

Enfants



Dessin-Peinture
Danse classique
Zumba ados

Baby-gym

Eveil gymnique

Gym filles Compétition

Gym filles Evolution **Nouveau**

Parkour ados garçons **Nouveau**



Adultes

Atelier peinture

Yoga

Pilates

Zumba

Zumba Gold

Cardio training

Gymnastique stretching

Gymnastique entretien



Inscriptions à notre Assemblée générale
le mercredi 9 septembre 2020 à 20h
à la Salle d'animation de Sillingy

Activités sportives et de loisirs encadrées par des professeurs diplômés
Les activités ont lieu sur les communes de Sillingy et de La-Balme-de-Sillingy

Reprise des activités la semaine du 14/09 (environ 30 séances/an)

Détail de toutes nos activités sur notre site internet : www.lamandallaz.fr

Dessin - Peinture

Catégorie	Lieu	Jour	Horaire	Tarif	Code
8-12 ans	Choucas	Mercredi	14h00-16h00	160 €	PE
Professeur/animateur :	Nelly				
Référent activité :	Nous recherchons un/e référent/e.				
Petit plus :	Supports et matériels fournis				

Danse classique

Catégorie	Lieu	Jour	Horaire	Tarif	Code
Eveil / initiation 5-6 ans	Marcassins	Mercredi	14h00-15h00	140 €	D1
Débutant préparatoire 7-8 ans	Marcassins	Mercredi	15h00-16h00	140 €	D2
Avancé 9 ans et plus	Marcassins	Mardi	18h00-19h30	150 €	D3
Professeur/animateur :	Nadia				
Référent activité :	Séverine Durand - severine.bolle@me.com				
Petit plus :	Spectacle de fin de saison				

Zumba ados

Catégorie	Lieu	Jour	Horaire	Tarif	Code
11-16 ans	Salle d'Animation	Mercredi	18h00-19h00	165 €	ZA
Professeur/animateur :	Audrey				
Référent activité :	Sandra Antunes - miranda.sandra73@sfr.fr				

Baby-gym (mixte)

Catégorie	Lieu	Jour	Horaire	Tarif	Code
Baby-gym 2 ans (2018)	Avully	Mercredi	10h00-10h45	120 €	BG1
Baby-gym 3 ans (2017)	Avully	Mercredi	11h00-11h45	120 €	BG2
Professeur/animateur :	Sophie assistée des parents : 2 ans : présence d'un parent par enfant 3 ans : présence de 2 parents pas séance à tour de rôle (présence à 3 cours dans l'année minimum)				
Référent activité :	Marie Petit - vidalemarie@hotmail.fr				
Petit plus :	Fête de la gym en fin de saison				

Eveil gymnique (mixte)

Catégorie	Lieu	Jour	Horaire	Tarif	Code
Eveil 5 ans (2015)	Marais	Mercredi	15h00-16h00	140 €	EG1
Eveil 4 ans (2016)	Marais	Mercredi	16h15-17h15	140 €	EG2
Professeur/animateur :	Aurore assistée des parents à tour de rôle (présence à 3 cours dans l'année minimum)				
Référent activité :	Nous recherchons un/e référent/e.				
Petit plus :	Fête de la gym en fin de saison				

Gym filles agrès

Catégorie	Lieu	Jour	Horaire	Tarif	Code
Gym Evolution Détail des groupes cf. Annexe	Gymnase	1 ou 2 séances Lundi, Mercredi et/ou Vendredi selon les groupes	18h00-19h30 ou 45 19h15-21h00 selon les groupes	De 155 € à 220 € selon les groupes	Cf Annexe
Gym Compétition Détail des groupes cf. Annexe	Gymnase	2 ou 3 séances Lundi, Mercredi et/ou Vendredi selon les groupes	17h45ou18h00 - 19h30ou45 19h15ou30 - 21h00ou15 selon les groupes	De 275 € à 370 € selon les groupes	Cf Annexe

Contacts renseignements :

Nous aurons besoin d'un "correspondant" par groupe.

Poussines Compétition (2011-2013) Marion Sagnol Mousset - marion.gymmandallaz@gmail.com
 Poussines Evolution (2011-2014) Nancy Vincent - nancy.mandallaz@gmail.com
 Jeunesses (2007-2010) Géraldine Vincent - geraldine.vincent74@gmail.com
 Aînées (2006 et avant) Nathalie Dechosal - nathaliegym@sfr.fr

Professeur/animateur :

Aurore, Eléonore, Carine et Sophie assistés de gymnastes Jeunesses/Aînées

Petit plus :

Compétitions/Challenges et Fête de la gym en fin de saison

Parkour ados garçons

Activité à confirmer en septembre

Catégorie	Lieu	Jour	Horaire	Tarif	Code
6 ^{ème} /5 ^{ème} et 4 ^{ème} /3 ^{ème} Détail des périodes cf. Annexe	Gymnase	Vendredi	17h00-18h00	De 55 € à 80 € selon périodes	Cf Annexe
Professeur/animateur :	Sophie				
Référent activité :	Nous recherchons un/e référent/e par catégorie.				

Activités adultes

Atelier peinture

Catégorie	Lieu	Jour	Horaire	Tarif	Code
Adultes tous niveaux	Choucas	Lundi	09h30-12h00	240 €	AP1
Adultes tous niveaux	Choucas	Lundi	19h00-21h00	220 €	AP2
Adultes tous niveaux	Choucas	Mardi	09h30-12h00	240 €	AP3
Professeur/animateur :	Marie-Alice				
Référent activité :	Marie-Françoise Fontanel - jomfontanel@gmail.com				

Yoga

Catégorie	Lieu	Jour	Horaire	Tarif	Code
Adultes tous niveaux	Marcassins	Lundi	19h00-20h15	140 €	YL
Adultes tous niveaux	Marcassins	Mercredi	19h30-20h45	140 €	YM
Professeur/animateur :	Patricia				
Référent activité :	Ludivine David - 06.88.13.04.18 - ludivine.mas@wanadoo.fr				
Adultes tous niveaux	Marcassins	Jeudi	09h15-10h30	140 €	YJ
Professeur/animateur :	Anne				
Référent activité :	Sylvie Donnet - m.sylvie.donnet@protonmail.com				

Zumba

Catégorie	Lieu	Jour	Horaire	Tarif	Code
Adultes* tous niveaux Zumba+**	Salle d'Animation	Mercredi	19h00-20h00	165 €	Z1
Adultes* tous niveaux	Salle d'Animation	Mercredi	20h00-21h00	165 €	Z2
Référent activité :	Nous recherchons des référents/es.				
Adultes* tous niveaux Gold***	Marcassins	Mardi	10h00-11h00	165 €	Z3
Référent activité :	Brigitte Luneau - bluneau@live.fr				
Professeur/animateur :	Audrey				

* à partir de 17 ans - ** Zumba+ : zumba et renforcement musculaire - *** Zumba Gold : gym-danses latinos sans cardio, pour tous les âges

Pilates

Catégorie	Lieu	Jour	Horaire	Tarif	Code
Débutants	Salle d'Animation	Mardi	18h00-19h00	170 €	P1
Niveau 2	Salle d'Animation	Mardi	19h00-20h00	170 €	P2
Référent activité :	Agnès Demeyrier - agdem21@gmail.com				
Débutants / Intermédiaires	Marcassins	Vendredi	14h30-15h30	170 €	P3
Référent activité :	Nathalie Tourneux - nathalie.tourneux@neuf.fr				
Professeur/animateur :	Aurore				

Cardio training

Catégorie	Lieu	Jour	Horaire	Tarif	Code
Adultes tous niveaux	Salle d'Animation	Mardi	20h00-21h00	140 €	CT
Professeur/animateur :	Aurore				
Référent activité :	Jane Pernoud - jpernoud2002@hotmail.fr				

Gymnastique stretching

Catégorie	Lieu	Jour	Horaire	Tarif	Code
Adultes tous niveaux	Marcassins	Jeudi	19h00-20h00	130 €	GS
Professeur/animateur :	Nadia				
Référent activité :	Fabienne Morel - fmj.morel@orange.fr				

Gymnastique entretien

Catégorie	Lieu	Jour	Horaire	Tarif	Code
Adultes tous niveaux	Marcassins	Jeudi	10h45-11h45	130 €	GE
Professeur/animateur :	Hervé				
Référent activité :	Nathalie Tourneux - nathalie.tourneux@neuf.fr				

INFORMATIONS

Historique : l'association a été créée en 1963

Bilan saison 2019-2020 : 430 familles adhérentes et plus de 580 personnes participantes à nos activités

Objectifs : proposer des activités variées, accessibles à un large public, et participer à la vie de la commune

Activités : 15 activités sportives et de loisirs pendant les périodes scolaires (environ 30 séances)

Fonctionnement : les activités sont encadrées par des professeurs diplômés

Moyens : salles mises à disposition par les communes de Sillingy et La-Balme-de-Sillingy et la Communauté de Communes Fier & Usse

Avully : Salle de motricité de l'Ecole maternelle d'Avully - Avully La-Balme-de-Sillingy

Choucas : Salle Les Choucas de la Maison des Associations et des Jumelages (bâtiment du magasin Vival) - Chef-lieu Sillingy

Chaumontet : Salle de motricité de l'Ecole élémentaire de Chaumontet - Sillingy**

Gymnase : du Collège La Mandallaz - Sillingy

Marais : Salle de motricité de l'Ecole maternelle du Marais - Chef-lieu La-Balme-de-Sillingy

Marcassins : Salle Les Marcassins de la Mairie de Sillingy - Chef-lieu

Salle d'Animation : Salle d'Animation de Sillingy (sous la Mairie) - Chef-lieu

**** La salle de motricité de l'Ecole élémentaire de Chaumontet est temporairement indisponible. Si des activités sont retransférées dans cette salle en cours d'année, nous informerons les adhérents.**

Financements : Inscriptions/cotisations des adhérents et subventions des communes de Sillingy, La-Balme-de-Sillingy, des communes de la CCFU, Choisy, Lovagny, Mésigny, Nonglard, Sallenôves, de Vaulx, du Conseil Départemental de Haute-Savoie et de la Région Auvergne-Rhône-Alpes

Manifestations : compétitions et challenges gymniques, fête de fin de saison en gymnastique et danse, exposition de peintures, participation aux manifestations communales et inter-communales (Foire de la Bathie, Marché de Noël, Fête nationale, exposition de tableaux à la bibliothèque de Sillingy...)

Actions : vente de chocolats...

Nous comptons sur tous les adhérents pour s'investir toujours plus et nous aider à développer des activités, manifestations et actions nous permettant d'offrir des activités attractives et de qualité.

INSCRIPTIONS

Les tarifs des activités sont annuels et hors cotisation familiale. La cotisation annuelle est obligatoire (une par foyer - montant en fonction de la commune de résidence).

Moyens de paiement acceptés : espèces (faire l'appoint) et chèques bancaires. Les chèques-vacances ANCV et coupons-sports ANCV sont acceptés pour le paiement au maximum de la moitié de l'inscription (l'autre moitié en espèces ou chèques bancaires).

La carte Pass'Réunion des étudiants est également acceptée.

Le règlement peut se faire en plusieurs chèques (voir modalités sur le bulletin d'inscription).

Après un mois d'activité, toute inscription sera définitive et non remboursable (excepté pour raisons médicales avec fourniture d'un certificat).

Pour toutes les activités (excepté la peinture), un certificat médical ou une attestation santé est obligatoire dès la 1^{ère} séance.

A noter :

- toutes les activités seront maintenues que sous réserve d'un nombre suffisant d'inscrits. Si une activité devait être annulée, les inscrits seront informés et leur paiement leur sera restitué.
- pour toutes les activités, s'il y a un trop grand nombre d'inscrits, la priorité sera donnée aux habitants de Sillingy et La-Balme-de-Sillingy, puis aux autres communes de la CCFU, puis aux communes hors CCFU.
- certains lieux et horaires d'activités pourront être modifiés en début de saison : les adhérents seront informés.
- les adhérents inscrits aux activités adultes ne peuvent venir accompagnés de leurs enfants lors des séances (excepté pour les "animations familles" organisées exceptionnellement pour certaines activités).

Association de La Mandallaz

Mairie de Sillingy - Place Claudius Luiset - 74330 SILLINGY

www.lamandallaz.fr - assoc-lamandallaz@hotmail.fr