

Les activités du Gothique

Saison 2022-2023

Sport

Body Gainage
Danse Hop
Fitness
Karaté
Randonnées
Zumba

Culture

Bibliothèque
Concerts
Généalogie
Guitare
Jeux de société
Piano
Scrapbooking
Théâtre

Bien-être

Feldenkrais
Qi Gong
«Mon Moment
Magique»



Le Gothique

Sport, Culture & Bien-être

Le Gothique, c'est l'association bazemontaise qui vous propose un éventail d'activités variées autour du **Sport** (avec le Fitness, le Karaté, le Body Gainage, la Zumba, les Randonnées, et, nouveauté, la Danse Hop), de la **Culture** (avec le Théâtre jeunes et adultes, la Généalogie, la Bibliothèque, le Scrapbooking, les Jeux de société, la Guitare et le Piano) et du **Bien-être** (avec le Feldenkrais, le Qi Gong, et, nouvelle activité, «Mon Moment Magique» pour le bien-être des enfants).

Au chapitre de la culture également, nous organisons des **représentations théâtrales, des concerts, une exposition**, une course aux œufs... pour vous divertir et partager ensemble de bons moments.

N'hésitez pas à venir nous voir, à consulter notre site internet ou à nous écrire.

Gothiquement vôtre, Laurence Balot et toute l'équipe du Gothique

Site web : <https://www.bazemontgothique.fr>
Courriel : spectacles.gothique@gmail.com

Tarifs

L'adhésion est obligatoire (sauf pour les spectacles, les randonnées et la bibliothèque). Il faut donc l'ajouter aux frais de participation aux activités.

Pas de majoration de tarifs pour les extra-muros.

Tarifs* :

Mineurs	10€
Etudiants	13€
Adultes	23€

** sous réserve du vote lors de l'AG du 2 septembre 2022*

Les tarifs sont calculés sur 33 semaines calquées sur la période scolaire.

-10 % sur la 2^{ème} activité, applicable à partir de la 2^{ème} activité la moins chère. Cette réduction n'est pas possible en payant en ligne sur le site (remplir un formulaire et payer par chèque).

En cas de cumul d'activités au sein d'une même famille, n'hésitez pas à nous consulter pour obtenir une réduction.



Un certificat médical est exigé pour toutes les activités physiques.

Tous les cours collectifs seront maintenus à raison de 10 participants minimum par cours.

Pour les activités à 2 cours par semaine, il faut un minimum de 20 inscrits pour maintenir les 2 cours.

Fitness

Gym cardio, taille-abdos-fessiers, body-sculpt, stretching

Animatrice : Martine Léonard
martine.leonard@wanadoo.fr

Responsable : Régis Coué
r.coue@orange.fr

Participation financière annuelle : **196€**.
Possibilité de suivre 1 ou 2 cours par semaine.
20 inscriptions minimum.

Mardi de 20h15 à 21h15
Jeudi de 20h15 à 21h15
à la salle du Cèdre

Karaté

Avec mention self défense pour adolescents et adultes

Animateur : Bruno Besnier- 6^{ème} dan de Karaté
brunobesnier@free.fr

Responsable : Frédérique Barbier
frederique_barbier@hotmail.fr

Bien plus qu'un simple art de combat à mains nues utilisant des techniques offensives et défensives avec des parties du corps, le karaté est un art de vivre et d'épanouissement physique.

Participation financière annuelle et horaires en fonction de l'âge (voir le tableau ci-dessous)
10 inscriptions minimum.

Samedi après-midi à partir de 16h
à la salle du Cèdre

4-6 ans	16h-16h45	135€
7-13 ans	17h-18h	180€
14 ans et plus	18h-19h	180€

(karaté et self défense)

Horaires susceptibles de changer en fonction du nombre d'inscrits.

Body gainage

Inspiré de la méthode pilates, gainage du corps

Animatrice : Gabrielle Pichard
gabrielle.pichard@hapie.net

Responsable : Laurence Balot
spectacles.gothique@gmail.com

Participation financière annuelle : **160€**.
Possibilité de suivre 1 ou 2 cours par semaine.
20 inscriptions minimum.

Mercredi de 18h30 à 19h15
Samedi de 10h à 10h45
à la salle du Cèdre

Zumba®

Mélange d'aérobic, de danses latines et de bonne humeur !

Animatrice : Gabrielle Pichard
gabrielle.pichard@hapie.net

Responsable : Laurence Balot
spectacles.gothique@gmail.com

Participation financière annuelle : **200€**.
Possibilité de suivre 1 ou 2 cours par semaine.
20 inscriptions minimum.

Mercredi de 19h30 à 20h30
Samedi de 11h à 12h
à la salle du Cèdre



Danse Hop

La nouveauté de l'année !

Mélange de danse hip-hop, afro, jazz, latino, urbain sur de la musique variée.

Animatrice : Gabrielle Pichard
gabrielle.pichard@hapie.net

Responsable : Laurence Balot
spectacles.gothique@gmail.com

Pour les adolescents de plus de 14 ans et les adultes.
Participation financière annuelle : **180€**
10 inscriptions minimum.

Jeudi de 18h45 à 20h15
à la salle de la Comédie



Théâtre

Théâtre jeunes

Animatrice : Valérie Raineau
06 51 16 94 44
valraineau@yahoo.fr

À partir de 8 ans.
Préparation de pièces pour le mois de juin.
Participation financière annuelle : **154€**.
À la salle du Cèdre.

Groupe 1 : Lundi de 18h30 à 20h
Groupe 2 : Mardi de 18h30 à 20h
Groupe 3 : Jeudi de 18h30 à 20h

Responsable : Alain Lagrue
alainlagrue@aol.com

Théâtre adultes

Activité gratuite, mais l'adhésion est obligatoire.
À la salle du Cèdre.

Lundi de 20h30 à 23h
Mercredi de 20h30 à 23h
Vendredi de 20h30 à 23h*

*des séances supplémentaires peuvent être mises en place si besoin.

Bibliothèque

Avis à tous les grands et petits lecteurs, la bibliothèque est une vraie mine d'or !

Responsable : Frédérique Barbier
frederique_barbier@hotmail.fr

Participation financière annuelle gratuite pour les adhérents.
10€ pour les non adhérents.

La clef des champs, 4 rue de Maule
Mardi de 16h30 à 18h
Mercredi de 16h à 18h30
Samedi de 10h30 à 12h
Fermée pendant les vacances scolaires

Généalogie

Cercle Véronique Mathet-Raffaelli

Animatrice : Nicole Bruneau
06 13 09 20 71
nicole.bruneau78@wanadoo.fr

Activité gratuite, mais l'adhésion est obligatoire.
Venez avec votre ordinateur portable si vous en avez un.
Nicole vous donnera tous les tuyaux pour retrouver vos ancêtres.

Lundi de 14h à 17h
à la bibliothèque du Gothique

Jeux de société

Venez partager de bons moments autour de jeux de plateaux.
Il en existe une infinité !

Responsable : Audrey Fontaine
audrey.fontaine@gmail.com

Activité gratuite, mais l'adhésion est obligatoire.

Un Mercredi par mois (Rendez-vous confirmés via WhatsApp)
à la salle du Gothique

Scrapbooking

Loisir créatif consistant à mettre en scène les photos.

Responsable : Laurence Balot
spectacles.gothique@gmail.com

Participation financière annuelle : **20€** pour compléter les fournitures de l'armoire de Cécile.

Le nombre de place est limité à 8 personnes.

1 Jeudi sur 2 de 20h30 à 22h30 (Rendez-vous confirmés via WhatsApp)
à la salle du Gothique

École de musique

Pratique d'un instrument à partir de 8 ans.

Séances individuelles de 30 minutes.

Participation financière annuelle : **540€**.
(Possibilité de régler en 10 mensualités)

Guitare

Animateur : Aurélien Ballouard
06 95 85 08 45
aurelien.baullouard@live.fr

Responsable : Laurence Balot
spectacles.gothique@gmail.com

Lundi à partir de 17h30
à la salle du Gothique

Piano

Animatrice : Laurence Philippe
06 75 09 32 44
lp.chevalier@hotmail.fr

Responsable : Alain Lagrue
alainlagrue@aol.com

Lundi soir
Vendredi matin
à la salle du Garde



Feldenkrais

La méthode Feldenkrais repose sur l'écoute et la conscience de soi.

Animatrice : Claire Chancé
clairechance@free.fr

Responsable : Frédérique Barbier
frederique_barbier@hotmail.fr

Privilégiant la qualité du mouvement plus que l'effort pour mieux ressentir, le travail s'appuie sur un questionnement permanent de nos sensations.

Participation financière annuelle : **196€.**

Possibilité de faire les 2 cours pour **240€.**

20 inscriptions minimum.

Lundi de 10h15 à 11h15

Lundi de 11h15 à 12h15

à la salle de la Comédie

Qi Gong

Cet art millénaire est une partie de la médecine traditionnelle chinoise.

Animatrice : Nathalie Buron
06 87 86 43 92

Responsable : Frédérique Barbier
frederique_barbier@hotmail.fr
kalathari.asso@hotmail.fr

Pratiqué régulièrement, le Qi Gong permet d'accroître la force et la souplesse du corps, d'augmenter la fluidité et la coordination des mouvements, tout en cultivant notre énergie vitale, dans une ambiance chaleureuse et positive.

Participation financière annuelle : **180€.**

20 inscriptions minimum.

Vendredi de 13h30 à 14h45

à la salle la Comédie

La nouveauté de l'année !

Mon Moment Magique

Une bouffée d'oxygène entre l'école et la maison.

Animatrice : Mélanie Muller
06 17 23 22 43
cocoonfamily@yahoo.com

Responsable : Frédérique Barbier
frederique_barbier@hotmail.fr

Un lien privilégié entre ces deux mondes afin d'articuler les pratiques bien-être avec les apprentissages scolaires et de rendre le corps et la tête de l'élève plus disponibles aux apprentissages. Prévoir un goûter. Possible d'aller chercher les enfants directement à l'école avec une autorisation parentale.

Participation financière annuelle : **230€.**

Mardi de 17h à 18h30 pour les primaires

Jeudi de 17h à 18h30 pour les maternelles

à la salle la Comédie

