EN JANVIER, JE SAUTE LE PAS !
JE M'INSCRIS AUX RANCY !

Il reste encore des places dans de nombreux ateliers !
Inscrivez-vous pour la rentrée de janvier
et bénéficiez du tarif spécial janvier !

ACTIVITÉS ENFANTS

Aikido 7/16 ans - Mercredi 17h45 à 18h45
Arts plastiques 7/9 ans - Mercredi 10h à 11h30
Atelier créatif, mots et arts plastiques 6/10 ans - Mercredi 16h45 à 17h45
Batucada 4/10 ans - Mercredi 14h à 15h
Capoeira 7/15 ans - Vendredi 19h à 20h
Chinois 6/10 ans - Samedi 10h à 11h
Couture 7/11 ans - Jeudi 17h15 à 18h15
Cuisine fruits et légumes de saison 6/10 ans - Samedi 10h à 11h30 - 16 séances
Cycle découverte 4/5 ans - Mercredi 9h à 10h
Danse contemporaine 9/12 ans - Jeudi 18h à 19h
Danse fusion 9/12 ans - Mercredi 13h45 à 14h45
Dessin/peinture 7/10 ans - Vendredi 17h15 à 18h45
Ecolo bricolos - 4/6 ans mercredi 9h15 à 10h15
Eveil arts plastiques 4/6 ans - Samedi 9h30 à 10h30
Eveil danse - 4/5 ans mardi 17h15 à 18h - 5/6 ans mercredi 14h45 à 15h45
5/6 ans samedi 10h45 à 11h30
Eveil dessin/peinture 4/5 ans - Mercredi 13h30 à 14h30
Eveil musical - 5/6 ans samedi 10h15 à 11h
Initiation danse 6/8 ans - Mardi 18h à 19h - Mercredi 10h à 11h
Initiation musique 6/10 ans - Mercredi 11h à 12h - Samedi 11h à 12h
Jardinage, les mains vertes 6/10 ans - Mercredi 13h30 à 14h30
Judo 6/11 ans mercredi 13h30 à 14h30 - 5/8 ans vendredi 17h15 à 18h15
Natation 7/11 ans mardi 17h à 18h - 5/7 ans mercredi 9h à 10h
Pack numéri'kids - 8/10 ans mercredi 13h30 à 14h45
Stage créé ta web radio 8/10 ans - 20 au 24 avril
Stage parents enfants expression 2/4 ans - 14 mars 10h à 11h30
Stage parents enfants sophro 5/10 ans - sommeil 19 octobre 10h à 11h30
Stage photogramme 7/16 ans - 14 décembre 14h à 17h
Stage sténopé 7/16 ans - 18 avril 9h30 à 17h30
Terre modelage 7/10 ans lundi 17h15 à 18h45
Stage parents enfants expression 2/4 ans - 14 mars 10h à 11h30

ACTIVITÉS ADOS

Aikido 7/16 ans - Mercredi 17h45 à 18h45
Capoeira 7/15 ans - Vendredi 19h à 20h
Club robotique 11/16 ans - Lundi 17h30 à 19h
Danse hip hop 13/16 ans - Mercredi 17h30 à 19h
Guitare 11/13 ans - Mercredi 14h45 à 15h45 - 13/15 ans - Mercredi 16h à 17h
Karaté 11/16 ans - Jeudi 18h30 à 19h30
Stage Bijouterie 10/17 ans - 20 au 24 avril
Stage Créé ton jeu vidéo 13/15 ans - 2 au 6 mars
Stage Photo argentique 11/16 ans - 24 et 25 février
Stage Photogramme 7/16 ans - 14 décembre 14h-17h
Stage Sténopé 7/16 ans - 18 avril 9h30-17h30
Stage Youtubeur/peertubeur 10/13 ans - 24 au 28 février

ACTIVITÉS ADULTES

Acrylique - Vendredi 14h à 16h30
Aikido - Vendredi 18h30 à 20h
Aikinshintaiso - Vendredi 20h à 21h30
Allemand - Mardi 14h à 15h15 débutants/débutants renforcés
Analyse politique de l'actualité - Jeudi 19h à 21h
Anglais - Lundi 18h15 à 19h30 intermédiaires - Lundi 19h30 à 20h45 confirmés
Apéro Tricot - Jeudi 18h30 à 20h (groupe autonome)
Aquarelle - Vendredi 10h à 12h30
Arabe - Jeudi 18h30 à 20h débutants - Jeudi 20h à 21h30 intermediaires/confirmés
Atelier d'écriture - Samedi 9h à 12h30
Atelier de création « Le corps dans tous ses états » (danse) - Jeudi 20h à 22h
Badminton - Vendredi 19h30 à 21h intermédiaires
Balade botanique - 21 mars 10h à 12h
Balade et initiation musicale - 18 janvier 9h30 à 12h30 - 28 mars 9h30 à 12h30
Balades dessinées - Samedi 10h à 13h
Barre à terre - Jeudi 19h à 20h - Mardi 19h à 20h
Basket - Samedi 11h30 à 13h
Batucada Bandana - Lundi 20h30 à 22h
Boogie woogie - Mercredi 20h45 à 21h45 intermédiaires
Boxe - Jeudi 20h30 à 22h30
Brigade de Clown - Samedi - 14/12 ; 28/03 - 10h à 17h - avec LACSE
Capoeira - Vendredi 20h à 21h30
Cardio Danse - Mardi 19h à 20h
Cardio Gym - Mardi 12h30 à 13h30
Chant Choral - Lundi 19h45 à 21h30
Chinois - Lundi 19h à 20h15 - 2 ans de pratique - Lundi 20h15 à 21h30 débutants
Mercredi 20h à 21h15 - 1 an de pratique
Chorale Gospel - Mardi 18h45 à 20h30
Chorale Polyphonerie - Jeudi 19h à 20h45 - 1 an de pratique minimum
Cinéma d'animation - Lundi 19h30 à 21h
Clown - Samedi 13h à 18h
Co-réparation avec Atelier Soudé
Communication non violente - Samedi 9h30 à 12h30 Déjà pratiquants
Couture - Vendredi 19h à 21h
Création Récup - Lundi 20h à 22h
Cuisses abdos fessiers - Mardi 16h45 à 17h45
Cycle sophro et énergie de saison - Vendredi 18h à 20h30 4 séances
Danse africaine - Lundi 18h à 19h30 débutants
Danse contemporaine - Mercredi 20h30 à 22h intermédiaires/avancés
Danse et Créativité Altea - Mardi 17h30 à 19h
Danse flamenco - Lundi 18h à 19h30
Danse Modern'Jazz - Lundi 19h30 à 21h débutants - Lundi 21h à 22h30 confirmés
Mardi 20h à 21h30 débutants/intermédiaires
Danse orientale - Vendredi 18h30 à 20h
Danse Rock - Lundi 17h45 à 18h45 débutants - Lundi 18h45 à 19h45 intermédiaires
Dessin/Fusain/Encre - Lundi 12h15 à 14h15
Ecriture autobiographique - Jeudi 18h à 20h
Ecriture de chanson - Samedi 14h30 à 17h
Escalade - Jeudi 21h à 22h30 confirmés
Espagnol - Mardi 18h45 à 20h débutants - Mardi 17h30 à 18h45 confirmés
Vendredi 17h30 à 18h45 intermediaires, 2 ans de pratique
Ethnofanfare - Lundi 18h30h à 20h30
Faber & mazlish communication parentale - Frères et soeurs sans rivalité - Lundi 20h à 22h30
Feldenkrais - Lundi 9h30 à 10h30 - Lundi 18h à 19h
FLE - Lundi 17h à 18h30
Foot en salle - Vendredi 20h30 à 22h30
Footing - Mardi 18h45 à 20h
Formations 1ers secours - Gestes qui sauvent 18 janvier 10h-12h
Guitare - Jeudi 19h à 20h15 perfectionnants 3 - Jeudi 20h15 à 21h15 perfectionnants 2
Jeudi 21h15 à 22h45 confirmés - Mercredi 17h à 18h débutants
Gym forme - Mardi 9h à 10h
Gym matinale - Mardi 8h à 9h
Gym zen - Mardi 9h à 10h
Handball - Vendredi 18h45 20h15 - 3 ans de pratique
Herboristerie - A la rencontre des plantes dimanche 9h30 à 12h30
Histoire de l'art - Jeudi 19h à 20h30 + 2 samedis
Initiation Informatique - Lundi 14h à 15h30 débutants

Italien - Lundi 17h à 18h15 conversation - Lundi 18h15 à 19h30 débutants
Mercredi 17h à 18h15 confirmés
Jazz vocal - Mardi 20h30 à 22h
Jeux de société - Vendredi 20h15 à 22h30
Karaté - Mardi 19h à 20h et Jeudi 19h30 à 20h30
Karaté Défense - Mercredi 19h15 à 20h30
Labo photo acces libre - Labo photo accès libre
Langues des signes - Lundi 18h à 19h15 1 an de pratique, A1,2
Multisports - Vendredi 12h15 à 13h30
Musique du monde et création - Mardi 18h15 à 19h45 - 3 ans de pratique min.
Mardi 19h45 à 21h45 - 5 ans de pratique min.
Musique Traditionnelle - Mercredi 20h à 21h45
Orthographe et grammaire remise à niveau - Jeudi 18h30 à 19h45
Palet vendéen - Jeudi 19h30 à 22h
Pâtisserie - Mardi 13h30 à 16h30
Pause poésie - Mercredi 19h à 20h
Peinture à l'huile - Mardi 13h30 à 16h - Mardi 10h à 12h30
Peinture sur porcelaine - Mardi 18h à 22h
Pilates - Lundi 12h30 à 13h30 - Lundi 17h à 18h - Mardi 19h à 20h - Vendredi 16h30 à 17h30
Portugais - Mardi 18h45 à 20h intermédiaires - Mardi 20h à 21h15 débutants
Qi gong - Lundi 14h à 15h
Rando des Rancy - Dimanche - journée (Groupe en autonomie)
Russe - Mercredi 18h15 à 19h30 débutants - Mercredi 19h30 à 20h45 intermédiaires
Sophrologie - Mardi 16h15 à 17h30 - Mardi 17h30 à 18h45 - Mardi 18h45 à 20h - Mardi 20h à 21h15
Sortie raquette - 15 mars
Stage couture - Sac à vrac 11 janvier 13h-17h
Stage cuisine sans gluten - 18 avril 9h à 14h
Stage du corps au mouvement - 22 février 10h-16h
Stage étude de la lumière en studio - 28 mars 9h30-18h
Stage fabrication cosmétiques naturels - Baume à lèvres et lait corporel 22 février 14h à 17h ;
Crème solaire et huile antimoustique 21 mars 14h à 17h
Stage fabrication poele rocket - 11 avril 15h à 18h
Stage initiation photo argentique - 8 et 15 février 9h30 à 17h30
Stage modèle vivant - 8, 15 et 22 février 14h à 17h
Stage photogramme - 11 janvier 14h à 17h
Stage sophro et lâcher prise - 18 avril 10h à 17h
Stage sténopé - 11 avril 9h30 à 17h30
Stage théâtre - Expression corporelle et impro 1er et 2 février 10h à 16h30 ;
Travail du texte 28 et 29 mars 10h à 16h30
Stages bijouterie - Bijoux capsules 14 décembre 9h à 13h ;
Bijoux mixte en bois 3 et 10 février 19h à 21h ;
Bijoux papier vernis 23 et 30 mars 19h à 21h
Théâtre - Jeudi 20h15 à 22h45 débutants
Théatre ALTEA - Lundi 18h15 à 20h15
Vielle à roue - Débutants jeudi 19h-20h30 - Intermédiaires /confirmés jeudi 20h30-22h

Vitrail - Mardi 19h à 22h
Yoga - Jeudi 10h45 à 12h - Jeudi 12h15 à 13h30 - Jeudi 20h45 à 22h - Mardi 12h15 à 13h30
Mardi 9h30 à 10h45 - Mercredi 10h15 à 11h30 - Mercredi 9h à 10h15
Yoga adapté - Mardi 14h30 à 15h45
Yoga post natal - Jeudi 14h15 à 15h15
Yoga prénatal - Jeudi 15h30 à 16h30
Zumba - Samedi 9h à 10h

SENIORS

Chorale Deci Dela - Jeudi 14h30 à 16h30
Cycle sophro et bien vieillir - Vendredi 10h à 12h 4 séances
Danse folkloriques - Mardi 14h30 à 16hh30
Gym bien être - Jeudi 16h à 17h
Remue méninges, atelier mémoire - Vendredi 10h à 11h30