

SPORT EN FÊTE

DIMANCHE 22 SEPTEMBRE 1996

« TRIATHLON-LOISIR »

(Course à pied, VTT et Tir à l'arc sur le site de la Vallée de la Seiche)

la fin de 8 ans

Quel que soit votre âge ou votre expérience, dans un esprit de détente, l'U.S.V. vous attend avant 14 h à la Salle des Sports de la Seiche (pour remise des dossiers).

Inscriptions préalables : Permanence de l'U.S.V. les samedi 21 et dimanche 22 septembre, de 10 h à 12 h (rue Laënnec face à la Gare SNCF).

Engagement : 10 F/personne (au profit de la MUCOVISCIDOSE).

Départ : Dimanche à 14 h 30 (2 circuits : débutants ou experts).

Voifergem
Vers 18 h 30 : Pot de l'Amitié à la Salle des Fêtes de la Chalotais.

Utilisation de son V.T.T. - personnel.



CENTRE DES MARAIS
Centre socio culturel
43, rue de Chateaubriant
☎ 99.62.83.27

VERN INFO

Mercredi 11 Septembre 1996

n° 338



**VIRADE
DE L'ESPOIR**

CENTRE DES MARAIS - ACTIVITES

DESSIN - PEINTURE

ATELIER ENFANTS

Cours le *mercredi* après-midi (1 h 30). Réunion le

MERCREDI 25/09 à 14 h - Centre Bel Air -

220 F par trimestre

ATELIER ADULTES

Le *maridi* soir (2 h). Réunion **MARDI 24/09 à 20 h 30,**

Centre Bel Air - 320 F par trimestre.

EXPRESSION CORPORELLE

ENFANTS DE 4 A 6 ANS

Travail sur schéma corporel, expression libre sur musique. Cours le *mercredi*. Rencontre non programmée. S'inscrire au Centre. 190 F par trimestre.

YOGA

Cours le jeudi soir et le lundi matin. Réunion avec Mme BARBOT, le **JEUDI 26/09 à 20 h 30 à l'ECOLE MATERNELLE DE LA CHALOTAIS.** Quelques exercices pratiques seront proposés. 320 F par trimestre.

SOPHROLOGIE

Par la SOPHROLOGIE, Cultiver l'ART de BIEN VIVRE, Créer POSITIVEMENT SA VIE. Réunion le **MARDI 17/09 à 20 h 30 au Centre Bel Air.** 480 F (12 séances)

ATELIER THEATRE (enfants et ados)

Rencontre non arrêtée. S'inscrire au Centre des Marais. 200 F par trimestre.

MODELISME - VOL LIBRE

L'atelier d'aéromodélisme a repris le *samedi* et le *mercredi* au Centre Bel Air. Il s'adresse aux jeunes à partir de 13 ans et aux adultes. 180 F par trimestre.

COUTURE ADULTES

Cours (2 h) les *lundi* et *mardi* après-midi et soir pour tous niveaux. Réunion avec Mme THOMAS et Mme PIAU, le **LUNDI 23/09 à 20 h 30 au Centre Bel Air.** S'inscrire au Centre, nombre de places limité. 240 F par trimestre

ANGLAIS

ADULTES

Débutez l'Anglais ou retrouvez-en les bases dans un groupe d'initiation à la conversation. Cours le *mardi* et le *mercredi* soir (1 h). Réunion le **MARDI 24/09 à 20 h 30 au Centre Bel Air.** 230 F par trimestre.

ENFANTS (CE - CM)

Initiation à l'Anglais à travers jeux, contes, chansons. Rencontre non programmée. S'inscrire au Centre. 185 F par trimestre.

ALLEMAND

ADULTES

Tous niveaux : du débutant au perfectionnement. Réunion avec Almuth GIRAUD et Danielle BIGOIN le **LUNDI 23/09 à 20 h 30 au Centre Bel Air.** 220 F par trimestre.

ENFANTS (CE - CM)

Réunion le **LUNDI 23/09 à 20 h au Centre Bel Air.** 185 F par trimestre.

STRETCHING

Tonification des muscles, assouplissements insistant sur la respiration dans les étirements. Relaxation. Cours le *lundi* soir. Réunion avec M. SERBAN le **LUNDI 30/09 à 20 h 30.** Quelques exercices pratiques seront proposés. 260 F par trimestre.