

Depuis 1956



SAISON 2024 – 2025

CULTURE – SPORTS – BIEN-ÊTRE - LOISIRS

Vivre ensemble - S'impliquer – Respecter

**Amicale Laïque Eysines
Centre René Pujol rue des Tulipes 33320 Eysines**

**Secrétariat ouvert :
lundi et vendredi après-midi,
mardi et jeudi matin,
mercredi toute la journée**

Tél : 05.56.57.87.71

Mail : amicale33320@gmail.com

Site Internet : www.ale33.fr



BIEN-ETRE À L'ALE !!!

Contact : Florence PIGEON (responsable de section)
Courriel : alezenbienetre@gmail.com Facebook **Bien Être ALE Eysines**

DU NOUVEAU POUR RESTER EN FORME

YOGA SUR CHAISE

Salle Pause Amicale-Eysines

Résidence les Hauts de l'Hippodrome-Bât 12- rue René Cassin
Cours le Mercredi à 17h00



HATHA YOGA – YOGA VINYASA – GYM YOGA



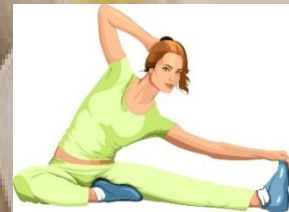
Salle Pause Amicale-Eysines

Résidence les Hauts de l'Hippodrome-Bât 12- rue René Cassin
Cours le Mercredi à 18h10 – Yoga Gym,
Cours le Mercredi à 19h20 – Hatha Yoga
Studio Danse de Migron-Avenue de la Croix du Golf
Cours le Lundi à 19h15 – Vinyasa

LE STRETCHING POSTURAL

Salle Pause Amicale-Eysines

Résidence les Hauts de l'Hippodrome-Bât 12- rue René Cassin
Cours le Jeudi à 18h00



PILATES ET PILATES PUBLIC CIBLÉ

Salle Pause Amicale-Eysines

Résidence « les Hauts de l'Hippodrome » Bât 12 - rue René Cassin
Cours le Jeudi 19h15

Studio Danse de Migron-Avenue de la Croix du Golf

Cours le Lundi à 18h10 et le Vendredi à 11h05

Pilates Adapté : Cours le Vendredi à 10h00 (Pilates Spécifiques : femmes enceintes et seniors)



SOPHROLOGIE

Salle Pause Amicale-Eysines - Contact : amicale33320@gmail.com / 05 56 57 87 71

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



ENSEIGNEMENT DE L'ITALIEN

75, avenue de la Libération

Cours d'italien : débutant – intermédiaire- confirmé

Cours le Mercredi à partir de 17h00

Contact : amicale33320@gmail.com ou 05 56 57 87 71

EXPRESSION ARTS PLASTIQUES

Atelier Arts Plastiques Bourdieu de Ferron – Parking du Pôle Educatif

Enfants à partir de 5 ans, ados : Mercredi : 14h00-17h00

(voir le créneau avec le professeur)

Adultes : Jeudi – Vendredi – Samedi 10h00-13h00

Mercredi de 17h30 à 20h30

Contact : Isabelle LE BLANC 06 73 60 29 85 ou amicale33320@gmail.com



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

JEUX DE SOCIÉTÉ

Salle Guy Queyroi rue de Castrillon

Le Mardi et le Jeudi de 13h30 à 18h00

Contact : Dominique BOUYER 06 72 50 59 68

Gérard SANCHEZ 07 50 90 95 31



PAUSE AMICALE

Résidence les Hauts de l'Hippodrome Bât 12 – Rue René Cassin

Accueil enfants et assistantes maternelles

Contact : ALE 05 56 57 87 71

ON FAIT DU SPORT À 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) Garçons et Filles à partir de 6 ans

Gymnastique artistique en compétition Garçons et Filles

Renforcement Musculaire « Spécial Agrée Gym » Adultes-Parents-Gym + 6 ans

Courriel : eyssinesgym@ale33.fr

Instagram: [eyssinesgym](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.

Educateurs avec brevet d'Etat, entraînements collectifs par catégories (hors loisir adultes) : âges, niveaux.

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

Contact : Yvonne HAN COILIN 06 33 49 95 25

Courriel : yvonne-tt-ale@orange.fr / newsletter@ping-eyssines.fr



BADMINTON

COSEC – Rue Lucien Piet- Section adultes et jeunes (3-17ans)

Entraînements : Jeu Libre

Lundi-Mardi-Jeudi de 20h30 à 23h00 – Jeu libre ou Interclubs

Mardi de 19h00 à 20h30 – Entraînement compétiteurs

Mercredi 21h00 à 23h00 – Pendant la période d'été

Samedi de 15h30 à 18h00

Entraînements encadrés

Jeudi 19h00 à 20h30 Jeunes - Minimes-Cadets-Juniors

Mardi de 17h30 à 19h00 - Minibad – enfants de 3 à 8 ans

Courriel : bureau.aleb@gmail.com

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



AQUAGYM

Une pratique adaptée à votre niveau :

Aquadouce-Aquafit-Aquachallenge

A la piscine du Pinsan

Cours de 45 minutes. 11 séances hebdomadaires

Lundis, Mardis, Mercredis, Jeudis et Vendredis

Contact : amicale33320@gmail.com 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 »

(1/2 journée : 10 kms/journée entière entre 14 kms et 20 km)

Covoiturage possible

Courriel : lesmaraicheurs33@gmail.com



ZUMBA

ZUMBA Lundi à 19h45 - Salle Festive du Pinsan

ZUMBA Mercredi à 19h30-Studio de Migron Av de la Croix du Golf

Contact : Caroline 06 46 27 87 67 / 05 56 57 87 71

Courriel : amicale33320@gmail.com

RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Lundi à 19h00 Salle Festive du Pinsan

Mercredi à 20h30 - Studio de Migron Av. de la Croix du Golf

Contact : Caroline 06 46 27 87 67

Courriel : amicale33320@gmail.com



ON DANSE À L'ALE !!!

DANSE CLASSIQUE

Studio de danse Michel Valprémy- rue Raoul Déjean
Enfants à partir de 5 ans et demi (au 31/08/2024), adolescents, adultes
Cours les Mardis, Mercredis, Jeudis et Samedis
Contact : Nathalie BIREAUD 06 77 80 24 37
Geneviève BARROT 05 56 95 00 81
Courriel: danseclassique@ale33.fr



DANSE COUNTRY ET LINE DANCE

Cours les Mardis 18h30 à 20h30- novices et intermédiaires
Cours les Jeudis 18h30 à 20h30 – ultras débutants et débutants
Salle Festive du Pinsan
Contact : Christian DUMARTIN 06 72 49 78 26
Chantal BATS 06 34 06 46 87
Courriel : alecountry@hotmail.fr



DANSE JAZZ

Studio de danse de Migron avenue de la Croix du Golf à Eysines
Adultes, adolescents, enfants à partir de 4 ans (au 31/08/24)
Cours les Mardis, Mercredis, Jeudis et Vendredis.
Contact : Carole BIBES 06 12 14 10 08
Courriel : dansejazz@ale33.fr



INSCRIPTIONS

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

Aquagym : Inscriptions ouvertes à tous à partir de juin 2024. Reprise le 09 septembre 2024.

Danse Classique : Inscriptions, reprise des cours et semaine découverte le mardi 03 de 17h30 à 20h00, mercredi 04 de 11h00 à 21h15, jeudi 05 de 17h00 à 20h30 et samedi 07 septembre 2024 de 10h00 à 11h30

Danse Modern Jazz : Inscriptions le mercredi 04 septembre et jeudi 05 septembre 2024 de 16h30 à 19h00 au studio de Migron. Reprise des cours le mardi 10 septembre 2024.

Danse Country : Inscriptions et reprise à partir du jeudi 19 septembre 2024

Jeux de société : Inscriptions tout au long de l'année

Yoga /Yoga sur Chaises/ Gym Yoga / Pilates/ Pilates Public Ciblé/ Stretching Postural : Inscriptions et reprise des cours à partir du lundi 02 septembre 2024 au studio de Migron et à la salle Pause Amicale.

Italien : Reprise le 09 septembre 2024

Expression Arts Plastiques : Inscriptions et reprise à partir du mardi 17 septembre 2024

Sculpture-Terre-Modelage : Inscriptions et reprise à l'atelier à partir du 12 septembre 2024

Gymnastique : Inscriptions à partir de juin en ligne et reprise le 26 août 2024 pour les anciens adhérents et reprise le lundi 09 septembre 2024 à la salle de Gymnastique

Randonnée Pédestre : Inscriptions et reprise la semaine du 09 septembre 2024

Tennis de Table : Inscriptions et reprise à partir du 03 septembre 2024 à la salle spécifique Tennis de Table

Badminton : Inscriptions au Forum des associations et reprise le lundi 09 septembre 2024 au COSEC

Zumba : Inscriptions et reprise le lundi 9 septembre 2024

**Retrouvez-nous au Forum des Associations
le 07 septembre 2024 de 14 h 00 à 18 h 00 au Domaine du Pinsan**

**Possibilités de s'inscrire en cours d'année
Secrétariat Centre René Pujol-Rue des Tulipes**

TARIFS SAISON 2024-2025

Aquagym	242 €/ 264€	Eysinais/ Haillanais et Hors communes
Badminton	131€ /121 €	108 € tarifs adhérents d'une même famille/tarifs étudiants/chômeurs 143 € tarif compétition 80 € Minibad
Danse Country	143 €	
Danse Classique	268 € à 580 €	en fonction du nombre d'heures de cours hebdomadaires
Danse Jazz	268 € à 580 €	en fonction du nombre d'heures de cours hebdomadaires
Expression Arts Plastiques Adultes	376 €	Séances de 3 heures hebdomadaires
Expression Arts Plastiques Enfants	198 €	
BbGym/EveilGym	198 €	
Gym Loisirs enfants	233 €	Garçons et Filles de + 6 ans – Cours d'1 h 30
Gym Artistique Compétition 4h00 (2 entraînements)	268 €	Compétition Garçons et Filles + 6 ans – 2 x 2 heures
Gym Artistique Compétition 6h00 (3 entraînements)	313 €	Compétition Garçons et Filles + ans – 3 x 2 heures
Gym Adultes Loisirs	233 €	Adultes loisirs Garçons et Filles – 1 h 30
Gym Grandes	233 €	Adultes compétition
Renforcement Musculaire Adultes spécial agréé	103 €	
Zumba/ Zumba Step	220 €	Zumba Adultes 2 h : 350 €
Abdos Fessiers/Renforcement Musculaire	170 €	
Package Zumba + Abdos Fessiers	360 €	
Italien	347 € /362 €	1h15 / 1h30
Jeux de société	48 €	
Pause Amicale	21 €/13 €	Assistantes maternelles/enfants
Hatha Yoga /Vinyasa/Yoga Doux/Yoga sur Chaises	305 €	
Stretching Postural	279 €	
Pilates	279 €	
Pilates spécifique	279 €	
Randonnée Pédestre	48 €	
Tennis de Table	136 € à 198 €	en fonction des catégories d'âge, loisir/compétition
Sculpture	273 €	

Forum des associations en septembre 2023



Départ de Jean-Pierre LAMAGNERE, Président depuis 17 ans, remplacé par Florence PIGEON à la tête de l'association lors de l'Assemblée Générale du 17 novembre 2023 à La Grange de Lescombes.



Le 12 janvier 2024, se retrouver autour d'une bonne Galette, échanger, partager, faire quelques pas de danse et garder le plaisir d'être et de faire ensemble !!!



Les Galas de fin d'année, les Tournois, les Expositions....



NOS ACTIONS FÉDÉRATRICES

Le 16 septembre 2023 et le 23 mars 2024, l'ALE a organisé deux opérations ramassage des déchets en partenariat avec la Ville D'Eysines, le Crédit Mutuel, le Repair Café et la Maison Eco-Citoyenne de Bordeaux.



**22 octobre 2023 : Challenge Ruban Rose
Action de sensibilisation à la lutte contre le cancer.**



Mise en lumières des sportifs et bénévoles investis, lors de la Remise des Trophées des Sportifs par la Ville d'Eysines, le 8 février 2024.



L'Amicale Laïque s'engage !!!

Formation Lutte et Prévention des Violences Sexuelles- Samedi 09 mars 2024.



Le Tennis de Table a participé à la journée 100 % inclusive organisée par le Département au Domaine du Pinsan le 16 octobre 2023.



Le jeudi 30 mai 2024, le tirage de la tombola de l'ALE au Centre René Pujol.

