



Saison
2016-2017

ENSEMBLE
COOL ATELIERS DE PRATIQUES AMATEURS
MUSIQUE SPORTS ESPAGNOL
SALSA ORIGAMI ZUMBA YOGA
ENFANTS ADULTES
DANSES PAPOTAGES SOUFFLER ADULTES
LE LOCAL THEATRE ADOS CREER
DETENTE

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





ATELIERS ENFANTS

LA FOURMILIÈRE : Enfants de 4 à 10 ans

Mercredi 13h45-18h15

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

Hugues ROUET - espaceados@lelocal.asso.fr



ARTS PLASTIQUES : Enfants à partir de 6 ans

Mercredi 15h30-16h30

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

Karine GUYON - kgleporteau@yahoo.fr



ÉCHECS : enfants à partir de 5 ans

Jeudi 14h-18h et de 17h-18h

Initiation au jeu d'échecs. Tactiques de base.

Principes d'ouverture...

Cotisation : de 11 à 32 € selon QF

Hadi ESHGHABADI - 06.95.95.19.53

roisdames3cites@gmail.com



ÉVEIL MUSICAL - Association Arcadie : de 3 à 6 ans

Mercredi 16h-17h 3/5 ans

Mercredi 15h-16h 5/6 ans

Martine LECOMTE - 05.49.45.21.20



DANSE CRÉATIVE : enfants de 4 à 6 ans

Mercredi 15h-16h

Découverte de la danse dans un cadre ludique.

Sophie MBOG - 06.12.25.09.24 - sophiembog@hotmail.com



DANSE INDIENNE : enfants de 6 à 11 ans

Mercredi 16h30-17h30

130 €/an + adhésion 10 €

Entrée dans l'art de la joie, des rythmes et des couleurs.

VIGINIE - vignie3@orange.fr



THÉÂTRE ÉCOLE de 6 à 11 ans

Mercredi 16h-17h 6/8 ans

Mercredi 14h-15h30 9/11 ans

Initiation au jeu d'acteur. Création d'une pièce de théâtre.

Muriel BLANCHET - blanchetmuriel@orange.fr



ATELIERS ADOS

THÉÂTRE ÉCOLE : de 12 à 18 ans

Organisé avec l'Espace Ados

Mercredi 17h30-19h 12/14 ans

Vendredi 18h-19h30 15/18 ans

Initiation au jeu d'acteur et à la mise en scène.

Création d'une pièce de théâtre.

Muriel BLANCHET - blanchetmuriel@orange.fr



ARTS PLASTIQUES : de 12 à 17 ans

Mercredi 15h30-16h30

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

Karine GUYON - kgleporteau@yahoo.fr



ORIGAMI : tout public

Jeudi 18h30-19h30

Pliage de papiers, réalisation d'objets, de personnages et d'animaux en volume...

Yuko - <http://coursdejaponaisapoitiers.blogspot.com>



CALLIGRAPHIE JAPONAISE : tout public

Jeudi 19h30-20h30

Initiation à l'écriture japonaise, dessin d'idéogrammes.

Yuko - <http://coursdejaponaisapoitiers.blogspot.com>



MUSIQUE ADAPTÉE : à partir de 14 ans

Mardi 16h30-18h

Ouverte à toutes personnes en situation de handicap, ayant une sensibilité musicale. Découvrir, créer, inventer et se faire plaisir sont les clés de cet agréable moment musical.

Audrey MERLE - aud.merle@gmail.com



ATELIER CRÉATION DANSE

ADRAS danse et différences

Ados en situation de handicap

Mercredi 18h15-19h45

Cours et ateliers chorégraphiques de danse adaptée aux adolescents en situation de handicap.

Cotisation : 10 € adhésion – 155 € la saison

Laurence BARRAULT et Hélène MASSE - 06.81.56.52.53

<http://choukar86adras.canalblog.com>



ATELIERS ADULTES

ATELIERS D'INFORMATIQUE en acces libre
ET DE CRÉATION NUMÉRIQUE à partir de 16 ans

Mercredi de 19h-21h - Jeudi de 10h-12h

Vendredi de 12h-14h

Initiation à l'informatique, découverte des logiciels libres de bureau-tique, de courriel, de création graphique et audiovisuelle. Découverte d'internet et des réseaux sociaux. Création de blogs ou de sites.

Jean-Michel PELHATE - animateur multimédia

05.49.62.84.83 - lelocal@lelocal.asso.fr



JEU DE SIMULATION plus de 16 ans

Association Ordalie

**Jeudi 19h-23h - Les seconds dimanches du mois
et le dernier week-ends complet de chaque mois**

Pratique de tous les jeux sous toutes leurs formes

(jeux de rôle, figurines, stratégie, cartes...) **Cotisation : 20 €**

Etienne MARCHI – 06.33.04.09.43 - 06.13.27.09.79

asso.ordalie@gmail.com – www.ordalie.net



ÉCHECS

Jeudi 14h-18h et de 17h-18h

Initiation et perfectionnement au jeu d'Échec.

Cotisation : de 11 à 32 € selon QF

Hadi ESHGHABADI

Roisdames3cites@gmail.com- 06.95.95.19.53



THÉÂTRE

Jeudi 18h-20h atelier sans spectacle

Initiation au jeu d'acteur, à la mise en scène. Initiation et perfectionnement aux pratiques théâtrales. Pour tous ceux qui aiment jouer.

Jeudi 20h30-22h30 atelier avec spectacle

Vendredi 20h30-22h30 atelier avec spectacle

Création d'un spectacle vivant. Plaisir du jeu toujours plus vif et travail sur les exigences de la représentation.

Muriel BLANCHET : blanchetmuriel@orange.fr



TRICOT PAPOTAGE de 7 à 97 ans

Débutants ou confirmés

Mercredi 14h-17h

On tricote, on papote agréablement entre jeunes et adultes.

Nathan NICOLE – familles@lelocal.asso.fr



ATELIER CONTE

Association vestibule de la parole

Vendredi 19h30-21h45 : débutants et intermédiaires

Les ateliers auront lieu tous les 15 jours

(dates distribuées lors des premières séances).

Un atelier sur l'art de conter.

Les deux premières séances sont offertes.

Cotisation : 30 €/trimestre + 12 € association

Michèle CAILLE, Nadine PLANCHON et Solange MEUNIER -

06.11.30.42.39 vestibuledelap parole@gmail.com

ARTS PLASTIQUES – Art-à Mix

Mercredi 17h30-19h

Découvrir et approfondir des techniques et méthodes d'expressions artistiques diverses. Tous niveaux.

Cotisation : de 160 à 270 € la saison

(Tarif spécial groupe à partir de 3 personnes ou adulte + enfants)

Intervenante Spécialité Arts Plastiques et Arts

Appliqués – 06.37.31.56.10 art.amix@yahoo.fr

APPRENTISSAGE DES LANGUES

ESPAGNOL

Mardi 18h-19h - Intermédiaires et avancés

Mercredi 18h-19h - Faux débutants

Jeudi 18h30-19h30 - Faux débutants

Vendredi 18h00-19h - Débutants

Juana SANCHEZ TORREJON : 06.77.32.06.61

JAPONAIS

Mardi 18h-19h - Débutants

Mardi 19h-20h - Faux débutants

Mardi 20h-21h - Intermédiaires et avancés

Yuko - <http://coursdejaponaisapoitiers.blogspot.com>

CALLIGRAPHIE JAPONAISE

Jeudi 19h30-20h30

Initiation à l'écriture japonaise. Dessin d'idéogrammes.

Yuko - <http://coursdejaponaisapoitiers.blogspot.com>

ORIGAMI :

Jeudi 18h30-19h30

Pliage de papiers, réalisation d'objets en volume.

Yuko - <http://coursdejaponaisapoitiers.blogspot.com>



LANGUE DES SIGNES FRANÇAISE
en partenariat avec 2LPE

Jeudi 18h30-19h30 Débutants

Une initiation de cette langue à travers des ateliers d'expression corporelle : jeux de mimes, thèmes de la vie quotidienne...

Contact : Christine Gascou - animation@lelocal.asso.fr

SPORTS, DETENTE

QI GONG – Art Taiji Quan Poitiers

Mardi 18h-19h et 19h05-20h05

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.

Cotisation : 150 € pour l'année pour une activité
et 240 € pour deux activités (Qi-Gong + Taïchi)

Michel BEJAUD – 05.49.02.06.22



TAICHI CHUAN – Art Taiji Quan Poitiers

Mardi 20h10-21h40

Le Taïchi 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.

Cotisation : 150 € pour l'année pour une activité et 240 € pour deux activités (Qi-Gong + Taïchi)

Michel BEJAUD - 05.49.02.06.22

FELDENKRAIS Tous niveaux

Association Un pas vers soi

Jeudi 11h-12h15 - Reprise le 29 septembre

Stage tous les 2ème samedis d'octobre à juin

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

Cotisation : 250 € la saison + 15 € adhésion - Stage 30 €

Kristine AUBRY – 07.86.42.48.87 – kris.aubry@orange.fr

GYM AÉROBIC - **Reprise le 22 septembre**

Mardi 10h-11h - Jeudi 10h-11h

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.

Abdelhamid RAHMOUNE – 06.11.12.45.56

abdelhamid.rahmoune@free.fr



SPORTS, DETENTE :

YOGA – Association Arbre aux Échos

Lundi 18h30-20h - Mardi 09h30-11h

Mercredi 10h-11h30 - Jeudi 10h-11h30

Retrouver son unité, apprendre à mieux respirer pour un mieux-être, apprendre à vivre en harmonie avec soi et avec les autres, tel est le chemin que propose le yoga. Cotisation : 196 € + 9 € adhésion
Agnès BORDAS et Marie Claude LEVENT - 05.49.88.24.57
rolandebaubau@yahoo.fr



SOPHROLOGIE DYNAMIQUE ® à partir de 16 ans

Association MVPLS : Mieux Vivre Par La Sophrologie

Jeudi 12h30 - 13h30 - 130 €/an + 18 € adhésion

Accompagner les personnes vers un développement positif.

Hélène BACLE - 06.27.85.44.80 - helene.bacle1981@gmail.com

MUSIQUES ET DANSES

PRATIQUE DE LA MUSIQUE IRLANDAISE

Association Poitin na Gael

Mardi 20h-22h Tous niveaux

Atelier d'initiation à la musique traditionnelle irlandaise où l'on acquiert un répertoire tout en pratiquant le style (rythme, swing, ornements)

Cotisation : 45 € pour la saison

Olivier BOUCHARD – 06.65.35.41.00 - <http://poitin.lautre.net>
olirishmusic-poitin@yahoo.fr

FLAMENCO - Association Peña Flamenca

Lundi 20h-22h30 Intermédiaires et avancés

Mercredi 18h-19h Intermédiaires

Mercredi 19h-20h Avancés

Mercredi 20h-21h Débutants

Cotisation : 82 € / trimestre + 19 € adhésion

Rachel GAIGUANT - 05.49.07.96.13

Elalma@hotmail.fr - www.flamenco-poitiers.blogspot.fr



FLAMENCO GUITARE - Association Peña Flamenca

Lundi 20h15-23h - Tous niveaux

Cotisation : 111 € / trimestre + 19 € adhésion

Julien JOBERT – 06.92.82.43.00

DANSES, MUSIQUES ET CHANTS TRADITIONNELS

Les Compagnons de la Claire Fontaine

Mercredi 20h15-22h45

*Chants, danses et musiques populaires des Provinces du Centre Ouest-
animation-spectacle* Cotisation : 50€+ adhésion

05.49.57.01.88 – compagnonsclairf@free.fr

site : compagnonsclairf.free.fr



MUSIQUE ADAPTÉE

Pour toutes personnes handicapées

Mardi 16h30-18h

Découvrir, créer, inventer et se faire plaisir avec la musique.

Audrey MERLE – aud.merle@gmail.com



DANSE IRLANDAISE – Cie ceili 7

Jeudi 20h-22h

Partager et apprendre la danse irlandaise.

Cotisation : 24 € la saison et 14 € tarif réduit

Pascal MAYNIEL - 06.89.57.42.16 Ceili7poitiers@gmail.com

DANSE AFRO-CARIBÉENNES

Association Sportez-vous bien

Lundi 19h30-21h - Jeudi 19h-20h

Cotisation : 10 € adhésion + 170 € la saison

Sophie MBOG - 06.12.25.09.24 - sophiembog@hotmail.com

DANSE ORIENTALE – Cie Ayoun Saltana

Tous les premiers samedis du mois

de 9h-12h et 14h-17h

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

Cotisation : 20 €/3 heures + 15 € adhésion

Yasmina et Ayoun SALTANA - 06 33 29 34 44

ayoun-saltana@hotmail.fr - www.ayoun-saltana.fr



DANSE HIP-HOP – Art-à Mix à partir de 18 ans

Jeudi 20h-21h30

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

Cotisation : 160 € la saison - 06.07.09.64.99 – art.amix@yahoo.fr



SALSA et DANSES LATINES - Bal Us Trad

SALSA

Mardi 19h15-20h10 Niveau débutant et intermédiaire

Mardi 21h15-22h10 Niveau intermédiaire et avancé

DANSES LATINES

Mardi 20h15-21h10 Niveau découverte et débutant*

Apprendre, maîtriser et se perfectionner en SALSA (2 niveaux de cours).

**Les danses latines intègrent la Kizomba, la Salsa, la Bachata, le Merengue et le Cha cha cha.*

Adhésion : 20 €

Cotisation : 165 € + 20 € adhésion (1 cours de Salsa par semaine),
260 € + 20 € adhésion (2 cours de Salsa par semaine) pour la saison. Facilités de paiement.

FULL PASS association Bal us Trad : 380 € adhésion comprise (possibilité de combiner le FULL PASS avec les cours de ZUMBA et de PILATES dispensés par l'association).

Stéphane MERCIER, Zumba ZIN Instructeur - 06.26.19.47.85

balustrad86@gmail.com - www.facebook.com/BALUSTRAD

ZUMBA/PILATES - Bal us Trad

ZUMBA : **Lundi 10h30-11h15 et 11h15-12h**

PILATES : **Lundi 12h15-13h15 - Mercredi 12h15-13h15**

Adhésion : 20 €

Cotisation Zumba : 110 € (1 cours de 45 mn par semaine),
180 € (2 cours de 45 mn par semaine) pour la saison.

Cotisation Pilates : 130 € (1 cours par semaine)

220 € (2 cours par semaine) pour la saison.

FULL PASS association Bal us Trad : 380 € adhésion comprise (possibilité de combiner le FULL PASS avec les cours de Salsa et Danses Latines dispensés par l'association).

Stéphane MERCIER Zumba ZIN Instructeur

Mickael BENOIT instructeur Pilates

06 26 19 47 85 ou 06.13.56.56.02 - balustrad86@gmail.com

www.facebook.com/BALUSTRAD

DANSE TRIBALE ORIENTALE - Cie Azoukah

Vendredi 19h30-21h30

Danse Tribale Orientale (ATS) et Danse Orientale.

Cotisation : de 110 € à 180 € selon les revenus.

Céline DURAND (ATS) et Delphine MASSONNEAU

(Orientale) Compagnie Azoukah - 06.20.09.31.78

azoukah@gmail.com



TARIF D'ADHÉSION AU LOCAL

Moins de 16 ans : 3 € Plus de 16 ans : 6 € Famille : 9 €

MCL Trois Cités : 7 €



TARIFS des ACTIVITÉS PROPOSÉES PAR LE LOCAL marquées par le logo du Local



POITIERS			enfants				Adultes			HORS POITIERS			enfants				Adultes				
	mini	maxi	1h	1h30-2h	1h	1h30	2h		mini	maxi	1h	1h30-2h	1h	1h30	2h		mini	maxi	1h	1h30	2h
QF1	0	421	67 €	71 €	99 €	105 €	148 €	QF1	0	421	80 €	85 €	119 €	126 €	178 €						
QF2	422	528	113 €	120 €	136 €	145 €	205 €	QF2	422	528	136 €	144 €	163 €	174 €	246 €						
QF3	529	742	131 €	138 €	148 €	157 €	222 €	QF3	529	742	157 €	166 €	178 €	188 €	266 €						
QF4	743	918	152 €	161 €	171 €	181 €	256 €	QF4	743	918	182 €	193 €	205 €	217 €	307 €						
QF5	919	1238	183 €	194 €	206 €	218 €	309 €	QF5	919	1238	220 €	233 €	247 €	262 €	371 €						
QF6	1239	1521	192 €	204 €	217 €	230 €	325 €	QF6	1239	1521	230 €	245 €	260 €	276 €	390 €						
QF7	1522	1915	211 €	223 €	243 €	258 €	365 €	QF7	1522	1915	253 €	268 €	292 €	310 €	438 €						
QF8	1916	et +	232 €	246 €	266 €	281 €	398 €	QF8	1916	et +	278 €	295 €	319 €	337 €	478 €						

HORAIRE D'ACCUEIL :

Lundi : 13h30-18h45 mardi : 13h30-18h45 mercredi : 9h-18h45

Jeudi : 9h-12h et 13h30-18h45 vendredi : 14h-17h45

ATTENTION : pendant les vacances scolaires l'accueil

est fermé entre 12h et 14h du lundi au vendredi

REPRISE DES ACTIVITES A PARTIR DU 19 SEPTEMBRE 2016

Comment s'inscrire à une activité ?

Vous pouvez assister à une séance d'essai.

Pour calculer le tarif des activités proposé par Le Local, l'accueil a besoin :

- du dernier avis d'imposition du foyer fiscal
- un justificatif de domicile
- Les étudiants devront fournir l'avis d'imposition des parents.

Pour les étudiants et les plus de 60 ans, du QF1 au QF5, les bénéficiaires des minimas sociaux, **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.



Le Local, 16 rue St Pierre le Puellier

86000 Poitiers

05 49 62 84 83 info@lelocal.asso.fr

<http://www.lelocal.asso.fr/>

