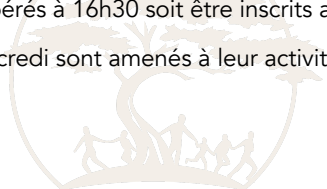


PROGRAMME ENFANTS ET COLLEGIENS

ACTIVITE	JOUR	HORAIRES	AGE / NIVEAU	COTISATION à l'année	PROFESSEUR & SALLE
ACTIVITES ARTISTIQUES					
EVEIL A LA MUSIQUE Année 1 (max. 8 élèves) Année 2/3 (max. 8 élèves)	Jeudi	16h30*-17h30	MS/GS	200 €	Tiphaine Capron Salle communale
	Jeudi	17h30-18h30	GS/CP		
CHANT Du CE1 à la 3e	Mercredi	13h15-14h15	Du CE1 à la 3e	180 €	Bruno Fontana Salle communale
COUTURE (max. 5 élèves)	Lundi Mardi Jeudi	Primaires : 16h30*-18h15 Collège : 17h-18h30	Du CE2 à la 3e	350 € + 50 € de matériel (fourni)	Estelle Duret Salle communale
ATELIER THEATRE (max. 8 élèves / groupe)	Mardi	17h-18h	CE2 - CM1	180 €	Geneviève Tempellini Salle de motricité
	Mardi	18h15-19h15	CM2 - 6e		
ACTIVITES SPORTIVES					
JUDO (max. 12 élèves)	Lundi	16h30*-17h30	GS/CP	170 €	Aurélia Bouvier Salle de motricité
		17h30-18h30	CE1/CE2		
		18h30-19h30	CM1/CM2		
SAVATE - BOXE FRANCAISE (max. 14 élèves)	Mardi	18h30-19h30	12-14 ans (5e, 4e, 3e)	170 €	Thierry Ung Salle des fêtes
GYM KIDS (max. 12 élèves)	Jeudi	17h-18h	CP/CE1	200 €	Aurore Tourneux Salle de motricité
	Vendredi	17h-18h	CE2-CM2		
	Vendredi	18h-19h	CE2-CM2 avancés		
DANSE CONTEMPORAINE (max. 12 élèves) 	Mercredi	9h15-10h	MS/GS/CP	220€	Carine Albares Salle de motricité (9h15) puis salle des fêtes
		10h15-11h15	CE1/CE2		
		11h15-12h15	CM1/CM2		
ACTIVITES CULTURELLES					
ATELIERS ANGLAIS (max. 10 élèves) 	Mercredi	9h à 10h	PS-MS	350 €	Adriana - Les Petits Bilingues Salle communale
	Mercredi	10h à 11h	GS-CP		
	Lundi	17h-18h	CE1-CE2		
	Lundi	18h-19h	CM1-CM2		

* Pour les cours de 16h30, les enfants sont récupérés par les professeurs AAP dans la cour de l'école à la fin de la classe ; ils prennent leur goûter tiré du sac avant de démarrer l'activité à 16h45. Exception : ce n'est pas le cas pour les enfants inscrits à une activité à partir de 17h, qui doivent soit être récupérés à 16h30 soit être inscrits au CLAE jusqu'à 17h.

NB : Les enfants inscrits au CLAE le soir ou le mercredi sont amenés à leur activité, puis récupérés, par les animateurs du CLAE.



PROGRAMME ADULTES & LYCEENS

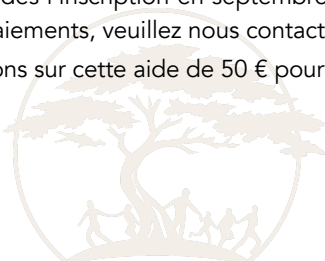
ACTIVITE	JOUR	HORAIRES	NIVEAU	COTISATION à l'année	PROFESSEUR & SALLE
ACTIVITES ARTISTIQUES					
COUTURE (max. 5 élèves)	Lundi	18h30-20h30 (ou possibilité de se joindre à un des groupes d'enfants)	Adultes et ados expérimentés	380 € + 50 € de matériel (fourni)	Estelle Duret Salle communale
ACTIVITES SPORTIVES					
GYM SENIORS	Mercredi	9h-10h	Public sénior	150 € (Tarifs en baisse grâce à une subvention de la CFPPA)	Intervenante Association Siel Bleu Salle des fêtes
RENFO. MUSCULAIRE CARDIO	Mercredi	19h45-20h45 20h45-21h45	Tous niveaux	220 €	Benoît David Salle des fêtes
PILATES	Lundi Jeudi Jeudi	14h-15h 18h-19h 19h15-20h15	Tous niveaux	200 €	Yasmine Said Salle des fêtes
YOGA VINYASA / YIN YANG FLOW	Lundi Lundi Jeudi	18h30-19h30 19h35-20h35 15h30-16h30	Tous niveaux	200 €	Clélia Navenot / Alice Avrillon Salle des fêtes
SAVATE - BOXE FRANCAISE	Mardi	19h35-21h	Lycéens dès 15 ans, adultes	200 €	Thierry Ung Salle des fêtes

Infos pratiques

- Le règlement intérieur de l'AAP est signé lors de l'inscription.
- Les cours commencent **le 14 septembre 2026** et se terminent **le 18 juin 2027** (sauf exceptions). Il n'y a pas de cours durant les vacances scolaires, ni les jours fériés.
- Le nombre de places pour chaque cours est limité. En cas de besoin une liste d'attente sera mise en place.
- L'association se réserve le droit d'annuler un cours si le nombre d'inscrits est insuffisant.
- Toute inscription est considérée comme définitive à partir du 1^{er} octobre 2026.
- **Pour les Sportifs** : Une licence UFOLEP nominative est **obligatoire** pour chaque personne pratiquant une activité sportive. Le formulaire rempli devra être rendu au professeur au plus tard le 15/10. La même licence permet de pratiquer plusieurs sports. (Tarifs : enfant né après 2015 : 7,50€ ; jeunes nés entre 2009 et 2015 : 10,50 € ; adultes : 22,50 €).

Paiement

- L'adhésion à l'association est de 20 € par famille et par an pour les habitants de Cernex, et 30 € par famille et par an pour les habitants des autres communes.
- Les cotisations par activité sont à régler dès l'inscription en septembre (sur helloasso, en CB, chèque ou espèces). Nous offrons la possibilité de fractionner les paiements, veuillez nous contacter pour les détails.
- Nous acceptons le pass'Sport (informations sur cette aide de 50 € pour les jeunes : www.pass.sports.gouv.fr)





DECouvrez LA LINOGRATURE

ET REPARTez AVEC VOS PROPRES CREATIONS !

Atelier de 3 séances

Lundi 26, mardi 27 et mercredi 28 octobre 2026

de 15h à 17h30

Salle communale de Cernex

Au cours des 3 séances, Emilie, artiste du village, vous accompagne pas à pas : découverte de la technique, choix ou adaptation de votre motif, gravure de votre plaque de linoléum, encre et impression de vos créations.

Aucune expérience artistique n'est nécessaire ! Chacun avance à son rythme grâce à l'accompagnement personnalisé d'Emilie. Vous pourrez réaliser des cartes, affiches ou décorations uniques, à offrir ou à conserver. Vous repartirez avec : votre plaque gravée réutilisable, plusieurs tirages de votre création, et le savoir-faire pour continuer chez vous !

80 € par personne pour les 3 séances (matériel fourni)
Adultes et jeunes dès 15 ans. Places limitées.

Inscriptions via helloasso :



DANSE CONTEMPORAINE

Avec Carine Albares

Séance d'essai gratuite

Le mercredi 9 septembre 2026

Diplômée du Conservatoire National Supérieur de Musique et de Danse de Lyon, Carine développe depuis plus de 25 ans un travail sur le corps, à l'écoute et dans le respect des possibilités de chacun.

Titulaire du CA en danse contemporaine, son enseignement repose à la fois sur des outils et repères techniques concrets mais se base également sur un travail d'atelier, afin d'encourager et développer la créativité de chacun.

« Dans mes cours de danse vous explorerez un mouvement fluide, organique, où musicalité et qualité du geste sont de premier ordre. Se faire plaisir au travers d'un cours dynamique mais non brutal. Aiguiser sa créativité en éveillant l'imaginaire et son ressenti du mouvement afin que la danse entre en chaque corps avec joie et délicatesse.

Pour les phases d'éveil/initiation (4-6 ans) on rentre dans le mouvement avec douceur en stimulant l'imaginaire afin d'aborder des notions indispensables à la danse comme le rythme, l'espace, l'approche du groupe, les nuances de tonicité. L'enfant est dans l'action et le plaisir ».

MS/GS/CP de 9h15 à 10h (à la salle de motricité de l'école)

CE1/CE2 de 10h15 à 11h15 (à la salle des fêtes)

CM1/CM2 de 11h15 à 12h15 (à la salle des fêtes)

Inscriptions via helloasso. Places limitées.



Rejoignez le groupe WhatsApp *Arbre à Palabres Flash info* pour recevoir toutes les informations concernant nos activités !

