

# Association Sportive et Culturelle de Pechabou

## Saison 2025-2026



Inscriptions en ligne à partir du 1<sup>er</sup> septembre 2025 sur le site :

<https://ascp-pechabou.assoconnect.com/>

Nous serons également présents au **forum des associations samedi 6 septembre de 9 h à 12 h** salle de la Musardière à Pechabou pour répondre à vos questions sur les activités et vous aider dans votre démarche d'inscription si problème.

---

### Réductions non cumulables : applicables sur le tarif de base unique précisé pour chaque activité

- 25 % pour les étudiants de moins de 30 ans applicable à l'étudiant seul,
- 25 % pour les demandeurs d'emploi, ou personne porteuse de handicaps sur justificatif (réduction appliquée également au conjoint et enfants)

---

### Prévoir pour l'inscription en ligne :

- Une adresse mèl valide pour l'année ;
- Les justificatifs pour les réductions

---

### Début des activités :

- Semaine du 15 septembre 2025 pour toutes les activités sauf multisports, graff, atelier cinéma et modern jazz, démarrage au 22 septembre 2024.
- Fin des activités le 30 juin 2026 pour tous sauf multisports et modern jazz le 15 juin 2026.
- Il sera possible d'effectuer 1 cours d'essai au démarrage de l'activité.

La description de chaque activité est sur le site :

<https://ascp-pechabou.assoconnect.com/>

---

**MARCHE NORDIQUE (ADULTES) AVEC VINCENT PARRA**

- Horaires :
    - LUNDI 9 H 30 - 11 H CONFIRMES
    - JEUDI 11H-12H30
  - Lieu : extérieur
  - Cotisation annuelle : 150 €
  - Prévoir l'achat de bâtons, chaussures et sac à dos
- 

**RENFORCEMENT MUSCULAIRE (ADULTES ET 16/17 ANS) AVEC SOPHIE BLANCHARD**

- Horaires :
    - Lundi 18 h 45 - 19 h 45
    - Lundi 19 h 50 - 20 h 50
  - Lieu : salle Occitane
  - Cotisation annuelle : 150 € pour 1 cours
- 

**ŒNOLOGIE (ADULTES) AVEC ANNE-MARIE ESTAMPE**

- Horaire :
    - 1 JEUDI/MOIS 20 H 30 - 22 H 30
  - Lieu : maison des associations
  - Cotisation annuelle : 200 €
- 

**CHORALE (ADULTES) AVEC LAURE GUIRAUD**

- Horaire :
    - MARDI 19 H - 21 H
  - Lieu : Salle Éole maison des Associations
  - Cotisation annuelle : 190 €
- 

**ROCK ET SALSA (ADULTES) AVEC CAROLE DEVILLY**

- Horaire :
    - Débutants et confirmés : LUNDI 20H-21H30
  - Lieu : salle de la Musardière
  - Cotisation annuelle : 190 €
- 

**YOGA IFY (INSTITUT FRANÇAIS DU YOGA) (ADULTES) AVEC FRANÇOIS BRUN**

- Horaires :
    - SAMEDI 11H-12H15
    - VENDREDI 18 H 30 - 19 H 30
  - Lieu : salle Occitane le samedi et salle Éole le vendredi
  - Cotis. annuelle : 150 € pour 1 cours
- 

**YOGA VINYASA (ADULTES) AVEC PERRINE**

- Horaire :
    - Jeudi 19H-20H
  - Lieu : salle Occitane
  - Cotis. annuelle : 150 €
- 

**PILATES (ADULTES) AVEC MARIEM TRABELSI**

- Horaires :
    - Mercredi 9 h 15 - 10 h 15
    - Mardi 19 H 10 - 20 H 10
    - Mardi 20 h 10 - 21 h 10
  - Lieu : salle Occitane mardi et mercredi
  - Cotis. annuelle : 150 € pour 1 cours
- 

**GYMNASTIQUE POSTURALE/STRECHING (ADULTES) AVEC MARIEM TRABELSI**

- Horaire :
    - Mercredi 10 h 20 - 11 h 20
  - Lieu : salle Occitane
  - Cotisation annuelle : 150 €
- 

**MODERN JAZZ (ENFANTS DU CP AU COLLEGE) AVEC DELPHINE COLLOMBET**

- Horaires :
    - CM1, CM2, collège : mercredi 14 H 15 - 15 H 15
    - CP, CE1, CE2 : mardi 16 H 45 - 17 H 45
  - Lieu : salle Occitane
  - Cotisation annuelle : 150 €
- 

**JEUX MULTISPORTS (ENFANTS DE MATERNELLE ET PRIMAIRE) AVEC SENSACTIFS**

- Horaires :
    - Lundi 16 H 30 - 17 H 30 (MS, GS)
    - Lundi 17 H 45 - 18 H 45 (CP, CE1, CE2)
    - Jeudi 16 h 30 - 17 h 30 PS
    - Jeudi 17 h 45 - 18 h 45 (MS, GS)
  - Lieu : salle Occitane
  - Cotisation annuelle : 150 €
- 

**BREAK DANCE (ENFANTS PRIMAIRE A LYCEE) AVEC BBOY LIL J**

- Horaires :
    - Vendredi 17 h 15 - 18 h 15 (6 à 9 ans)
    - Vendredi 18 H 15 - 19 H 15 (10 A 17 ANS + ADULTES)
  - Lieu : salle Occitane
  - Cotisation annuelle : 150 €
- 

**GRAFF (JEUNES DU PRIMAIRE AU COLLEGE ET DU LYCEE A ADULTES) AVEC RAPHAËL AZNAR**

- Horaires :
    - Jeudi 18H-19H enfant primaire à partir du CE2, collège
    - Jeudi 19 h 15 - 20 h 15 lycée et adultes
  - Lieu : maison des Associations salle Mistral
  - Cotisation annuelle : 190 € fournitures comprises
- 

**ATELIER CINÉMA (ENFANTS 13 A 17 ANS) AVEC REMI LOMBARD**

- HORAIRE :
- LUNDI 18 H 30 - 20 H
- Lieu : Maison des Associations salle Tramontane
  - Cotisation annuelle : 190 €
-