

Depuis 1956

Amicale

Laique d'Eysines

SAISON 2022 – 2023

CULTURE - LOISIRS - SPORTS

Vivre ensemble - S'impliquer – Respecter

Amicale Laïque Eysines

Siège : Centre René Pujol rue des Tulipes 33320 Eysines

05 56 57 87 71

Secrétariat ouvert :

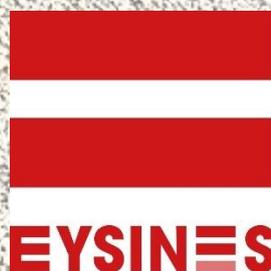
lundi et vendredi après-midi,

mardi et jeudi matin,

mercredi toute la journée

Plus de renseignements : www.ale33.fr

Mail : secretariat@ale33.fr / ale33@laposte.net



ON SE DÉTEND A L'ALE !!!

PILATES

Salle Pause Amicale-Eysines

Résidence « les Hauts de l'Hippodrome » Bât 12 - rue René Cassin

Cours le mardi 20h15, le mercredi 18h00 ou 20h15

Studio Danse de Migron-Avenue de la Croix du Golf

Cours le vendredi à 10h30

NOUVEAU : cours le vendredi à 11h30 (Pilates Spécifiques : femmes enceintes et seniors)

Contact : Florence PIGEON 06 80 60 97 39 (après 17h30)

Mail : alezenbienetre@gmail.com Facebook **YOGA ALE**



LE STRETCHING POSTURAL

Salle Pause Amicale-Eysines

Résidence les Hauts de l'Hippodrome-Bât 12- rue René Cassin

Cours le mardi à 18h00

Contact : Florence Pigeon 06 80 60 97 39 (après 17h30)

Mail : alezenbienetre@gmail.com Facebook **YOGA ALE**

HATHA YOGA ou VINYASA

Salle Pause Amicale-Eysines

Résidence les hauts de l'Hippodrome-Bât 12- rue René Cassin

Cours le mardi à 19h00 (HATHA), le mercredi à 19h00 (VINYASA)

Studio Danse de Migron-Avenue de la Croix du Golf

Le vendredi à 09h15

Contact : Florence Pigeon 06 80 60 97 39 (après 17h30)

Mail : alezenbienetre@gmail.com Facebook **YOGA ALE**



ATELIER SOPHROLOGIE et RELAXATION

Séances sophrologie et relaxation tout public adultes le jeudi à 18h30

Salle Pause Amicale Résidence les Hauts de l'Hippodrome bât 12

1 essai offert le 08 septembre 2022

Contact : Vincent 06 60 42 38 33



ON APPREND ET ON GRANDIT A L'ALE !!!

ATELIER D'ÉCRITURE

Atelier animé par Béatrice
75 avenue de la Libération
lundi de 18h30 à 20h30
samedi (débutants) de 14h30 à 17h00
Possibilité 1 essai offert le 12 septembre 2022
Contact : Béatrice DUMONT 06 04 10 18 32
atelierdecriture@ale33.fr



ENSEIGNEMENT DE L'ITALIEN

75, avenue de la Libération
Cours de langue italienne : intermédiaire – confirmé
Ouverture de cours débutants si nombre d'adhérents suffisant
Cours le mardi à partir de 17h00
Contact : ale33@laposte.net ou 05 56 57 87 71

EXPRESSION ARTS PLASTIQUES

Atelier Place Charles de Gaulle
Enfants à partir de 5 ans, ados : Mercredi : 14h00/17h00
(voir le créneau avec le professeur)
Adultes : vendredi 13h30/16h30 et samedi 9h30/12h30
Atelier développement personnel : mardi ou mercredi 18h00-20h00
Contact : Isabelle LE BLANC 06 73 60 29 85 ou ale33@laposte.net



SCULPTURE – MODELAGE - TERRE

Résidence les Hauts de l'Hippodrome – Bât 6-
Rue des Treytins
Adultes-séance les jeudis de 18h à 20 h
Contact : Jacqueline BRENUCHOT 06 33 61 16 97

ON FAIT DU SPORT A L'ALE !!!

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE

Salle de Gym de Migron, avenue de la Croix du Golf à Eysines

BbGym et EveilGym pour garçons et filles à partir de 18 mois.

École de gym (loisirs) Fille de 6 à 11 ans

Gymnastique artistique en compétition pour les filles.

eyssinesgym@ale33.fr

<http://alegym.free.fr> - Facebook: EYSINES GYM

<https://www.instagram.com/eyssinesgym/>



TENNIS DE TABLE

Salle spécifique au 75 avenue de la Libération à Eysines.

Jeunes / adultes, compétitions départementale et régionale par équipes ou individuel, et /ou loisir.

Un éducateur salarié avec brevet d'état, entrainements

collectifs par catégories (hors loisir adultes): âges, niveaux.

Infos complémentaires sur le site web: <http://ping-eyssines.fr/>

Yvonne HAN COILIN 06 33 49 95 25,

mail yvonne-ff-ale@orange.fr/newsletter@ping-eyssines.fr



BADMINTON

COSEC - Rue Lucien Piet Section adultes et jeunes (12-17ans)

Entraînements : lundi de 20h30 à 23h00 (jeu libre ou Interclubs)

mardi de 20h15 à 23h00 (jeu libre ou Interclubs)

jeudi de 19h00 à 20h30 Entraînements encadrés « minimes-cadets-juniors (12-17 ans)

jeudi 20h30 à 23h00 Jeu libre adultes

samedi de 15h30 à 18h00 Jeu libre adultes et jeunes

Entraînements encadrés jeunes: jeudi 19h00 à 20h30

Contact : bureau.aleb@gmail.com

Site web : www.aleb33.fr www.aleb33.fr/les-inscriptions/





AQUAGYM

Une pratique adaptée à votre niveau :
Aquaquouce-Aquafit-Aquachallenge à la piscine du Pinsan
Cours de 45 minutes. 12 séances hebdomadaires
les lundis, mardis, mercredis et vendredis
Contact : ale33@laposte.net ou 05 56 57 87 71

RANDONNÉE PÉDESTRE

Randonnée tous les jeudis pour la randonnée « douce » (environ 2h et 7kms)
et tous les jeudis et samedis pour la randonnée « classique »
(1/2journée : 10 kms/journée entière entre 14 kms et 20 kms)
Départ en covoiturage : Parking du Bourg
Contact : Marie-Laure CONSTANTIN : 06 23 09 48 55
lesmaraicheurs@ale33.fr / lesmaraicheurs33@gmail.com

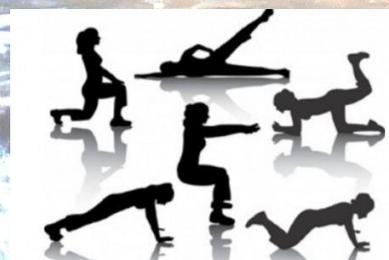


ZUMBA ET ZUMBA KIDS

ZUMBA ADULTES, Lundi à 20h00 et le mercredi à 19h15 et
20h15-Salle Festive du Pinsan- Salle de Migron avenue de la
Croix du Golf à Eysines.
ZUMBA KIDS, le lundi à 18h30-Salle Festive du Pinsan
Contact -06 46 27 87 67- zumba@ale33.fr

RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Lundi à 19h15
Salle Festive du Pinsan-
Contact : 06 46 27 87 67- zumba@ale33.fr



ON DANSE A L'ALE !!!

DANSE CLASSIQUE ET GYMNASTIQUE

Studio de danse Michel Valprémy- rue Raoul Déjean

Enfants à partir de 6 ans (au 31/08/2022), adolescents, adultes

Cours les mercredis, jeudis et samedis

Nathalie BIREAUD 06 77 80 24 37

Geneviève BARROT 05 56 95 00 81

danseclassique@ale33.fr



DANSE COUNTRY ET LINE DANCE

Cours le jeudi soir de 19h00 à 21h30,

Salle Guy Queyroi.

Contact : alecountry@hotmail.fr

Christian DUMARTIN 06 72 49 78 26

Chantal BATS 06 34 06 46 87

DANSE JAZZ

Studio de danse de Migron avenue de la Croix du Golf à Eysines

Adultes, adolescents, enfants à partir de 4 ans (au 31/08/22)

Cours les Mardis, Mercredis, Jeudis et Vendredis.

Contact : Carole BIBES 06 12 14 10 08

dansejazz@ale33.fr



HIP HOP

Studio de danse de Migron avenue de la Croix du Golf à Eysines

Enfants à partir de 8 ans (au 31/08/22) – Cours les Lundis

Contact : Carole BIBES 06 12 14 10 08 dansehiphop@ale33.fr



ON S'AMUSE A L'ALE !!!

JEUX DE SOCIÉTÉ

Salle Guy Queyroi rue de Castrillon

le mardi et le jeudi de 13h30 à 18h

Contact : Dominique BOUYER 06 72 50 59 68

Gérard SANCHEZ 07 50 90 95 31

jeux@ale33.fr



PAUSE AMICALE

Résidence les Hauts de l'Hippodrome Bât 12

Rue René Cassin à Eysines

Contact : ALE 05 56 57 87 71

INSCRIPTIONS

Les inscriptions se font au forum des associations, sur les lieux de pratiques et au secrétariat (Centre René Pujol rue des Tulipes)

Danse Classique : Inscriptions le mercredi 07 septembre 2022 de 16h00 à 18 h 00, jeudi 08 septembre 2022 de 17h30 à 19h30 et le vendredi 09 septembre 2022 de 17h30 à 19h30 au Studio Michel Valprémy. Reprise des cours le mercredi 14 septembre 2022.

Journées Portes Ouvertes le samedi 10 septembre 2022 : de 10h00 à 11h00 pour les 8-14 ans et de 11h30 à 12h30 pour les +de 15 ans au Studio Michel Valprémy

Aquagym : Priorité aux habitants d'Eysines et du Haillan. Ouvert à tous à partir de juin 2022

Atelier d'écriture : Reprise de l'atelier le 12 septembre 2022 au 75 avenue de la Libération.

Danse Modern Jazz : Inscriptions le mercredi 01 septembre et jeudi 02 septembre 2022 de 16h30 à 19h00 au studio de Migron. Reprise des cours le mardi 07 septembre 2022

Danse Country : Inscriptions à partir du jeudi 09 septembre 2022 au moment de la reprise des cours

Danse Hip-Hop : Inscriptions le mercredi 01 septembre 2022 et jeudi 02 septembre 2022 de 16h00 à 19h00 au studio de Migron. Reprise des cours le lundi 05 septembre 2022

Jeux de société : Inscriptions et reprise à partir du mardi 30 août 2022 à la salle de Guy Queyroi

Hatha Yoga / Pilates/ Pilates Spécifique/ Stretching Postural : Inscriptions à partir du 29 août 2022 au studio de Migron et à la salle Pause Amicale lors des cours.

Expression Arts Plastiques : Inscriptions et reprise à partir du mardi 20 septembre 2022 à l'atelier

Sculpture-Terre-Modelage : Inscriptions et reprise à l'atelier à partir du 15 septembre 2022

Gymnastique : Inscriptions et reprise la semaine du 01 septembre 2022 à la salle de Gymnastique

Randonnée Pédestre : Inscriptions et reprise à partir du 08 septembre 2022

Tennis de Table : inscriptions et reprise à partir du 31 août 2022 à la salle spécifique Tennis de Table

Badminton : Inscriptions et reprise à partir du 31 août 2022 au COSEC

Zumba : Inscriptions et reprise le lundi 05 septembre 2022

Retrouvez-nous au Forum des Associations

le 03 septembre 2022 de 14 h 00 à 18 h 00 au Domaine du Pinsan.

Possibilité de s'inscrire en cours d'année

Secrétariat au Centre René Pujol-rue des Tulipes-Eysines

TARIFS SAISON 2022-2023

Aquagym	233 €/ 255 €	Eysinais/ Haillanais et Hors communes
Atelier d'écriture	236 €	18 séances à 2h et 15 séances à 2h30
Atelier Sophrologie	9.00 €	la séance + 15 € d'adhésion ALE
Badminton	125 € /115 € /105 €	105 € tarif adhérent d'une même famille/tarifs étudiant /chômeurs
Danse Country	135 €	
Danse Hip-hop	262 € à 340 €	en fonction du nombre d'heures de cours hebdomadaires
Danse Classique	262 € à 576 €	en fonction du nombre d'heures de cours hebdomadaires
Danse Jazz	262 € à 576 €	en fonction du nombre d'heures de cours hebdomadaires
Gym Adultes (studio de Danse du Bourg)	205 €	
Expression Arts Plastiques Adultes	370 €	Séances de 3 heures hebdomadaires
Expression Arts Plastiques Enfants	195 €	
BbGym/EveilGym	192 €	
Gym Loisirs	226 €	
Gym Artistique Compétition	260 € à 300 €	en fonction du nombre de cours hebdomadaires
Gym Adultes Loisirs (salle de Gymnastique Migron)	226 €	+de 18 ans
Gym Adultes Compétition	200 €	+ de 18 ans
Zumba/ renforcement musculaire	160 € à 340 €	en fonction du nombre de cours hebdomadaires
Zumba kids	160 €	
Italien	360 €	1h30
Jeux de société	45 €	
Pause Amicale	18€/10€	Assistantes maternelles/enfants
Hatha Yoga/Vinyasa	298 €	
Stretching Postural	272 €	
Pilates	272 €	
Pilates spécifique	27 €/mois	+15 € d'adhésion
Randonnée Pédestre	45 €	
Tennis de Table	131 € à 192 €	en fonction des catégories d'âge, du loisir/compétition
Sculpture	270 €	

Vous avez la possibilité d'étaler le paiement des cotisations en établissant plusieurs chèques qui seront encaissés en cours d'année.

Pour certaines activités, vous pouvez régler votre cotisation par carte bancaire en ligne. Veuillez-vous rapprocher du secrétariat pour plus d'informations.

RETROSPECTIVE SAISON 2021-2022

Forum des associations en septembre 2021



En octobre 2021, Zumba Adultes et Kids dans le cadre de CAP 33 avec notre professeure Caroline.



Vue imprenable en Randonnée Pédestre

Participation de la Zumba à la fete de quartier de Migron



Les 20 ans de la Randonnée Pedestre en novembre 2021

L'Assemblée Générale de l'ALE le 03 décembre 2021



Le Gala de Noël des petits en Gymnastique en décembre 2021



Formation d'arbitres pour la section Tennis de Table dispensée par le Comité Départemental du TT en janvier 2022

Quelques photos des activités de l'ALE :



Danse Classique



Gymnastique Artistique



Arts Plastiques



Danse/Gym/Yoga



Aquagym



Danse Country