

Les activités de la saison 2022-2023

(les modifications liées à la fermeture de la salle VATRE apparaissent dans les cases jaunes - modifications valables du 4 octobre 2022 à fin janvier 2023)

Activité	Jour	Lieu	Date de reprise	Cotisations supplémentaires	Animatrices/ Animateurs
Activ Mémoire	Mardi de 14 h 30 à 16 h	Salle des Fêtes La Pallice 42 bd Emile Delmas	06-sept		Référent : Gilles Doray Alain Brault, Josette Roussier
Aquagym	Mercredi de 10 h à 11 h	Parc Aquatique Palmilud de Périgny	21-sept	Forfait 10 mois : 126€	Référente : Chantal Marrec Josette Roussier, Marie-Chantal Halloche
	Jeu de 9 h à 10 h	Parc Aquatique Palmilud de Périgny	22-sept	Forfait 10 mois : 126€	
Aquagym	Mardi de 15 h 45 à 16 h 30	Centre Aquatique de Châtelailon-Plage	13-sept	Forfait : 76€ par trimestre	Référente : Joëlle Savary
	Jeu de 16 h 30 à 17 h 15	Centre Aquatique de Châtelailon-Plage	15-sept	Forfait : 76€ par trimestre	
Aviron	Vendredi de 14 h à 17 h	Av de la Capitainerie Club Aviron Mer La Rochelle	Pas d'arrêt	30 € le carnet de 5 tickets	Référent : Eric Fant
Badminton	Lundi de 16 h à 18 h	Gymnase Falorni, rue de Roux (Les Minimes)	05-sept	Complément : 10 €	Référent : Souriya Chareunphol Suzette Raude
	Vendredi de 16 h à 18 h	Gymnase Falorni, rue de Roux (Les Minimes)	02-sept		
Danse de salon	Lundi de 14 h à 16h débutants	Salle de St Eloi, 46 rue Basse de St Eloi	05-sept		Référente : Annick Goudé
	Mardi de 10 h 15 à 12 h confirmés	Salle Activité de la Passerelle (en haut) - Mireuil	04-oct		
Danse en ligne	Mercredi de 14 h à 17 h	Salle René Petit, rue du Prado (Petit Marseille)	07-sept		Référente : Rolande Herpe
	Vendredi de 14 h à 17 h	Salle de Tasdon, av Emile Normandin	09-sept		
Gymnastique	Lundi de 9 h 45 à 10 h 45	Salle Polyvalente de la Passerelle - Mireuil	03-oct		Référente : Marie-Claude Braud Josette Roussier
	Lundi de 11 h à 12 h	Salle Polyvalente de la Passerelle - Mireuil	03-oct		Référente : Marie-Claude Braud Marie-Chantal Halloche
	Mardi de 9 h à 10 h	Salle Activité de la Passerelle (en haut) - Mireuil	04-oct		Référente : Marie-Claude Braud Marie-Françoise Cheneau
	Mardi de 14 h 30 à 15 h 30	Maison des Associations - 24 rue de la Muse - Laleu	11-oct		Référente : Marie-Claude Braud
	Mardi de 9 h 45 à 10 h 45	Salle Bongraine, 99 rue Nicolas Gargot	20-sept		Référente : Marie-Claude Braud Marie Pitteloup
	Mardi de 11 h à 12 h	Salle Bongraine, 99 rue Nicolas Gargot	20-sept		Référente : Marie-Claude Braud Chantal Marrec
	Mardi de 9 h 30 à 10 h 30	Salle René Petit, 13 rue du Prado (Petit Marseille)	04-oct		Référente : Marie-Claude Braud Chantal Patout
	Jeu de 11 h à 12 h	Gymnase de Laleu, Rue du bois Fleuri	22-sept		Référente : Marie-Claude Braud
	Vendredi de 10 h 30 à 11 h 30	Gymnase de Laleu, Rue du bois Fleuri	23-sept		Référente : Marie-Claude Braud Marie-Chantal Halloche
Gym Danse	Mardi de 15 h 45 à 16 h 45	Maison des Associations - 24 rue de la Muse - Laleu	11-oct		Référente : Marie-Chantal Halloche Marie-Claude Braud, Chantal Marrec
	Mardi de 17 h à 18 h	Maison des Associations - 24 rue de la Muse - Laleu	11-oct		

Activité	Jour	Lieu	Date de reprise	Cotisations supplémentaires	Animatrices/ Animateurs
Gymnastique douce	Lundi de 9 h 45 à 10 h 45	Salle du Prieuré, 48 Av Antoine de St Exupéry	19-sept		Référente Marie-Claude Braud Michelle Dureu, Nicole Tristant
	Lundi de 11 h à 12 h 00	Salle du Prieuré, 48 Av Antoine de St Exupéry	19-sept		Référente Marie-Claude Braud Michelle Dureu, Nicole Tristant
	Jeu de 10 h 45 à 11 h 45	Salle Polyvalente de la Passerelle - Mireuil	04-oct		Référente : Marie-Claude Braud Chantal Marrec, Nicole Tristant
Marche Aquatique	Date et Jour à consulter sur le site	Centre Aquatique de Châtelailon-Plage		34 € le Carnet de 5 Séances	Référent : Bernard Gasteuil
Marche Nordique	Vendredi de 9 h 30 à 12 h	RDV indiqué chaque semaine sur le site (rubrique activités)	02-sept		Référents : Gilles Doray, Alain Brault Martine Eveillé, Bernard Gasteuil, Lucien Texier
Pétanque	Mardi de 14 h à 17 h	Terrain du Clos Margat, Villeneuve les Salines	Pas d'arrêt		Référente : Suzette Raude
	jeu de 14 h à 17 h	Terrain du Clos Margat, Villeneuve les Salines			
Ping-Pong	Mardi de 9 h à 12 h	Gymnase Falorni, rue de Roux (Les Minimés)	06-sept	Complément : 20 €	Référent : Jean Pierre Campagne Patrick Tamisier
	Vendredi de 9 h à 12 h	Gymnase Falorni, rue de Roux (Les Minimés)	02-sept	Complément : 20 €	
Rando Littoral 4/8 kms	Lundi de 9 h à 12 h	RDV parking esplanade des Parcs /plage de la Concurrence (9 h15)	05-sept		Référent : Bernard Gasteuil Hélène Bouton, Annick Doray, Gilles Doray, Martine Eveillé, Monique Gasteuil, Gérard Micholet, Bernard Moello, Michelle Pain-Blavec, Denis Roussier, Patricia Trouble
Rando Terre&Mer 10 et 12 kms	Lundi à 14h	RDV indiqué chaque semaine sur le site (rubrique activités)	05-sept		Référent: Gérard Micholet
Rando Rapide 15 kms	Lundi à 13h30	RDV indiqué chaque semaine sur le site (rubrique activités)	05-sept		Référent: Gérard Micholet
Rand'Odouce	Lundi à 14 h 15	RDV plage de la Concurrence	19-sept		Référente : Josette Roussier Denis Roussier, Bernard Gasteuil
SMS	Jeu de 14 h 30 à 16 h	Salle René Petit, 13 rue du Prado (Petit Marseille)	08-sept		Référentes : Josette Roussier, Christine Guichard Annette Arnaud, Marie-Chantal Halloche, Elisabeth Godin, Chantal Marrec
Taï Chi (108 forme ancienne)	Jeu de 9 h à 10 h 30 (débutants acceptés)	Salle Polyvalente de la Passerelle - Mireuil	04-oct		Référente : Nicole Beignon Jacky Elie
Taï Chi (Petite forme de Pékin et taï chi bang)	Jeu de 9 h 00 à 10 h (débutants acceptés)	Salle René Petit, 13 rue du Prado (Petit Marseille)	08-sept		Référente Nicole Beignon Christine Guichard, Nicole Bierry
Taï Chi (37 postures taï chi bang)	Jeu de 10 h 30 à 11 h 30 (débutants acceptés)	Salle René Petit, 13 rue du Prado (Petit Marseille)	08-sept		Référente : Nicole Beignon
Tennis	Vendredi de 8h à 12h	Gymnase Falorni, rue de Roux (Les Minimés)	Pas d'arrêt		Référent Gérard Angot
Vélo balade	Mercredi : départ à 14 h	Bois des Protestants Rue du Stade	07-sept		Référent balade : Michel Paillard Jean Arnaud, Josette Roussier, Joël Brubach Odile Barreau, Michel Boennec, Gilbert Debaecker, Annette Arnaud, Jean-Louis et Marie-Claude Andreu
Vélo route	Mercredi : départ à 14 h	Parking du Vélodrome La Rochelle	07-sept		Référent route : Jean-Claude Verger
Voile	A consulter sur le site	Ecole de Voile de La Rochelle Nautique Les Minimés		Droit d'entrée 6€ à partir de 30€ la séance	Référent Eric Fant
Yoga	Lundi de 15 h 30 à 17 h 00	Salle de La Trompette 130 bis Av du Lieutenant -Colonel Bernier	12-sept	Cotisation annuelle : 165 €	Agathe Testut-Catinat
	Jeu de 10 h 30 à 12 h 00	Salle d'activité mairie annexe de la Passerelle, Place de l'Europe, quartier Mireuil	15-sept	Cotisation annuelle : 165 €	