

Sport et entretien du corps

Envie de bouger, de vous dépasser, ou tout simplement de vous entretenir voire de vous détendre... Les 17 activités sportives et d'entretien que vous propose le CLASSEC sont là pour vous permettre de concilier, selon vos envies et disponibilités, l'effort et le réconfort, le plaisir et la performance.

Toutes nos activités sont animées par des responsables, bénévoles ou salariés, agissant pour la plupart depuis longtemps au sein de notre association et disposant des qualifications nécessaires à un encadrement pédagogique sécurisé des pratiques sportives (Brevets d'État et Brevets Fédéraux).

École de découverte

Les enfants de 4 à 8 ans peuvent, désormais, découvrir 3 activités différentes dans l'année, selon 3 cycles de 11 semaines. Le choix s'effectue entre les activités sportives suivantes : handball, full-contact, judo, baby judo, aikido, tir à l'arc, Twirling, les arts du cirque, les arts plastiques, (sous réserve: théâtre, échecs, initiation musicale). Les activités se déroulent aux horaires normaux de la section (attention aux limitations d'âges). L'enfant doit obligatoirement choisir 3 activités différentes ; l'une de septembre à décembre, la seconde de janvier à mars, de mi-avril à juin. Attention !! Le nombre de place est limité selon les activités !

Tarif pour l'année quelles que soient les activités choisies : de 54 € à 86 €
Responsable de l'école de découverte : Christine FIANDRA

Initiation multisports

Le lundi, mardi (à Sibourg), jeudi et vendredi de 17h à 18h

Enfants de 4 à 6 ans
Tarifs : de 58 € à 92 €
Christine FIANDRA

Musculation

En libre service : du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 19h30 et samedi de 10h à 12h et de 14h à 17h

sauf pendant les heures encadrées.

En heures encadrées :

Lundi 13h30 à 19h30
Mardi de 16h30 à 19h30
Mercredi de 8h30 à 11h30
Jeudi de 16h30 à 19h30
Adultes majeurs uniquement
Tarifs : de 101 € à 160 €

Eric FAYOLLE

(fermeture vacances de Noël et mois d'août)

Certificat médical obligatoire

7

Gymnastique

Créneaux de 1h15

Lundi : 18h15 à 19h30
Mardi : 9h15 à 11h et 18h15 à 20h45
Jeudi : 9h15 à 11h et 18h15 à 20h45
Vendredi : 18h15 à 19h30
Tous publics à partir de 10 ans
Tarifs : de 88 € à 248 €

Christine FIANDRA

Tickets « Forme » nominatif

Musculation + Gymnastique
Quand vous voulez... à votre rythme et selon vos besoins et disponibilités
Carnet de 10 tickets : à 55 €

Forfait « Forme »

Musculation + Gymnastique
Public: voir discipline concernée
Tarifs : de 151 € à 345 €

Eric FAYOLLE et Christine FIANDRA

Informations non contractuelles susceptibles de modifications

Sport et entretien du corps

Full Contact-Sambo-Grappeling

	Adultes	Enfants
Lundi	18h45 à 20h15	17h30 à 18h30
Mardi	18h30 à 20h00	
Vendredi	18h45 à 20h15	17h30 à 18h30
Samedi	9h à 11h15	

Tous publics à partir de 6 ans
Tarifs : de 46 € à 73 € + Licence
Pascal PETEGNIEF



Baby-judo

Le mercredi de 15h45 à 16h45
Pour les enfants de 4 à 5 ans
Tarifs : de 61 € à 97 €
Bacem DRIDI

Judo

	Ados/Adultes	Enfants
Lundi		17h-18h (8/10) 18h15-19h15 (10/14)
Mercredi	De 19h30 à 20h45	14h-15h30 (6/8) 17h-18h (8/10) 18h15-19h15 (10/14)

Tarifs : de 61 € à 158 € + Licence
Bacem DRIDI

Certificat médical obligatoire

Handball

Enfants et ados (par séances d'1h30) :
le mercredi de 15h30 à 20h00
Adultes : Le mercredi de 20h à 22h
Le vendredi de 19h30 à 20h30

Tarifs : de 59 € à 97 € + Licence
David CIZABUIROZ, Loïc PONS, Jean François CHAFINO, David DEBRAY, Laurent COUILLARD.

Ju-Jitsu

Le lundi de 19h30 à 20h45 à partir de 13 ans
Tarifs : de 77 € à 123 € + licence
Bacem DRIDI



Aïkido

	Adultes	Enfants
Mardi	19h à 21h	18h à 19h
Jeudi	19h à 21h	
Samedi	10h30 à 12h	10h30 à 12h

Tous publics à partir de 6 ans
Tarifs : de 61 € à 139 € + Licence
Jean-Philippe COMPAN
Antoine NASSIF

Informations non contractuelles susceptibles de modifications

8

Sport et entretien du corps

Tir à l'arc

Le mardi de 19h30 à 23h30
Le vendredi de 21h à 23h (tir libre)
Le samedi de 10h à 12h
Tous publics à partir de 7 ans
Tarifs : de 21 € à 47 € + Licence
Andréa HUAU & Cyril CASSEMICHE



Tennis

Horaires : tout au long de la semaine selon les créneaux et les âges (voir plaquette spécifique)
Tennis en salle le jeudi de 16h30 à 20h30
Tous publics à partir de 4 ans
Tarifs : (voir plaquette spécifique)
P. MILANESI, H. PAPILLON, C. DUBOIS, G. FRANCOIS.



Badminton

Le lundi et le jeudi de 20h45 à 23h
Adultes
Tarifs : de 28 € à 44 €
Évelyne BOULARD



Éveil et bien être

Le vendredi de 18h15 à 19h30 (à partir de 17 ans)
Mercredi de 18h30 à 20h
Tarifs : de 88 € à 140 €
Jean-Philippe COMPAN



Certificat médical obligatoire

Escalade

Ados : le mardi de 18h à 19h30
Adultes : le mardi de 20h00 à 22h00
Enfants : le mercredi de 18h à 19h30
Tarifs : de 134 € à 324 € + licence
Patrick THIERY



Twirling

Le mercredi de 9h30 à 12h
Le jeudi de 19h45 à 20h45
Tous publics à partir de 4 ans
Tarifs : de 89 € à 185 €
Stéphanie DEROCHE



Yoga

Le mardi et le jeudi de 10h à 11h15 (Richard)
Le mercredi de 18h30 à 20h (Sylvie)
Adultes
Tarifs : de 108 € à 233 €
Richard JOLAS



Informations non contractuelles susceptibles de modifications

Activités Musicales

L'apprentissage musical vous permettra, selon votre volonté, de reproduire les musiques que vous aimez ou de créer vos propres partitions.

L'initiation au solfège est très fortement recommandée pour toute pratique de découverte d'un instrument.
Les forfaits cours + solfège visent à favoriser cette double approche.



Solfège

Lundi, jeudi, samedi, à partir de 16h
mercredi de 9h à 15h Tous publics
Tarifs solfège seul : de 74 € à 117 €
Marie RONDA

Jardin et initiation musical

Le mercredi de 14h50 à 18h (cours de 50 minutes)
De 3 à 8 ans
Tarifs : de 74 € à 159 €
Céline BOZZINI

Guitare

Mercredi de 9h15 à 13h15
Samedi de 9h15 à 19h15
Tous publics
Cours individuel de 30 minutes
Tarifs : de 229 € à 363 € (cours seuls)
de 249 € à 405 € (cours + solfège)
Michel RIPOLL

Percussions africaines

Le vendredi de 20h à 21h30
Adultes et jeunes
Tarifs : de 77 € à 122 €
François HECQUET

Piano

Cours individuel de 30 minutes
Tarifs : de 224 € à 355 € (cours seuls)
de 255 € à 405 € (cours + solfège)

	Nadjma	Marie
Lundi		16h à 19h
Mardi	13h à 20h15	
Mercredi	9h à 20h	9h à 12h
Jeudi		16h à 19h

*Nadjma BECHIRI
Marie RONDA*



Nouveau

Chant

Le mercredi de 16h30 à 18h30
(cours de 1h) à partir de 12 ans et adultes
Tarifs : de 224 € à 355 €
Christine DUHAMEL

Batterie

Lundi, mardi et mercredi de 18h à 20h
Tous publics
Cours individuel de 30 minutes
Tarifs : de 224 € à 355 € cours seuls)
de 255 € à 405 € (cours + solfège)
Henri COSTA

Pour l'apprentissage d'un instrument (cours individuels, ou forfait cours + solfège), un prix majoré (coût réel) est pratiqué pour les personnes extérieures à Lançon.

Informations non contractuelles susceptibles de modifications

Ateliers de danse

Danse Classique

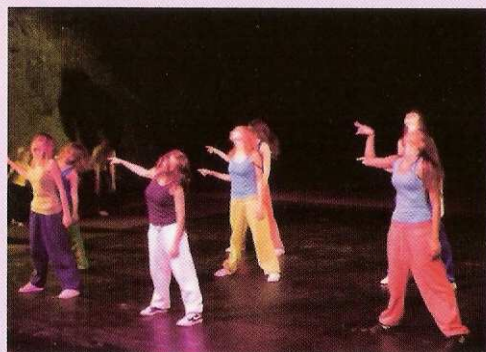
Mercredi de 9h30 à 12h30
Et de 16h45 à 18h30

Séance de 45' à 1h30 selon âge et niveau

Tous publics

Tarifs : de 76 € à 185 €

Céline GRANIER



Danse Moderne Jazz

Le lundi de 17h à 20h45
Le mardi de 19h10 à 20h40
Le mercredi de 17h à 18h15
Le vendredi de 17h à 18h

Séance de 45' à 1h30 selon âge et niveau

Tous publics

Tarifs : de 76 € à 185€

Magali WIEST

Danse Contemporaine

De 17h à 21h

Les lundis, mardis, jeudis et vendredis
Séance de 2x 30' à 1h30 selon âge et niveau

Tous publics

Tarifs : de 89 € à 283 €

Hip-Hop New-style

Le mercredi de 18h15 à 20h40

Enfants et jeunes à partir de 8 ans

Séance de 1h à 1h30 selon âge et niveau

Tarifs : de 89€ à 185 €

Magali WIEST

Danse orientale

Le vendredi de 18h à 20h30 (2 séances)

Adultes et jeunes (15 ans et +)

Tarifs : de 101 € à 161 €

Sylvie TORTORICI

Informations non contractuelles susceptibles

Ateliers d'expression manuelle

Peinture sur porcelaine

Le lundi et le mardi de 14h à 16h30

Le mardi et le jeudi de 18h à 20h30

Adultes

Tarifs : de 125 € à 198 €

Danielle CHIABERTO



Arts plastiques

Le mardi de 17h à 18h45

Le mercredi : 10h/11h45 et 14h/17h30

Séance de 1h45

Enfants à partir de 5 ans

Tarifs : de 84 € à 134 €

Sylvie CASSEMICHE

Modélisme

Le samedi de 14h30 à 17h30
(construction)

Le samedi de 21h à 23h
(vol indoor)

Ados et adultes

Tarif : de 22 € à 46 €

Tarifs vol uniquement :

de 18€ à 30€

Aymeric LEVEAU &

Alexandre PETIOT



Sculpture

Le lundi de 13h30 à 16h30

Adultes

Tarifs : de 163 € à 259 €

David COQUET



Encadrement

Lundi de 18h à 21h

Mardi de 14h à 17h

Jeudi de 9h à 12h

Adultes

Tarifs : de 68 € à 88 €

Sylvaine VERDUMO

Informations non contractuelles susceptibles de modifications