

# Le Petit Branché n°80

Septembre 2019

## Edito

Les activités culturelles, musicales et artistiques, très présentes dans notre région, rythment les vacances estivales des touristes aussi bien que celles des locaux. Les marchés artisanaux ne sont pas en reste et nous sommes toujours émerveillés par l'ingéniosité et la créativité de certains artistes et la beauté de leurs oeuvres. Cela a pu vous donner des idées, des envies ou des inspirations et dans la continuité de ces découvertes estivales, dès le 08 septembre lors de la journée des associations, le foyer des jeunes vous proposera comme chaque année tout un panel d'activités qui devraient répondre à vos attentes. Les activités physiques ne seront pas en reste et devraient permettre une remise en forme pour ceux ou celles qui auraient fait une pause durant l'été. Vous retrouverez la liste complète des activités proposées en page 4.

Le moment clé dans la vie d'une association est son Assemblée Générale. Nous rappelons chaque année dans les colonnes du Petit Branché son utilité et son importance. Cette année elle aura lieu le vendredi 06 septembre à partir de 19h et sera suivi, par le traditionnel apéritif. Et c'est une soirée toute en musique qui viendra conclure cette journée.

La formule des ateliers proposée l'année dernière a rencontré un certain succès et la plupart d'entre eux leur public. Nous sommes heureux de pouvoir renouveler l'expérience dans une toute nouvelle formule avec possibilité de pouvoir s'inscrire pour la totalité des heures ou à la carte. Plus de détails concernant ces ateliers en page 3.

Je finirai en vous souhaitant au nom des membres du conseil d'administration une excellente rentrée et nous espérons vous voir nombreux à l'Assemblée Générale et à la journée des associations.

Le président  
AP.Garcia

## Agenda

### SEPTEMBRE

#### Vendredi 06

Assemblée Générale

L'after : soirée musicale

#### Dimanche 08

Journée des associations

#### Lundi 16

Début des activités

### SEPTEMBRE

#### A

### DECEMBRE

#### Lundi 17h-19h

Permanence inscriptions  
FDJ

Salle n° 2 de la MPT

## ASSEMBLEE GENERALE

VENDREDI 06 SEPTEMBRE 2019

19H00 - MPT

APERITIF OFFERT

## Soirée musicale

Comme chaque année, un apéritif sera offert à l'issue de l'AG et la soirée se poursuivra musicalement. Nous aurons l'occasion d'écouter les élèves du groupe musical qui a été créé cette année et supervisé par Daniel. Ils se sont produits pour la première fois au mois de juin lors du gala organisé conjointement avec le piano, le violon et le saxophone. Ce sera donc leur deuxième prestation et ils assureront la première partie de la soirée. Cette dernière se continuera aux sons du groupe de Daniel accompagné au chant par Dorothée. Il sera possible, pour ceux qui le souhaitent, d'apporter leur repas tiré de sac pour profiter de cette soirée.

## La journée des associations - Dimanche 08 Septembre



Les vacances sont hélas déjà finies et nos écoliers vont bientôt reprendre le chemin de l'école. Mais il n'y a pas que les cours qui reprennent en septembre : le Foyer des Jeunes ouvre lui-aussi ses portes dès la semaine du 16 septembre. Pour choisir parmi la trentaine d'activités proposées par le **FDJ**, rendez-vous **le 8 septembre** sur l'esplanade (matin ? après-midi ?). Le FDJ sera présent à cette journée ouverte à toutes les associations du village. Des démonstrations de Body Taekwondo, de Self Defense, de danse classique et du groupe d'ensemble viendront ponctuer cet événement en ce qui concerne le FDJ. Vous y rencontrerez aussi les acteurs du Foyer qui seront là pour vous guider et vous expliquer les grands principes de l'adhésion, parcours incontournable avant toute inscription. De fait l'adhésion est le prérequis à toute inscription, même pour les activités gratuites. La foire aux associations est le moment privilégié pour rencontrer nos animateurs car ils sont évidemment les mieux placés pour vous présenter leur activité et vous convaincre de vous inscrire si vous ressentez encore un doute parmi tous les choix qui s'offrent à vous.

*Ne pas oublier le certificat médical pour les activités sportives !!!*

**Body Taekwondo  
les mercredis  
à 20h15 à la MPT**



Ceinture noire 2e dan de Taekwondo, Jérémy Teulon-Nouailles a débuté cette discipline à 4 ans. Il a d'abord pratiqué en loisirs puis a participé à des compétitions combats durant une dizaine d'années. Fort de son expérience, Jérémy a commencé à enseigner le Taekwondo en 2007. Il forme chaque année une centaine d'élèves. Depuis 2018, il a débuté l'enseignement d'une nouvelle discipline, le « **Body Taekwondo** », il s'agit d'un cours de **fitness** mêlant : renforcement musculaire, cardio, mouvements de combat. Le cours se déroule en musique motivante. Ce cours sera dispensé cette année le mercredi de 20h15 à 21h15 à la grande salle de la Maison pour Tous.

### Petits rappels pour les indécis

- Un cours d'essai est proposé avant l'inscription
- Une permanence est organisée les lundis soirs de 17h à 19h dans la salle 2 de la MPT pour les adhésions et les inscriptions.
- La plupart des cours ne sont pas limités en effectif.

Pour les 1000 ans de notre beau village, le FDJ se devait d'inclure des nouveautés dans les activités proposées. Après quelques essais conduits au cours de l'année dernière, le Foyer a le plaisir de vous convier à des ateliers ouverts à l'année. La journée des associations sera l'occasion de vous y inscrire selon une formule propre à chacun, tout en gardant bien évidemment la possibilité de n'y participer que ponctuellement. Toutes les informations vous seront données le 8 septembre, mais en voici déjà les prémices avec quelques dates importantes à retenir.

Suite à une fréquentation assidue, quatre ateliers sont reconduits dès la rentrée. Il s'agit du Self Defense, du

Zen Do In, de l'Aquarelle et de la Couture. Le Self Defense animé par Jérémy sera proposé sur 6 séances le dimanche matin et le Zen Do In sur 8 séances le samedi matin, d'Octobre à Mai. L'atelier couture quant à lui aura lieu une fois par trimestre le samedi. Pour l'aquarelle, Françoise communiquera bientôt les stages qu'elle compte organiser. Et pour mettre encore plus de fantaisie dans cette sélection déjà bien hétéroclite, deux nouveaux ateliers seront ouverts : Rock n' roll et Reliure. Les animateurs de ces activités vous les présenteront à la journée des associations.

**Aquarelle** : vernissage les 14 et 15 décembre dans la salle 2 de la MDA

**Self Defense** : les 6 octobre, 17 novembre, 15 décembre à la MPT de 9h30 à 11h30

**Zen Do In** : les 12 octobre, 16 novembre, 7 décembre à la MDA de 10h30 à 12h00

## Gym Tonic nouvelle formule!

Le Foyer accueille cette année deux nouveaux professeurs. En effet, la vacance des postes d'animateur pour la Gym To nous a incités à modifier notre programme d'activités et à recruter en conséquence. La jeune Julia vous proposera donc un cours de Gym To le lundi soir aux horaires habituels. Julia apportera la fraîcheur et la motivation dues à son âge. Quant aux mercredis, nous ouvrons un cours de Body Taekwondo qui reste dans l'esprit Gym To : discipline ludique qui permet de maintenir une forme physique par le travail cardio, le renforcement musculaire dans une ambiance motivante générée par la musique, le tout associé à des mouvements issus du Tae Kwo Do. Jérémy qui anime déjà le Self Defense vous initiera à cet art moins martial qu'il n'y paraît mais tout aussi dynamique et complet que le serait un bon programme de gymnastique bien enchaîné. Vous pourrez d'ailleurs découvrir le Body Taekwondo lors de la démonstration qu'il en fera avec les élèves de la section de Castries ce dimanche 8 septembre.

**Gym To  
les lundis  
20h15 à la  
MPT**



Julia, 26 ans, titulaire du CQP ALS AGE, passionnée de sport depuis l'âge de 15 ans plus particulièrement par le fitness. J'ai le plaisir d'intégrer l'association cette année et vous proposer des cours de gym tonic tous les lundis à 20h15 pour partager un moment sympa se dépenser et se défouler. **A vos baskets !!!**

# ACTIVITES

**Pour cette année 2019/2020, il y a des modifications au niveau des jours ou des heures de certaines activités .**

**Il est conseillé de bien vérifier si vous êtes concernés.**

ACTIVITE	JOUR	HORAIRE	PUBLIC
MODELAGE TERRE	VENDREDI	20h00 - 23h00	ADULTES
	JEUDI	16h30 - 19h00	TOUT PUBLIC
ATELIER CHANSON	LUNDI	18h00 - 22h00	ADULTES
	MERCREDI	14h00 - 18h00	ENFANTS
SAXOPHONE	SAMEDI	09h00 - 11h30	TOUT PUBLIC
VIOLON	SAMEDI	11h30 - 13h00	TOUT PUBLIC
CONGAS	MARDI	19H45 - 20h00	TOUT PUBLIC
BATTERIE	MERCREDI	17h00 - 20h00	TOUT PUBLIC
GUITARE	JEUDI	15h00 - 21h00	TOUT PUBLIC
	VENDREDI	15h00 - 21h00	TOUT PUBLIC
PIANO-FLUTE	LUNDI	16h30 - 20h00	TOUT PUBLIC
	MARDI	15h45 - 20h00	ADULTES
	MERCREDI	11h00 - 17h00	TOUT PUBLIC
CHORALE	MARDI	20h00 - 22h30	TOUT PUBLIC
GROUPE D'ENSEMBLE	LUNDI	20h00 - 22h00	TOUT PUBLIC
BODY TAEKWONDO	MERCREDI	20h15-21h15	ADULTES
DANSE CLASSIQUE	MERCREDI	09h45-10h45 / 10h45-11h30 / 14h-15h	ENFANTS / ADOS
GYM TONIC	LUNDI	20h15 - 21h15	ADULTES
GYM ENTRETIEN	LUNDI	18h15 - 19h15	ADULTES
GYM VITALITE	MARDI	09h30 - 10h30	ADULTES
GYM ENFANT	LUNDI	18h15 - 19h15	ENFANTS
PILATES	MARDI	10h30 - 11h30	ADULTES
	MERCREDI	11h30 - 12h30	ADULTES
	JEUDI	10h15 - 11h15	ADULTES
	VENDREDI	10h15 - 11h15	ADULTES
RANDONNEE	DIMANCHE	SELON CALENDRIER	ADULTES
MARCHE	LUNDI	09h00 - 10h00	ADULTES
SOPHROLOGIE	JEUDI	19h00-20h00 et 20h00-21h00	ADULTES / ADOS
YOGA	MERCREDI	18h00- 20h30	ADULTES
DUONG SINH ( TAI CHI)	JEUDI	18h45 - 19h45	ADULTES
THEATRE	VENDREDI	17h00 - 21h30	ENFANTS / ADOS
DESSIN	MERCREDI	14h00 - 16h30	ENFANTS / ADOS
AQUARELLE	MARDI	14h00 - 17h00	ADULTES
	MARDI	14h00 - 17h00	ADULTES
CERCLE DE LECTURE	VENDREDI	20h30 - 22h30	ADULTES

En vous inscrivant sur notre page Facebook : <https://www.facebook.com/Foyer-des-Jeunes-St-Geniès-des-Mourgues>

En visitant notre site internet : <http://foyerdesjeunes-stgenies.fr> ou en nous écrivant

Sans oublier la page internet du duathlon : <http://www.duathlonstgenies.com>