

# Programme des activités

## LOISIRS CULTURELS

### DESSIN - PEINTURE

#### JEUNES 10-17 ANS

Mercredi de 14h00 à 15h00 (Dessin / Arts plastiques)

Salle P1 (Virginie)

#### JEUNES 6-9 ANS

Mercredi de 15h00 à 16h00 (Dessin / Arts plastiques)

Salle P1 (Virginie)

#### JEUNES 10-17 ANS

Mercredi de 16h00 à 17h30 (BD / Manga / Illustrations)

Salle P1 (Virginie)

#### ADULTES :

Lundi de 14h00 à 16h30

Mercredi de 18h00 à 20h30

Vendredi de 9h30 à 12h00

Vendredi de 14h00 à 16h30

Salle P1 (Virginie)

Salle P1 (Virginie)

Salle P1 (Nelly)

Salle P1 (Nelly)

### ANGLAIS - ADULTES

#### ELEMENTAIRE

Mardi de 10h30 à 12h00

Maison des Assos - Salle 5 (Freddie)

#### INTERMEDIAIRE

Mardi de 9h00 à 10h30

Maison des Assos - Salle 5 (Freddie)

#### AVANCE 1

Mardi de 14h00 à 15h30

Salle P1 (Freddie)

#### AVANCE 2

Jeudi de 14h00 à 15h30

Salle P1 (Freddie)

#### PERFORMANT

Mardi de 10h00 à 11h30

Mercredi de 18h30 à 20h00

Maison des Assos - Salle 4 (Paul)

Maison des Assos - Salle 4 (Paul)

### SCRABBLE

#### DUPLICATE ET/OU CLASSIQUE

Mardi de 13h45 à 16h30

Maison des Assos - Salles 4 et 5

**NOUVEAU**

## LOISIRS SPORTIFS \*

### GYMNASTIQUE

#### BIEN-ÊTRE

Mardi de 11h00 à 12h00

Vendredi de 11h00 à 12h00

Foyer Communal (Martine)

Foyer Communal (Laurence)

#### ÉNERGYM

Lundi de 17h00 à 18h00

Mardi de 9h00 à 10h00 et de 10h00 à 11h00

Jeudi de 18h00 à 19h00

Vendredi de 9h00 à 10h00

Foyer Communal (Anna)

Foyer Communal (Martine)

Foyer Communal (Sophie)

Foyer Communal (Laurence)

*Possibilité de faire plus de 2 cours de Gym Energym dans la limite de 4 par semaine.*

*La cotisation retenue sera celle de l'activité « 2 cours »*

#### CUISSES-ABDO-FESSIERS

Lundi de 18h00 à 19h00

Foyer Communal (Anna)

#### ABDOMINAUX DE GASQUET

Mercredi de 19h00 à 20h00

Cours en Visio (Laurence)

### STRETCHING

Lundi de 9h15 à 10h15, de 10h15 à 11h15, de 11h15 à 12h15  
et de 12h15 à 13h15

Salle de Danse (Martine)

Jeudi de 17h00 à 18h00

Foyer Communal (Sophie)

Mardi de 19h00 à 20h00

Cours en Visio (Martine)

### PILATES

Lundi de 19h00 à 20h00

Foyer Communal (Anna)

Mardi de 12h15 à 13h15

Salle de Danse (Sophie)

Mercredi de 9h00 à 10h00, de 10h00 à 11h00 et de 11h00 à 12h00

Salle P3 (Sophie)

Jeudi de 9h00 à 10h00, de 10h00 à 11h00 et de 11h00 à 12h00

Salle P3 (Sophie)

Jeudi de 19h00 à 20h00

Foyer Communal (Sophie)

Vendredi de 10h00 à 11h00

Foyer Communal (Laurence)

### HATHA-YOGA

#### HATHA-YOGA

Mardi de 18h00 à 19h30

Salle Branon (Hilda)

Mercredi de 10h00 à 11h30

Salle Branon (Hilda)

Vendredi de 9h00 à 10h30

Salle P3 (Hilda)

#### YOGA SENIOR

Vendredi de 10h30 à 12h00

Salle P3 (Hilda)

\* Pour les loisirs sportifs, les pratiquants devront remplir un questionnaire de santé (disponible sur le site [www.acl-leognan.fr](http://www.acl-leognan.fr)) et attester auprès du club que chacune des rubriques du questionnaire donne lieu à une réponse négative. Dans le cas contraire, un certificat médical sera demandé.

### Localisation des salles de pratiques

Foyer Communal : Place Joane

Salle de danse : Rue Louise Michel (à proximité de l'entrée de l'école Marcel Pagnol)

Salles P1 - P3 : Avenue de Cadaujac (face à l'entrée de la mairie)

Salle Branon : Rue René Cassin (résidence Branon)

Salles 4 - 5 : Maisons des associations, Place Joane

Pour toute information générale, n'hésitez pas à nous contacter par email à : [contact@acl-leognan.fr](mailto:contact@acl-leognan.fr)

Pour tous renseignements, veuillez contacter, soit **Françoise Goupilleau** entre 10h et 18h au **06 82 65 35 03**, soit directement les animateurs :

**Martine Manso : 06 88 89 97 33**

*Gym Bien-être, Energym, Stretching*

**Anna Guérin**

*Energym, Pilates, Cuisses-Abdo-Fessiers*

**Sophie Prigent**

*Energym, Pilates, Stretching*

**Laurence Le Déodic**

*Gym Bien-être, Energym, Pilates, Abdominaux de Gasquet*

**Hilda Audier : hilda@capricedelanature.com**

*Hatha Yoga, Yoga sénior*

**Virginie Birolleau : 06 51 03 98 24**

*Dessin jeunes, Peinture adultes*

**Nelly Baron : 06 62 07 09 32**

*Peinture adultes*

**Paul ou Freddie Crocker : 05 56 64 19 66**

*Anglais performant et cours*

**Pierrette Baquet : 05 56 64 71 04**

*Scrabble duplicate ou classique*



**Inscription en ligne**  
sur le site [www.acl-leognan.fr](http://www.acl-leognan.fr)

## DATES A RETENIR

### Reprise des activités

Lundi 11 septembre 2023

### Fin de saison

Vendredi 28 juin 2024

### Inscriptions sur le site ACL ([www.acl-leognan.fr](http://www.acl-leognan.fr))

A partir du lundi 4 septembre 2023

### Inscriptions physique et validation des inscriptions

#### Foyer communal

Lundi 4 septembre de 17h00 à 19h00

Mardi 5 septembre de 10h00 à 11h30

Jeudi 7 septembre de 17h00 à 19h00

#### Salle Branon

Mardi 12 septembre de 17h30 à 18h00

### Forum des associations (Halles de Gascogne)

Samedi 9 septembre 2023

### Randonnée pédestre Octobre Rose

(Léognan - Place du Marché)

Mardi 17 octobre 2023 à 14h00

### Assemblée Générale suivie d'un apéritif dînatoire

(Foyer communal)

Vendredi 17 novembre 2023 à 20h30

### Soirée dansante avec buffet (Foyer Communal)

Samedi 20 janvier 2024 à 20h00

### Randonnée pédestre

Jeudi 6 juin 2024

### Exposition dessin jeunes et peinture adultes (ECGB)

Du mardi 4 juin au vendredi 14 juin 2024

Vernissage : jeudi 6 juin 2024 à 18h30

### Repas champêtre (Parc municipal)

Jeudi 27 juin 2024 à 19h30

[www.acl-leognan.fr](http://www.acl-leognan.fr)

**Maison des Associations**  
Place Joane 33850 LEOGNAN



# ACL

Association Culture et Loisirs  
de Léognan

## LOISIRS SPORTIFS

### GYMNASTIQUE

*BIEN-ÊTRE, ENERGYM, CUISSSES-ABDO-FESSIERS*

### STRETCHING

### PILATES

### COURS EN VISIO

*STRETCHING, ABDOMINAUX DE GASQUET*

### YOGA

*HATHA-YOGA, YOGA SENIOR*

## LOISIRS CULTURELS

### ANGLAIS

### PEINTURE ADULTES

### DESSIN JEUNES

### SCRABBLE

SAISON 2023 / 2024