



SAISON 2022-2023

**Groupement d'animation Culturelle de Luzillé**  
à la Maison des Associations 12 rue de Chenonceaux - 37150 Luzillé

**Adhésion obligatoire pour toute activité : 10 €**

6€ : invalide, titulaire du RSA ou sans emploi / 4€ : enfant ou ado moins de 18 ans / 3€ : stage

Renseignements : Françoise Roy : 06 71 79 47 79 - mail [fran.roy@wanadoo.fr](mailto:fran.roy@wanadoo.fr)

Christine Bossu : 06 33 24 90 21 - mail [bossu.c@orange.fr](mailto:bossu.c@orange.fr)



## COURS DE LANGUES

Animés par Geneviève Mégret

Ados et adultes à partir du 03 octobre 2022 tous les lundis (hors vacances)

14h-15h ALLEMAND conversation

15h-16h ALLEMAND du tourisme

16h-17h30 ANGLAIS conversation (18€/s)

17h30-18h30 ANGLAIS initiation (15€/h)

18h30-19h30 ANGLAIS ou Français Cours individuel - Tourisme - Professionnel ou Scolaire (22 €/h)

Geneviève : 06 72 84 64 58

mail : [schoen.megret@i.cloud.com](mailto:schoen.megret@i.cloud.com)

Bonus Walk&Talk suivant météo voir :

<http://www.facebook.com/WalkandTalkConcept>



## HATHA YOGA

Cours assurés par  
Sirjana Bhusal

À partir du 07 Septembre 2022

Mercredi 18h – 19h

Forfait annuel : 180 € Trimestre : 60 €

Sirjana : 02 18 06 17 62 ou 06 78 32 22 70



## RANDONNEES

tous les jeudis matin 9h00 - Gratuit

- ❖ 2 jeudis par mois randonnées de 6 à 7 km
- ❖ 2 autres jeudis du mois randonnées de 10 à 12 km

Monique Rottier : 06 24 60 21 37

Christine Bossu : 06 33 24 90 21



## QI GONG

Cours assurés par  
Isabelle DENIS

A partir du 16 Septembre 2022

Lundi de 9h30 à 11h

**Cours assurés du 16/09 au 16/11 par Sabine Cadeau**

Forfait annuel : 240 € Trimestre : 80 €

Isabelle : 06 19 99 24 56

Site internet : [voixenmouvement.fr](http://voixenmouvement.fr)



## ATELIER PETITES AIGUILLES

Mardi de 14h30 à 17h00

Françoise Girard : 06 84 41 14 29

Vendredi de 14h00 à 17h00

Yolande Ermel : 06 10 28 98 30



## GYMNASTIQUE

Forfait annuel pour 1 h par semaine : **130 €**

Forfait annuel pour 2 h par semaine : **200 €**

Cours variés : De Gasquet, Pilates, Gym posturale, Stretching, Renforcement musculaire, Travail cardio respiratoire

**Lundi de 18h30 à 19h30**

**Cours assurés par Christelle BECCA VIN**

**À partir du 12 septembre**

**Vendredi de 11h15 à 12h15**

**Cours assurés par Cynthia BERTON NIOLET**

**À partir du 16 septembre**

Christine : 06 33 24 90 21

Françoise : 06 71 79 47 79



## ATELIERS CREATIFS de 11 ans à 99 ans !

Peinture sur différents supports (soie, coton, bois, porcelaine, verre...)  
Collage, perles, feutrine, modelage...

Françoise Olivier : 02 47 30 96 43

## NOUVEAUTES 2022 - 23

### Cercle de femmes et Méditation sensorielle

Séances ponctuelles animées par Isabelle Bercy  
**Gratuit**

1ère séance : **samedi 24 septembre de 10h à 11h30**

Création ensemble d'une dynamique de partage et de reconnexion à soi.

Important : sur inscription - limitées à 12 personnes maximum

Isabelle : 06 75 44 94 67



## NOUVEAUTES 2022 - 2023

### ATELIER INFORMATIQUE

**gratuit**

**Animé par Anthony GRAULE**

Ateliers le samedi matin une fois par mois  
à partir du mois d'octobre

Thèmes abordés en fonction des besoins des participants

- ❖ prévention et sécurité sur internet, achat en ligne, réseaux sociaux
- ❖ présentation, installation et paramétrage d'un ordinateur
- ❖ formation sur différents logiciels : word et autres
- ❖ découvrir la programmation informatique

Anthony : 06 32 85 34 93

**Planification des ateliers pour  
Octobre/Novembre**

Pour toutes les activités : 1<sup>ère</sup> séance gratuite - Possibilité de régler les forfaits en plusieurs chèques

Site officiel de Luzillé : [www.luzille.fr](http://www.luzille.fr)

Facebook : <https://www.facebook.com/lagacoise>

réalisé par nos soins septembre 2022

Ne pas jeter sur la voix publique