

Association Sportive et Culturelle de Pechabou

Saison 2025-2026



Inscriptions en ligne à partir du 1^{er} 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

CÉNOLOGIE (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 Musardièrre
- 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 €