES	3EME ENFANT	15,00 €

IPNS - Ne pas jeter sur la voie publique

**RENOUVELLEMENT DES ADHESIONS A PARTIR DU MARDI 30 AOUT 2022 SAUF EXCEPTION  
 POUR LES NOUVEAUX : 2 SEANCES D'ESSAI OFFERTES AVANT INSCRIPTION SAUF EXCEPTION**

**PIECES A FOURNIR A L'INSCRIPTION**  
**POUR TOUS**  
 1 CERTIFICAT MEDICAL **OBLIGATOIRE** (voir REGLEMENT INTERIEUR : modalités d'inscription)  
**POUR LES MOINS DE 18 ANS**  
 UNE ATTESTATION DE QUOTIENT FAMILIAL (afin de bénéficier éventuellement du tarif modulé si votre Quotient Familial le permet  
 et si vous ne bénéficiez pas déjà du pass' loisirs **ces aides n'étant pas cumulables**)  
**REGLEMENT PAR CARTE BANCAIRE** à prioriser sauf impossibilité majeure

<b>PLONGEE</b> <i>en partenariat avec</i>		ACTIVITE ADULTES NES EN 2004 & AVANT	185,00 €
		ACTIVITE JEUNES NES EN 2005 & APRES & FAMILLE	155,00 €
		LICENCE FFESSM INCLUSE	

### REPRISE LUNDI 19 SEPTEMBRE 2022

JOURS	HEURES	GROUPES	LIEUX	PRESIDENT
LUNDI	19H30-20H15	8-16 ANS	ANDROSACE BASSIN DE NAGE 2 lignes d'eau	<b>PATRICK RAFFARD</b> Adjoint : Jean Philippe AGULLO Trésorier : Alexandre BIELICKI Secrétaire : Vincent LAMADON Suppléant : Samuel BORDAT
	20H15-21H15	+ 16 ANS		
JEUDI	21H00-22H00	PALMES	COUBERTIN	

\* Rattrapage de séance annulée impossible (se conformer au REGLEMENT INTERIEUR de l'équipement).



71 AVENUE DE L'ALLIER 63800 COURNON  
 TEL. 04 73 84 62 28 - FAX 04 73 84 65 99  
 Mail : centredeloisirs-cournon@wanadoo.fr  
 Site : www.centredeloisirs-cournon.org

# SAISON 2022/2023

## SPORTS avec LICENCE FEDERALE

### ou ACADEMIE SPORTIVE

CARTE D'ADHESION NES EN 2005 & AVANT		35,00 €
CARTE D'ADHESION NES EN 2006 & APRES	1ER ENFANT	25,00 €
CARTE D'ADHESION NES EN 2006 & APRES	2EME ENFANT	25,00 €
CARTE D'ADHESION NES EN 2006 & APRES	3EME ENFANT	15,00 €

IPNS - Ne pas jeter sur la voie publique

**RENOUVELLEMENT DES ADHESIONS A PARTIR DU MARDI 30 AOUT 2022 SAUF EXCEPTION  
 POUR LES NOUVEAUX : 2 SEANCES D'ESSAI OFFERTES AVANT INSCRIPTION SAUF EXCEPTION**

**PIECES A FOURNIR A L'INSCRIPTION**

**POUR TOUS**

1 CERTIFICAT MEDICAL **OBLIGATOIRE** (voir REGLEMENT INTERIEUR : modalités d'inscription)

**POUR LES MOINS DE 18 ANS**

UNE ATTESTATION DE QUOTIENT FAMILIAL (afin de bénéficier éventuellement du tarif modulé si votre Quotient Familial le permet et si vous ne bénéficiez pas déjà du pass' loisirs **ces aides n'étant pas cumulables**)

**REGLEMENT PAR CARTE BANCAIRE** à prioriser sauf impossibilité majeure

## TENNIS



facebook

ADHESION CLUB ADULTES NES EN 2004 & AVANT <sup>(2)</sup>	125,00 €
ADHESION CLUB JEUNES NES DE 2005 A 2011 <sup>(2)</sup>	95,00 €
ADHESION CLUB JEUNES NES DE 2012 A 2017 & SENIORS NES EN 1960 ET AVANT <sup>(1) (2)</sup>	15,00 €
L'HEURE DE COURS 1 SEANCE PAR SEMAINE <sup>(3)</sup>	135,00 €

**PORTE OUVERTE LE 4 SEPTEMBRE 2022 DURANT LA FETE DU SPORT POUR UNE REPRISE LE 12**

JOURS	HEURES A TITRE INDICATIF	LIEUX	PRESIDENTE
LUNDI	18H00-19H00	COURTS DE TENNIS PLAINE DE JEUX	MARINE NEDELEC 06 85 57 71 80 marine.nedelec63@gmail.com  Trésorière : Angélique LAFFON 06 89 97 62 11 angeln95@hotmail.fr  Secrétaire : Brice LECHARPENTIER 06 70 49 66 58 lecharpentier.brice@bbox.fr  Animateur : Xavier CORNET 06 19 35 19 51 xavier.cornet@hotmail.fr
	19H00-20H00		
	20H00-21H00		
MARDI	19H00-20H00		
	20H00-21H00		
MERCREDI	10H00-11H00		
	11H00-12H00		
	14H00-15H00		
	15H00-16H00		
	16H00-17H00		
	17H00-18H00		
	18H00-19H00		
	19H00-20H00		
JEUDI	20H00-21H00		
	18H15-19H15		
	19H15-20H15		
VENDREDI	20H15-21H15		
	20H30-22H00 MUSCULATION	COMPLEXE FLORIAN LAVERGNE	

(1) tarif réservé aux adhérents prenant des cours

**CONTACT Xavier CORNET pour tous renseignements**

(2) Hors licence FFT (adultes : 32,00 € / jeunes nés de 2005 à 2016 : 22,00 € / jeunes nés en 2017 : 12,00 €)

(2) Hors carte d'entrée ou invitation (10,00 €) - Hors engagements tournois facultatifs

**(3) pour les adhérents club : à partir de 5 ans**



71 AVENUE DE L'ALLIER 63800 COURNON  
 TEL. 04 73 84 62 28 - FAX 04 73 84 65 99  
 Mail : centredeloisirs-cournon@wanadoo.fr  
 Site : www.centredeloisirs-cournon.org

# SAISON 2022/2023

## SPORTS avec LICENCE FEDERALE

### ou ACADEMIE SPORTIVE

CARTE D'ADHESION NES EN 2005 & AVANT		35,00 €
CARTE D'ADHESION NES EN 2006 & APRES	1ER ENFANT	25,00 €
CARTE D'ADHESION NES EN 2006 & APRES	2EME ENFANT	25,00 €
CARTE D'ADHESION NES EN 2006 & APRES	3EME ENFANT	15,00 €

IPNS - Ne pas jeter sur la voie publique

**RENOUVELLEMENT DES ADHESIONS A PARTIR DU MARDI 30 AOUT 2022 SAUF EXCEPTION  
 POUR LES NOUVEAUX : 2 SEANCES D'ESSAI OFFERTES AVANT INSCRIPTION SAUF EXCEPTION**

#### PIECES A FOURNIR A L'INSCRIPTION

##### POUR TOUS

1 CERTIFICAT MEDICAL OBLIGATOIRE (voir REGLEMENT INTERIEUR : modalités d'inscription)

##### POUR LES MOINS DE 18 ANS

UNE ATTESTATION DE QUOTIENT FAMILIAL (afin de bénéficier éventuellement du tarif modulé si votre Quotient Familial le permet et si vous ne bénéficiez pas déjà du pass' loisirs ces aides n'étant pas cumulables)

REGLEMENT PAR CARTE BANCAIRE à prioriser sauf impossibilité majeure

## TENNIS DE TABLE



ACTIVITE LOISIRS	110,00 €
ACTIVITE COMPETITION <sup>(1)</sup>	130,00 €
LICENCE PROMO LOISIRS OU FFTT COMPETITION EN PLUS <sup>(2)</sup>	

### REPRISE LUNDI 5 SEPTEMBRE 2022

JOURS	HEURES	COMPLEXE FLORIAN LAVERGNE	PRESIDENT
LUNDI	17H00-18H45	ENTRAINEMENT LIBRE POUR TOUS	FRANCK LEGRAND  Trésorier : Hervé ANDRIEU  Secrétaire : Carole LEGRAND  Animateur : Michel THEVENIN
	18H45-20H45	ADULTES LOISIRS ET COMPETITION DEPARTEMENTALE	
MARDI	16H45-19H00	JEUNES COMPETITION 1 ET 2	
	19H00-21H15	ADULTES COMPETITION NATIONALE ET REGIONALE	
	21H15-22H00	ENTRAINEMENT LIBRE POUR TOUS	
MERCREDI	12H00-14H00	ENTRAINEMENT LIBRE POUR TOUS	
	14H00-16H15	JEUNES GROUPE 1	
	16H15-17H45	JEUNES GROUPE 2	
	17H45-19H30	ADULTES LOISIRS ET COMPETITION DEPARTEMENTALE	
	19H30-21H00	ADULTES TOUS NIVEAUX LIBRE	
JEUDI	18H00-21H15	TOUS LES GROUPE ADULTES	
	21H15-22H00	ENTRAINEMENT LIBRE POUR TOUS	
	20H30-22H00 MUSCULATION		
VENDREDI	18H00-20H15	TOUS LES GROUPE COMPETITION JEUNES ET ADULTES	
	20H15-22H00	ENTRAINEMENT LIBRE POUR TOUS SAUF COMPETITION	
SAMEDI	10H00-12H00	BABY PING	

(1) Hors engagements critérium

(2) variable suivant catégories d'âge

**RENOUVELLEMENT des ADHESIONS auprès de Carole**



71 AVENUE DE L'ALLIER 63800 COURNON  
 TEL. 04 73 84 62 28 - FAX 04 73 84 65 99  
 Mail : centredeloisirs-cournon@wanadoo.fr  
 Site : www.centredeloisirs-cournon.org

## SAISON 2022/2023

### SPORTS avec LICENCE FEDERALE ou ACADEMIE SPORTIVE

CARTE D'ADHESION NES EN 2005 & AVANT		35,00 €
CARTE D'ADHESION NES EN 2006 & APRES	1ER ENFANT	25,00 €
CARTE D'ADHESION NES EN 2006 & APRES	2EME ENFANT	25,00 €
CARTE D'ADHESION NES EN 2006 & APRES	3EME ENFANT	15,00 €

IPNS - Ne pas jeter sur la voie publique

**RENOUVELLEMENT DES ADHESIONS A PARTIR DU MARDI 30 AOUT 2022 SAUF EXCEPTION  
POUR LES NOUVEAUX : 2 SEANCES D'ESSAI OFFERTES AVANT INSCRIPTION SAUF EXCEPTION**

**PIECES A FOURNIR A L'INSCRIPTION**

**POUR TOUS**

1 CERTIFICAT MEDICAL OBLIGATOIRE (voir REGLEMENT INTERIEUR : modalités d'inscription)

**POUR LES MOINS DE 18 ANS**

UNE ATTESTATION DE QUOTIENT FAMILIAL (afin de bénéficier éventuellement du tarif modulé si votre Quotient Familial le permet et si vous ne bénéficiez pas déjà du pass' loisirs ces aides n'étant pas cumulables)

REGLEMENT PAR CARTE BANCAIRE à prioriser sauf impossibilité majeure

## WA JUTSU



ACTIVITE 5-12 ANS 1H15 PAR SEMAINE	90,00 €
ACTIVITE 13 ANS & + 1H30 OU 2H PAR SEMAINE	155,00 €
LICENCE AEJT ENFANTS JEUNES ADULTES	40,00 €

### REPRISE LUNDI 5 SEPTEMBRE 2022

JOURS	HEURES	GROUPES	LIEUX	RESPONSABLES
LUNDI	20H00-22H00	13 ANS & +	JLB ESPACE POLYVALENT	MYLENE ET PHILIPPE GODFROY
MERCREDI	18H00-19H15	5-8 ANS		
	19H15-20H30	9-12 ANS		
VENDREDI	20H30-22H00	13 ANS & +	CDL GRANDE SALLE	

Le **Wa Jutsu** est une **méthode de Ju Jitsu traditionnel japonais à but non compétitif**. C'est un **sport complet** et un **art martial authentique**. La méthode **comporte** : des **katas traditionnels**, des **techniques de self défense debout armées ou non armées** (baton court "tambo", poignard en caoutchouc, poignard réel "tanto", sabre réel "katana"), des **modes d'entraînement debout**, des **exercices de concentration**, des **exercices de respiration**. Un **programme éducatif destiné aux enfants** permet d'**apprendre cette méthode à travers une progression non dangeureuse adaptée à leur âge**.

**La méthode du wa jutsu amène un équilibre physique et mental.**

**Pour les vétérans**, le travail sera axé sur le **développement de la souplesse et des techniques kata**. Le travail sur les **respirations** sera renforcé, les **cours seront adaptés à chaque pratiquant**.