

Tarifs activités proposées par Le Local

POITIERS	Activités enfants		Activités Adultes				
	mini	maxi	1h	1h30-2h	1h	1h30	2h
QF1	0	413	67 €	71 €	99 €	105 €	148 €
QF2	414	518	113 €	120 €	136 €	145 €	205 €
QF3	519	727	131 €	138 €	148 €	157 €	222 €
QF4	728	900	152 €	161 €	171 €	181 €	256 €
QF5	901	1214	183 €	194 €	206 €	218 €	309 €
QF6	1215	1491	192 €	204 €	217 €	230 €	325 €
QF7	1492	1877	211 €	223 €	243 €	268 €	365 €
QF8	1878	et +	232 €	246 €	266 €	281 €	398 €

HORS POITIERS	Activités enfants		Activités Adultes				
	mini	maxi	1h	1h30-2h	1h	1h30	2h
QF1	0	413	80 €	85 €	119 €	126 €	178 €
QF2	414	518	136 €	144 €	163 €	174 €	246 €
QF3	519	727	157 €	166 €	178 €	188 €	266 €
QF4	728	900	182 €	193 €	205 €	217 €	307 €
QF5	901	1214	220 €	233 €	247 €	262 €	371 €
QF6	1215	1491	230 €	245 €	260 €	276 €	390 €
QF7	1492	1877	253 €	268 €	292 €	310 €	438 €
QF8	1878	et +	278 €	295 €	319 €	337 €	478 €

Début des inscriptions : 31/08/15
Début des activités : 14/09/15

Adhésion à la MCL / Le Local

Moins de 16 ans : 3 € / Plus de 16 ans : 6 € / Famille : 9 €
/ MCL / 3 Cités : 7 €

Horaires de l'accueil

Lundi 13h30 - 18h45
Mardi 13h30 - 18h45
Mercredi 9h - 18h45
Jeudi 9h - 12h + 13h30 - 18h45
Vendredi 13h30 - 17h45.

Attention, l'accueil est fermé entre 12h et 14h du lundi au vendredi pendant les vacances scolaires.

Comment s'inscrire à une activité ?

Vous pouvez assister à une **séance d'essai**. Pour calculer le tarif des activités proposées par **Le Local**, l'accueil a besoin du **dernier avis d'imposition** du foyer fiscal, des **allocations familiales** ainsi que d'un **justificatif de domicile**.

Les **étudiants** devront fournir l'avis d'imposition des parents. Pour les **étudiants**, les **plus de 60 ans du QF1 au QF5**, les bénéficiaires des **minimas sociaux (RSA)**, une **réduction de 20 %** est accordée sur présentation d'un justificatif. Pour une inscription à une deuxième activité, vous bénéficiez d'une remise de **10 %** sur le tarif le moins élevé. N'hésitez pas à vous renseigner auprès de l'animateur pour connaître les **dates de clôture**. Les activités sont suspendues pendant les **vacances scolaires**. Les réductions citées ci-dessus ne sont pas applicables aux pratiques proposées par les associations partenaires. Renseignez-vous directement auprès de celles-ci pour connaître les modalités d'inscription et de paiement. Dans tous les cas, vous devez remplir une **fiche d'adhésion au Local**.



* Activités enfants

LE LOCAL

16, rue St Pierre Le Puellier 86000 POITIERS
 05.49.62.84.83 - infos@lelocal.asso.fr - www.lelocal.asso.fr



Ne pas jeter sur la voie publique - Imprimé : sergentpapers.com

SALSA / DANSES LATINES

« Bal Us Trad »

Mardi 18h30 – 19h25 : Salsa Découverte et Initiation
Mardi 19h30 – 20h25 : Salsa Débutant Mardi
20h30 – 21h25 : Salsa Intermédiaire
Mardi 21h30 – 22h25 : Salsa Avancé
Vendredi 18h10 – 19h05 : Danses Latines débutant
Vendredi 19h10 – 20h05 : Salsa Intermédiaire / Avancé

Apprendre, maîtriser et se perfectionner en SALSA (4 niveaux de cours).

Les cours de danses latines intègre la BACHATA, la KIZOMBA, le CHA CHA CHA et le MERENGUE.

Adhésion : 14€ (+6€ pour le Local) Cotisation : 165€ (1 cours), 250€ (2 cours), FULL PASS : 345€
Encadrement : Stéphane MERCIER et Mickael BENOIT – balustrad86@gmail.com – 06.26.19.47.85
Facebook : www.facebook.com/BALUSTRAD

Feldenkrais - «Un pas vers soi»

Jeudi 11h00 - 12h15 - Tous niveaux
2^{ème} samedi du mois d'octobre à juin

Réveiller et découvrir nos capacités sensori-motrices pour retrouver une mobilité fluide, libérée des tensions, douleurs...

Adhésion : 15 € Cotisation : 250 €
Encadrement : Kristine Aubry - 07 86 42 48 87
Kris.aubry@orange.fr

Jeu de simulation (+ de 16 ans) - «Ordalie»

Jeudi 19h00 - 23h00 + de 16 ans
 La pratique du jeu sous toutes ses formes (jeu de rôle, figurine, stratégie, cartes..) entre amis, passionnés et débutants.

Adhésion : Cotisation : 25 €
Infos : <http://www.ordalie.net> - 06 13 27 09 79
asso.ordalie@gmail.com

Musiques - «Eveil Musical - ARCADIE»

Mercredi de 16h00 à 17h00 : 3-5 ans (petits)
Mercredi de 15h00 à 16h00 : 5-6 ans (moyens)
Adhésion : 28 € Cotisation : 150 € (pas de séance d'essai)

Inscription Association Arcadie
18 rue Boncenne - Poitiers
05 49 45 21 20

Pratique de la musique irlandaise

«Poitin na Gael»
Mardi 20h00 - 22h00 débutants et intermédiaires + 16 ans

Apprendre et pratiquer les jigs et les reels et hornpipes lentement et à l'oreille : c'est la meilleure façon de pouvoir accéder aux « Irish Sessions » le cœur de la musique irlandaise.

Adhésion 15 € : Cotisation : 30 €
Infos : <http://poitin.lautre.net> - olirishmusic-whistles@yahoo.fr - Olivier BOUCHARD - 06.65.35.41.00

Qi Gong - «Art Taiji-Quan-Qi-Gong Poitiers»

Mardi 18h00 - 19h00 et 19h05 - 20h05
(tous niveaux à partir de 16 ans)

Le but est d'entretenir santé et bien-être, en harmonisant le corps, la respiration et l'esprit. Le Qi-Gong favorise la bonne circulation des énergies, la concentration et la mémoire. C'est un des outils de la médecine traditionnelle chinoise, de la notion Yin/Yang, des 5 organes et des 6 entrailles.

Adhésion : Cotisation : 150 € - 240 € pour les 2 activités (Qi-Cong + Taïchi)
Encadrement : Michel Bejaud 05.49.02.06.22 -

Taïchi chuan - «Art Taiji-Quan-Qi-Gong Poitiers»

Mardi 20h10 - 21h30 (tous niveaux à partir de 16 ans)

Ces mouvements sont enchainés harmonieusement dans des séquences plus ou moins longues. Le Taïchi peut être pratiqué pour sa dimension martiale, mais reste avant tout un art de bien-être accessible à tous qui est défini comme une méditation en mouvement. Il s'agit d'atteindre un état de tranquillité intérieure tout en étant en mouvement.

Adhésion : Cotisation : 150 € - 240 € pour les 2 activités (Qi-Cong + Taïchi)
Encadrement : Michel Bejaud 05.49.02.06.22 - groupement.art-taiji@wanadoo.fr - www.ffwushu.fr

Yoga - «L'arbre aux Echos»

Lundi 18h30 - 20h00

Mardi 09h30 - 11h00

Jeudi 10h00 - 11h30

Le Yoga permet de retrouver son unité, apprendre à vivre en harmonie pour un bien être tel est le chemin proposé

Adhésion : 9 € Cotisation : 196 €
Encadrement : A. Bordas - M.C. Levent
rolandebaubau@yahoo.fr

Atelier Conte

Vendredi 19h30 - 21h45 Débutants / Intermédiaires

L'Association VESTIBULE DE LA PAROLE propose pour débutants et intermédiaires deux ateliers sur l'art de conter. Les deux premières séances sont offertes.

Cotisation : 30 € / trimestre - Adhésion : 12 €
Intervenantes : Michèle CAILLE, Nadine PLANCHON et Solange MEUNIER
06.11.30.42.39 – vestibuledelaparole@gmail.com

Atelier Couture - Les P'tites Cousettes

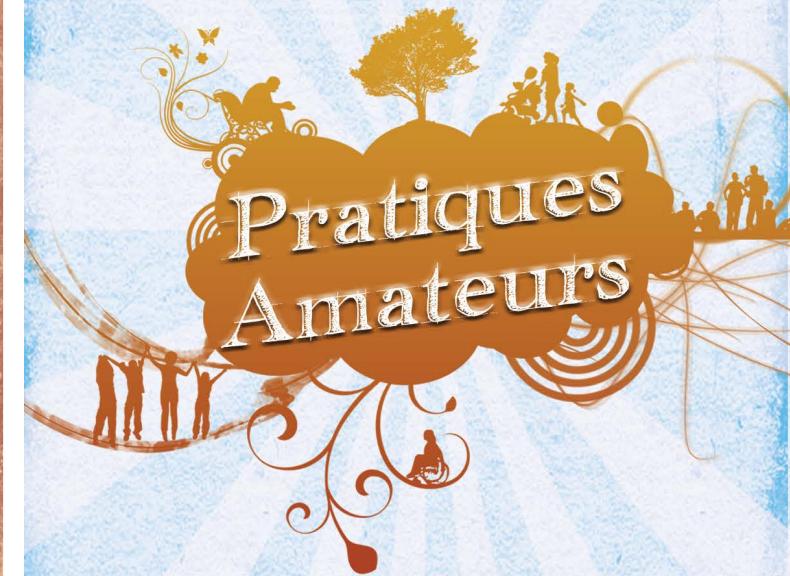
Jeudi 18h – 22h : adultes

L'association propose un moment de partage et d'échange autour de la couture (à la machine). Une couturière professionnelle sera présente à chaque séance.

Adhésion : 20€ Cotisation : 170€
Contact : lesptitescousettes@gmail.com

Saison 2015 - 2016

Le Local



retrouvez toutes ces informations sur le site
<http://www.lelocal.asso.fr>

La Fourmilière *

Mercredi 13h45 - 18h15

Accueil de loisirs pour les enfants de 4 à 10 ans pratiquant un atelier le mercredi après-midi : activités de découverte, d'expression, de jeux.

ACTIVITES PROPOSEES PAR LE LOCAL

Arts plastiques *

Mercredi 15h30 - 16h30 6 - 17 ans

Exprimer, développer sa créativité par le dessin, la couleur, la matière et la mise en espace. Créer en s'amusant sérieusement.

Encadrement : Karine Guyon

Atelier Informatique

Lundi 14h00 - 15h30 Adultes

L'atelier propose à toutes personnes débutantes ou confirmées de venir pratiquer l'informatique dans un atelier ouvert. Chacun vient avec ses envies et ses questions.

Encadrement : Thierry Nelet

Danse créative *

Mercredi 15h00 à 16h30 : 4 - 6 ans

La découverte de la danse dans un cadre ludique.

Encadrement : Sophie Ngambi-Mbog - sophiembog@hotmail.com

Echecs *

Mercredi 14h30 - 16h30 à partir de 5 ans

Jeudi 14h00 - 18h00

Apprendre et maîtriser les schémas tactiques de base, les principes de l'ouverture d'une partie, développement et l'analyse.

Cotisation : Tarifs selon QF de 11 à 32 €

Encadrement : Hadi Eshghabadi

Roisdames3cites@gmail.com-

06.95.95.19.53 - http://www.echecs-poitiers-trois-cites.fr/

Espagnol

Lundi 13h00-14h00 Faux débutants

Mardi 18h00-19h00 Intermédiaires/avancés

Mercredi 18h00-19h00 Faux débutants

Jeudi 17h30-18h30 Intermédiaires

Un cours de débutants sera mis en place en fonction des demandes ; le jour et l'heure seront définis avec les futurs participants.

Encadrement : Juana Sanchez Torrejon

Gym Aérobie

Mardi 10h00 - 11h00 / Jeudi 10h00 - 11h00

Gym douce : exercices faciles et simples, recherche de prise de conscience corporelle, il s'agit de trouver ou de retrouver l'harmonie de son corps et de son esprit.

Encadrement : Abdelhamid Rahmoune - 09.51.74.18.81

abdelhamid.rahmoune@free.fr

Japonais

Mardi 18h00 - 19h00 : débutants

19h00 - 20h00 : faux débutants

Mardi : 20h00 - 21h00 : intermédiaires / avancés

Encadrement : Yuko - http://coursdejaponaisapoitiers.blogspot.com

Origami

Jeudi 18h30 - 19h30 : Tout public (à partir de 10 ans)

Jeux traditionnels, pliage de papier - à partir de 10 ans

Encadrement : Yuko

Calligraphie Japonaise

Jeudi de 19h30 - 20h30 : à partir de 16 ans

Encadrement : Yuko

LSF - Langue des Signes Française

Jeudi 18h15 - 19h45 - tous niveaux

En partenariat avec 2LPE une initiation de cette langue à travers des ateliers d'expression corporelle : jeux de mimes, théâtre, thèmes de la vie quotidienne...

Musique adaptée

Mardi 16h00 - 18h00

Cette activité est ouverte à toutes personnes handicapées à partir de 14 ans, ayant une sensibilité musicale. Découvrir, créer, inventer et se faire plaisir sont autant de mots clés de cet agréable moment musical. Il n'est pas obligatoire d'avoir son propre instrument.

Encadrement : Audrey Merle

Théâtre école *

Mercredi 14h00 à 15h30 : 9 - 11 ans

Mercredi 16h00 à 17h00 : 6 - 8 ans

Mercredi 17h30 à 19h00 : 12 - 14 ans

Vendredi 18h00 - 19h30 : atelier ados

Le théâtre école du Local propose des ateliers hebdomadaires, permettant aux enfants et aux jeunes de 6 à 18 ans de s'engager dans un parcours théâtral, individuel et collectif, associant la pratique du théâtre à la découverte du spectacle vivant.

Encadrement : Muriel Blanchet - 06 87 13 49 97 -

blanchetmuriel@orange.fr

Les ateliers Théâtre adultes

Jeudi 18h00 - 20h00 (atelier sans spectacle)

Jeudi 20h30 - 22h30 (atelier avec spectacle)

Vendredi 20h00 - 22h00 (avec spectacle)

Encadrement : Muriel Blanchet

blanchetmuriel@orange.fr

Tricot Papotage

Mercredi 14h00 - 17h00

Tous les mercredis, venez tricoter et papoter avec nous, du débutant au confirmé, de 7 à 97 ans.

Contact : Nathan Nicole - familles@lelocal.asso.fr

ACTIVITES PROPOSEES PAR LES ASSOCIATIONS PARTENAIRES

Arts plastiques - «Art-àMix»

Mercredi 17h30 - 19h00 : adultes

Découvrir, approfondir des techniques et méthodes d'expressions artistiques diverses. Un projet personnel ou collectif, ludique ou professionnel... une aide à la création pour tous niveaux.

Adhésion: 6 € Cotisation : entre 160 et 270 €

Encadrement : art.amix@yahoo.fr

Danse Hip-Hop - par la Cie Pyramid «Art-àMix»

Jeudi 20h00 - 21h30 (18 ans et +)

L'atelier propose une dynamique positive où s'alternera un atelier de danse debout et break et un atelier de recherches et d'échanges.

Adhésion : 6 € Cotisation : 160 €

Contact : art.amix@yahoo.fr - 06.07.09.64.99

Atelier Création Danse - «ADRAS»

Mercredi 18h0 - 20h00

Cours et atelier chorégraphiques de danse adaptés pour les adolescents et adultes en situation de handicap

Adhésion : 10 € Cotisation : 150 €

Encadrement : Laurence Barrault - Hélène Massé / 06.81.56.52.53

http://choukar86adras.canalblog.com/ / adras86@yahoo.fr

Flamenco - «Pena Flamenca»

Danse

Lundi 20h00 - 22h30 - Intermédiaires/Avancés

Mercredi 18h00 - 19h00 - intermédiaires

Mercredi 19h00 - 20h00 avancés

Mercredi 20h00 - 21h00 Débutants

Infos : Rachel Gaigant : rachel.gaigant@wanadoo.fr

flamenco-poitiers.blogspot.fr

05 49 07 96 13 - 07 88 00 65 67 - elalma@hotmail.fr

Guitare Flamenco

Lundi 20h15 à 23h00

Infos : Julien Jobert : 06 98 82 43 00

Adhésion : 19 € Cotisation : 82 € / trimestre – Guitare : 111 € / trimestre

Danse Africaine - «Sportez-vous bien»

Lundi 20h00 - 21h30 adultes débutants

Jeudi 19h00 - 20h00

Adhésion : 10 € Cotisation : 170 €

Encadrement : Carmela Nkorg - 07 88 32 70 20

Danse Irlandaise - «Ceili7»

Jeudi 20h00 - 22h00

Ceili 7 est une association qui partage et apprend la danse irlandaise depuis 2008. Les débutants sont acceptés si possession pas de polka. C'est super !

Adhésion : 6 € - Cotisation : 24 €

Infos : ceili7poitiers@gmail.com

Danse Orientale - «Cie Ayoun SALTANA»

L'association propose des stages de découverte et de perfectionnement des danses du monde arabe, Maghreb et fusion.

Stages avec différents thèmes et horaires

Adhésion : 15 € Cotisation : 20 € / 3 heures

Encadrement : Yasmina Brunet - ayoun-saltana@hotmail.fr

fr - 06 33 29 34 44 - http://www.ayoun-saltana.fr

Danses Tribales ATS® et Orientales -

«Cie AZOUKAH»

Vendredi 19h30 - 21h30 - Tous niveaux

Danses Tribales ATS®, Format FCBD®

Esprit de la danse tribale ATS®. Posture, isolation des mouvements. Rôle du Leader et des followers. Apprentissage des mouvements lents et rapides. Dynamique de la tribu, formations, déplacements et mise en scène. Pratique des sagattes (percussions de mains) en d'année.

Danses orientale :

Cours basés sur l'apprentissage et la répétition de chorégraphies. Approche par des styles variés. Temps de création dirigé et en autogestion.

Adhésion : 15 € Cotisation : 110 à 180 €

Encadrement : Céline Durand et Déphine Massonneau -

06 20 09 31 78 - azoukah@gmail.com

Danses et Chants Musiques Traditionnels -

«Les Compagnons de la Claire Fontaine»

Mercredi 20h15- 22h30

Ensemble de chants, danses et musiques populaires des provinces du Centre Ouest.

Adhésion 6 €: Cotisation : 45 €

Responsable : Martine Proust - 05 49 57 01 88 - http://

www.clairefontaine.free.fr - compagnonsclairifree.fr