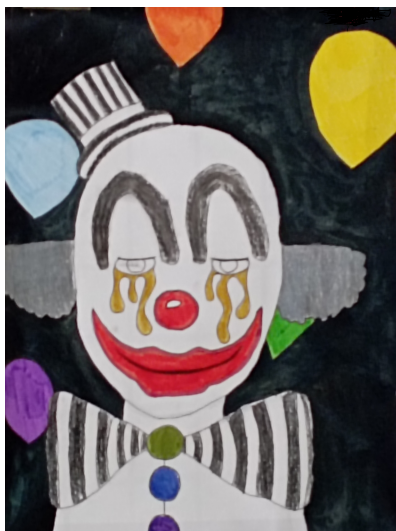


Le Gué d'Olivet

Saison 2026 – 2027



Activités **culturelles,**
sportives
et de loisirs
pour petits et grands
sur la commune
de
Montgermont



Activités Enfants Ados	Activités adultes
Arts plastiques.....p11	Arts plastiques.....p12
Atelier aquarelle enfants.....p14	Atelier aquarelle.....p13
Billard (16 ans et +).....p17	Aquarelle – stage de 3j.....p15
Céramique (16 ans et +).....p18	Atelier dessin.....p16
Céramique – stage de 3j - (16 ans et +).....p19	Billard.....p17
Chorale (16 ans et +).....p20	Céramique.....p18
Couture (6 à 11 ans).....p21	Céramique – stage de 3j.....p19
Danse modern jazz (4 ans et +).....p23	Chorale.....p20
Danse Hp Hbp (7 ans et +).....p24	Couture.....p21
Gymnastique loisir (4 ans et +).....p25	Couture Stage (6h).....p22
Parkour acrobatique.....p26	Danse modern jazz.....p23
Jeux de société (14 ans et +).....p27	Jeux de société.....p27
Randonnées pédestres (accompagnés d'un adulte).....p31	Loisirs créatifs.....p28
Théâtre.....p34	Oenologiep29
Théâtre – stage (5j,vacances scolaires).....p36	Qi Gong.....p30
	Randonnées pédestres.....p31
	Scrabble duplicate.....p32
	Sophrologie.....p33
	Théâtrep35 et 36
	Trail.....p37
	Tricot – crochet.....p38
	Yoga.....p39 à 41

Divertissement, Créativité, Rencontres, ...

... voici ce que le Gué d'Olivet vous propose depuis 1969 au travers différentes activités qui évoluent au fil du temps. Cette association contribue, depuis toutes ces années, au bien vivre ensemble au sein de Montgermont en proposant, aux petits et grands, des activités culturelles, sportives et de loisirs.

Vous êtes nombreux à nous faire confiance tous les ans : en 2026 par exemple, nous dénombrons 350 familles adhérentes pratiquant une ou plusieurs activités (plus de 500 au total).

Cette année encore, nous nous attachons à pérenniser nos activités historiques et à conforter certaines activités. Nous relançons les activités de gymnastique pour les plus jeunes. Le trail avec un coach fait son apparition dans nos propositions. Nous développons l'offre de stages, pour favoriser la découverte d'activités par de nouveaux adhérents, ou permettre à ceux qui pratiquent d'approfondir leur technique. Selon les inscriptions, nous décidons le maintien ou non des différents cours et stages proposés dans cette plaquette, ce qui pourra amener à modifier

quelques plages horaires.

Des spectacles et représentations de fin d'année viendront animer notre association et, ponctuellement, nous pourrons proposer de nouveaux stages. Tenez-vous informés sur notre site Internet : www.leguedolivet.fr

Belle année à tous et au plaisir de vous retrouver nombreux en septembre prochain !

Nous vous invitons à parcourir ces quelques pages, pour découvrir ou redécouvrir les activités que notre association vous propose pour cette année 2026-2027. Tous les professeurs, responsables et bénévoles sont mobilisés pour vous et votre divertissement.

Bonne lecture et à bientôt pour les inscriptions au forum, sur Helloasso ou au sein de nos activités !

Pour pratiquer les activités (cours et stages), il est indispensable de s'inscrire et de payer :

- l'adhésion annuelle à l'association, 23 € par foyer (personnes vivant sous le même toit)
- la participation financière correspondant à l'activité choisie, qui peut être versée en 3 fois.
- nous acceptons la Carte Sortir. N'oubliez pas de venir avec votre carte le jour du forum.

Les inscriptions se feront :

- via le site HelloAsso (paiement en une seule fois par carte bancaire ; avec le code FORUM vous pouvez utiliser un autre type de règlement) :
<https://www.helloasso.com/associations/centre-d-activites-le-gue-d-olivier/adhesions/adhesion-2026-27>
- en flashant ce Qrcode



- lors du forum des associations, samedi 5 septembre 2026 de 9 h à 12 h 30 Espace Evasion—Bernard Douard.
- les règlements peuvent aussi être remis à l'animateur ou au responsable.

RÈGLEMENT INTÉRIEUR - Association le Gué d'Olivet

Règlement Intérieur adopté lors de l'Assemblée Générale ordinaire du 11/12/2019

Article 1 : Objet du règlement

Le présent règlement intérieur prévu à l'article 11 des statuts, complète et précise le fonctionnement de l'association.

Article 2 : Adhésion – cotisation

Toute inscription engage au paiement préalable de l'adhésion familiale et de la cotisation pour la (ou les) activité(s) choisie(s).

Les modalités de l'adhésion sont fixées chaque année par le Conseil d'Administration. Son montant maximum est fixé lors de l'assemblée générale.

Les participations financières sont annuelles ou pour la durée du stage.

Le paiement peut s'effectuer en 3 chèques par famille, encaissés les 15 octobre, 30 novembre et 28 février.

L'association est partenaire du dispositif « SORTIR! ».

Les Chèques Vacances ANCV délivrés par les Comités d'entreprise sont acceptés.

Le paiement en espèces est accepté (prévoir l'appoint).

Le panachage des modes de règlement est possible.

Article 3 : Calendrier des cours

Les cours sont dispensés de septembre à juin et suivent le calendrier des vacances scolaires. L'association se réserve le droit d'annuler ou de modifier la programmation des cours en cas d'inscriptions insuffisantes, d'absence des animateurs et des disponibilités de leurs remplaçants.

Article 4 : Cours d'essais

Seuls les adhérents inscrits peuvent assister au premier cours. L'Association leur donne la possibilité d'effectuer 2 cours d'essai sauf indication contraire sur le livret annuel (2 premiers cours de l'année, selon la date de reprise de l'activité). Passé ce délai, l'inscription est réputée définitive et aucun remboursement de la cotisation et de l'adhésion ne peut être demandé pour

abandon.

Article 5 : Remboursement des cotisations

Seuls les arrêts définitifs peuvent faire l'objet d'un remboursement partiel et doivent être accompagnés d'une demande écrite et d'un justificatif : certificat médical, arrêt définitif après les 2 cours d'essai de début d'année. Dans ce dernier cas, la demande devra être effectuée avant le 3ème cours (cf art.4).

Article 6 : Certificat médical

Un certificat médical de moins de 4 mois est obligatoire pour les activités sportives affiliées à une fédération. Elles sont signalées dans le livret ou sur le site.

Article 7 : Assurances

L'Association a souscrit une police d'assurance Responsabilité Civile Vie Associative qui couvre uniquement les dommages pouvant résulter des activités exercées dans les locaux mis à sa disposition. Toutefois, cette assurance ne couvre pas les risques relatifs notamment à la dégradation faite aux bâtiments et au matériel. Les éventuelles dégradations seront financièrement supportées par les responsables des faits ou leurs représentants.

Article 8 Urgence médicale

En cas d'urgence médicale pendant les activités, l'animateur est habilité à prendre toutes les dispositions nécessaires.

Article 9 : Accompagnement des mineurs

Les personnes accompagnant les adhérents mineurs doivent s'assurer de la présence de l'animateur (par ex : les accompagner à la porte de la salle de cours). Elles doivent également récupérer les enfants, à l'heure, à la fin du cours. Les animateurs et l'Association ne peuvent être considérés comme responsables des enfants en dehors des cours. En cas d'absence de l'animateur, l'Association se dégage de toute responsabilité mais fera son maximum pour avertir au plus vite les adhérents (cf. art 14).

Article 10 : Accès aux salles

Il est interdit aux personnes non inscrites à un cours précis (personnes accompagnant les

enfants, adhérents inscrits à un autre cours..) de pénétrer dans les salles sans l'accord préalable de l'animateur.

Article 11 : Tenue pour les activités sportives

Les participants doivent se conformer à la tenue choisie par l'animateur et adaptée à l'activité.

Article 12 : Bonne conduite / procédure disciplinaire

Les adhérents doivent se présenter à l'heure au cours. La bonne tenue des inscrits conditionne la qualité de l'animation dispensée. Tout manquement au principe de bonne conduite à l'égard d'un animateur, d'un participant ou d'un autre membre de l'Association sera sanctionné par un avertissement. En cas de récidive, la personne pourra être exclue. Toute sanction prononcée à l'égard d'un adhérent mineur sera portée, avec indication du motif, à la connaissance des parents. Le renvoi définitif est irrévocable et ne peut faire l'objet d'aucune demande de remboursement.

Article 13 : Responsabilités

L'Association se dégage de toute responsabilité en cas de vol dans les locaux et rappelle aux adhérents de ne laisser ni argent, bijoux, téléphone portable ou autre objet de valeur dans les vestiaires ou les couloirs.

Article 14 : Absence des animateurs

En cas d'absence de l'animateur, l'Association fera tout son possible pour vous prévenir dans les meilleurs délais par téléphone, par mail ou à défaut, par affichage sur les portes des locaux. Les cours annulés pour cause d'arrêt maladie des animateurs ne sont pas rattrapés. Au-delà de 3 cours consécutifs non assurés par un animateur ou son remplaçant, ou si aucune solution de remplacement n'est trouvée, l'Association s'engage à rembourser le nombre de cours manquants (hors les 3 premiers cours).

Article 15 : Absence des participants

Dans la mesure du possible, toute absence d'adhérent doit être signalée dans les meilleurs délais à l'animateur ainsi qu'à l'Association.

Article 16: Spectacles

La présence des adhérents et de leur famille est vivement souhaitée aux spectacles organisés par l'association. L'absence prévue d'un adhérent au spectacle de fin d'année de son activité doit être annoncée à l'animateur le plus tôt possible.

Article 17: Personne à contacter / responsable de l'activité

Chaque activité a un responsable qu'il convient de contacter pour toute question relative à celle-ci. Les coordonnées du responsable sont notées dans le livret et vous êtes invités à les conserver pour la durée de la saison.

Article 18: Droit à l'image

Tout adhérent adulte et/ou titulaire de l'autorité parentale sur un adhérent mineur devra stipuler par écrit son autorisation ou son refus de diffusion d'image pour toutes les photos et/ou vidéos prises à des fins uniques de communication et de promotion des activités de l'association sur les supports actuels (site Internet et page Facebook de l'association, vidéos de spectacles/manifestations, prospectus, flyers, affiches, journaux communaux et régionaux).

Article 19: Utilisation des données / droits des adhérents

Hormis les prises de vue (article 18), les autres données recueillies aux inscriptions sont destinées au secrétariat dans la seule finalité de gestion administrative des adhérents. En application du Règlement Général sur la Protection des Données (RGPD) entré en vigueur le 25 mai 2018, l'adhérent bénéficie d'un droit d'accès, de rectification / effacement, de limitation du traitement et d'opposition aux traitements de données à caractère personnel comportant des informations le concernant.

***Covid et Pass Sanitaire** La situation s'est largement améliorée et la France est sortie de l'état d'urgence sanitaire. Nous nous réservons le droit de modifier, dès que la situation l'imposera, les règles d'accueil, le nombre d'adhérents par activité, et si nécessaire l'organisation générale de notre association.*

ARTS PLASTIQUES

Enfants Ado

Au programme cette année : des sujets à foison pour une année tout en couleurs

- Dans un atelier où l'on développe son imaginaire, on joue avec les couleurs et les matières, collage, peinture, dessin, on modèle la terre... au gré des sujets proposés :
 - vase satellite, portrait/émotion, nuancier/abstraction, les lumières de la nuit, sous la pluie, habiter la ville, les 4 saisons, dessin comme un vitrail, parcours dans la campagne, les fonds marins.

Responsable : Pascale GUENA
pascale.guena@wanadoo.fr
06.17.65.80.19

Animatrice : Martine TRELLU
Éveil (primaire du CP au CM2)
Mardi de 16 h 45 à 17 h 45
Participation financière : 143 €
Enfants – ados (collège)
Mardi de 18 h à 19 h 15
Participation financière : 176 €

Animatrice : Héloïse Pélissier
Enfants – ados (du CE2 à la 5^e)
Mercredi de 14 h 00 à 15 h 00
Participation financière : 143 €

Salle Cézembre – Espace Évasion
1^{re} séance le 15/16 septembre

ARTS PLASTIQUES

Ados – Adultes

- Un atelier dans lequel vous trouverez des techniques approfondies telles que l'aquarelle et l'acrylique.
- Le retour du portrait avec deux réalisations
- L'accent sera mis sur la couleur : recherche de nuancier, composition abstraite et jeu avec des feutres fluorescents autour de la ville la nuit
- Retour sur la maison du Pendu, d'après les dessins de Maxime Maufra, revisitée par Marie Détrée
- Collaboration Vivian Maier, et Jackson pollock
- Et pour clore l'année, la séance de modelage en terre

Responsable : Pascale GUENA
pascale.guena@wanadoo.fr
06.17.65.80.19

Animatrice : Martine TRELLU
Ados (lycée)
Mercredi de 18 h 30 à 20 h
Adultes
Mercredi de 18 h 30 à 20 h 30
Jeudi de 19 h 45 à 21 h 45

Participation financière :
Ados : 199 € Adultes : 267 €

Salle Cézembre – Espace Évasion
1^{re} séance : 16/17 septembre

A TELIER AQUARELLE

Un atelier pour découvrir les spécificités de l'aquarelle, pour approfondir le travail des pigments et pour appréhender différents papiers

Au programme:

- la Bretagne avec ses paysages à travers le regard de Gauguin, Sérusier, Filiger et Maufra
- sous la pluie
- sous le vent en référence aux estampes japonaises
- instants portraits avec deux artistes contemporaines Claire Tabouret et Françoise Petrovitch

Responsable :
Pascale GUENA
pascale.guena@wanadoo.fr
06.17.65.80.19

Animatrice :
Martine TRELLU

Lundi de 14 h à 16 h
Mardi de 14h à 16h

Participation financière : 271 €
Salle Cézembre – Espace Évasion
1^{res} séances : 14/15 Septembre

A TELIER AQUARELLE

Enfants CE2-CM1-CM2

Tu vas passer une année colorée
où tu tenteras
d'apprivoiser l'eau et les pigments
d'aquarelle
à travers des sujets variés
(animaux, paysages...)

Responsable :
Pascale GUENA
pascale.guena@wanadoo.fr
06.17.65.80.19

Animatrice :
Héloïse Pélissier
Mercredi de 11 h à 12 h

Participation financière : 143 €

Salle Cézembre – Espace Évasion
1^{re} séance le 16 septembre

AQUARELLE – STAGE

Thème : Nuit asiatique

- Matériel jaune indien, terre d'ombre naturelle, bleu outremer, rouge quinacridone marque Winsor et Newton en tubes de 5ml et orange transparent 218 Schmincke
- Deux pinceaux aquarelle lavis petit gris ou deux pinceaux pour la calligraphie chinoise
- une feuille d'aquarelle 30X40 cm 300gr grain fin Coton

Responsable :

Pascale GUENA

pascale.guena@wanadoo.fr

06.17.65.80.19

Animatrice :

Martine TRELLU

Jeudi 21 janvier de 10h à 17h

72 € le stage

(+ 9€ si non adhérent)

A TELIER DESSIN

Autour des techniques de bases
pastels gras, crayon graphites(HB,
2B, 4B), crayons de couleurs,
viendront s'ajouter cette année des
feutres fluo et de l'encre de chine

- le pastel gras pour une étude
d'œuvre de Matisse
- l'encre de chine avec un portrait
grand format
 - «habiter la ville» composition
avec Raymond Depardon
 - «Le Pouldu» interprétation des
paysages Bretons dans une
collaboration Maxime Maufra-
Marie Détrée

Responsable :

Pascale GUENA

pascale.guena@wanadoo.fr

06.17.65.80.19

Animatrice :

Martine TRELLU

Lundi de 9 h 45 à 12 h 15

15 séances

Participation financière : 171 €

Salle Cézembre – Espace Évasion

1^{re} séance le 14 Septembre

Pas de cours d'essai

BILLARD

Ados – Adultes

Dans une ambiance détendue, tous les 15 jours, venez découvrir ou progresser au billard anglais type Pool.

Le matériel est fourni.

Des rencontres seront possibles en fin d'année avec les clubs des communes avoisinantes.

Responsable :
Raphaël REVERDY

raphaël_reverdy@hotmail.fr
06.50.12.89.37

Mercredi de 20 h 15 à 22 h 15

Participation financière : 20 €

RDC de la salle des commissions
entre la mairie et la boulangerie des
Arcades.

CERAMIQUE

Ados – Adultes

- autour du travail d'Hélène Morbu réalisation d'un vase avec la technique du peigne
- la technique du sgraffito sur terre noire
- modelage de personnage
- fil rouge coquetier et bougeoir

*Matières premières : Terre faïence
blanche et noire, engobes et
émaux, jus d'oxyde et crayon
oxyde, lustre*

Responsable : Pascale GUENA
pascale.guena@wanadoo.fr
06.17.65.80.19

Animatrice : Martine TRELLU

Mardi de 9 h 30 à 12 h 30
15 cours de 3 h 00

1^{re} cours le 15 septembre
Participation financière : 315 €

Mercredi de 15 h 15 à 17 h 45
15 cours de 2 h 30

1^{re} cours le 16 septembre
Participation financière : 267 €

Samedi de 9 h 30 à 12 h 30
12 cours de 3 h 00

1^{re} cours le 19 septembre
Participation financière : 256€
Calendrier à l'inscription

Salle Cézembre – Espace Évasion
Terre, plâtre et cuisson compris.

CÉRAMIQUE - STAGE

Ados – Adultes

Trois séances pour découvrir
ou approfondir des techniques
de céramique

Réalisation d'un vase avec la
technique du peigne (Instagram
Hélène Morbu)

Responsable : Pascale GUENA
pascale.guena@wanadoo.fr
06.17.65.80.19

Animatrice : Martine TRELLU

Jeudi 19 et 26 novembre de 14h – 17h
et jeudi 17 décembre 2026 de 14h – 15h

72 € le stage
(+ 9€ si non adhérent)

Salle Cézembre – Espace Évasion
Terre, plâtre et cuisson compris.

CORALE

Les voix de la Motte
Adultes – Ados + de 16 ans

Des chanteurs de salle de bains
aux chanteurs habitués aux chants
à huit voix, en passant par tous
ceux qui souhaitent découvrir,
soyez les bienvenus pour chanter
avec nous en polyphonie !

Répertoire : chansons françaises
actuelles, des années 80 à
maintenant (Jean-Jacques
Goldman, Kyo, Cœur de pirate,
Barbara, Françoise Hardy...).

Chantons pour nous amuser et
nous exprimer ensemble à travers
la musique !

Cheffe de Choeur :
Isabelle MARSAC

Contact :
chorale.montgermont@gmail.com
ou Jean-Yves
06.74.68.23.18

Lundi de 19 h à 20 h 30
en période scolaire
Participation financière : 191 €

Salle Belle-Ile – Espace Évasion

1^{re} séance le 14 Septembre 2026

COUTURE

Enfants – Adultes

Vous souhaitez apprendre à coudre, vous perfectionner, ou tout simplement vous faire plaisir, que vous soyez débutants ou initiés, dans une ambiance conviviale, Cécile vous accompagne dans la réalisation de vos projets (vêtements, accessoires, déco, customisation...).

Chacun avance à son rythme, en fonction de son niveau et de ses attentes tout en acquérant le savoir faire et les techniques nécessaires.

La machine à coudre, la surjeteuse, la lecture d'un patron, le montage du vêtement, les finitions main, l'initiation au modélisme... n'auront plus de secret pour vous !

Animatrice :

Cécile HUCHET

cecile.hu@orange.fr

Responsable : Isabelle DEU

isabelle.deu.lafosse@gmail.com

06.83.36.56.25

Adultes (18 séances/an)

Lundi 9 h 30 à 12 h 00

Mardi 9 h 30 à 12 h 00

Mardi 19 h 30 à 22 h 00

Enfants 6 à 15 ans (18 séances/an)

Mercredi : 10 h 00 à 12 h 00

Mercredi : 14 h 00 à 16 h 00

Participation financière :

Adultes : 280 € - Enfants : 214 €

Salle Bréhat - Espace Évasion

Calendrier remis à l'inscription

6 participants minimum pour ouvrir le cours. 8 participants maximum par cours. Pas de cours d'essai.

COUTURE - STAGE

Adultes Stages de 6h

Vous êtes disponibles quelques samedis de temps à autres ? Vous ne souhaitez pas vous engager sur une activité régulière, tout au long de l'année ?

Une fois par mois, nous vous proposons des « ateliers à la journée » d'une durée de 6 heures. Vous pourrez vous initier à l'utilisation d'une machine à coudre, d'une surjeteuse, ou à la lecture d'un patron. Ou bien, pour les plus confirmés, confectionner un vêtement sur la durée de ce stage.

Animatrice :

Cécile HUCHET

cecile.hu@orange.fr

Responsable : Isabelle DEU

isabelle.deu.lafosse@gmail.com

06.83.36.56.25

10 octobre

14 novembre

12 décembre

16 janvier

6 février

20 mars

Participation financière : 55 € par stage pour les adhérents
(+ 3€ si non adhérent)

Salle Bréhat - Espace Évasion

Ouverture des ateliers en fonction de la demande, pour 6 participants minimum et 8 maximum.

DANSE MODERN JAZZ

Pour les plus petits, dès 5 ans (voire 4 ans en fonction du nombre d'inscrits), Sarah, diplômée d'état, entamera le début du travail corporel, les possibilités de déplacements en rythme dans l'espace, seul ou en groupe et l'approche des émotions. Les cours sont destinés à tous : filles, garçons, enfants, adultes. Pour toutes et tous, la danse jazz apportera souplesse, équilibre et tonicité et permettra d'exprimer une sensibilité liée au rythme de son corps, de celui des autres et de la musique. Quel que soit votre niveau, venez partager un moment de joie et de dépense saine. Les élèves pourront changer de groupe en fonction de leur niveau sur proposition du professeur. Une présentation publique clôturera l'année. La répartition par âge est indicative et pourra dépendre du nombre d'inscrits.

Professeur : Sarah JEZEQUEL

Responsables :

Natacha GOURLAY CRUZ

et Claire TEISSEDRE

danse.guedolivet@gmail.com

Lundi :

17 h 00 à 17 h 45 (3/4h), 4-6 ans

17 h 45 à 18 h 45 (1h), 7-10 ans

18 h 45 à 19 h 45 (1h), 11-15 ans

19 h 45 à 21 h 00 (1h15), débutants, dès 16 ans et adultes

21 h 00 à 22 h 30 (1h30), inter/avancé, dès 14 ans et adultes

Participation financière :

112 € pour 3/4 h

156 € pour 1h

202 € pour 1 h 15

244 € pour 1 h 30

1^{re} séance le 14 septembre

Salle Houat - Espace Évasion

*Tenue : leggings, tee shirt, chaussettes
(pas de chaussons rythmiques),
cheveux attachés.*

DANSE HIP HOP

Enfants – Ados

La danse est une partie importante de la culture Hip-Hop, regroupant différents styles et manières de la pratiquer. Le breakdance mélange danse debout, figures, danse au sol ainsi que des mouvements acrobatiques et aériens. L'apprentissage comprend les mouvements fondamentaux, l'écoute de la musique, du rythme, de la musicalité et le développement de la créativité, ainsi que la découverte de la culture qui entoure cette danse. Venez découvrir cet univers et expérimenter également les autres styles de danse Hip-Hop.

Responsable :
En attente de volontaire !
assoleguedolivet@gmail.com

Animateur :
Ivan Stanimirovic

Mardi

Enfants (7-10 ans)
17 h 30 à 18 h 30
Collégiens
18 h 30 à 19 h 30

Participation financière :
174 €

1^{re} séance le 15 septembre
Salle Houat- Espace Évasion

*Les élèves pourront changer de
groupe en fonction de leur niveau sur
proposition du professeur.*

G YMNASTIQUE LOISIR

Enfants – Ados

S'amuser et progresser

Animateur:
Justin Guérault

Responsable :
Anne VIMONT

annevimont@gmail.com

Dès 4 ans.

Une activité parfaite pour toi, fille ou garçon, si tu aimes faire des figures au sol et explorer les agrès (poutre, barres...).

Tu pourras apprécier les capacités de ton corps et progresser tout en t'amusant !

Mercredi

- Éveil 4 – 6 ans : 11 h 15–12 h 00
- Débutants 6 – 8 ans : 13 h 15–14 h 15
- Intermédiaires 9 ans et plus : 14 h 15 à 15 h 30

*Les horaires sont susceptibles de variation en fonction des inscriptions.
Ils seront précisés en septembre.*

Participation financière :

Baby Gym : 102 €

Débutant 136 € - Intermédiaire 174 €

1^{re} séance

mercredi 16 septembre

Salle annexe des Courtines

PARKOUR ACROBATIQUE

Enfants – Ados

*Tester ses limites en toute
sécurité*

10-15 ans.

Viens développer tes capacités
d'adaptation physique dans un sport
d'appréhension d'obstacles et
d'acrobaties techniques ! Tu
apprendras à allier force et puissance
dans un cadre sécurisé.

Animateur:
Justin Guérault

Responsable :
Anne VIMONT
annevimont@gmail.com

Mercredi
Tous niveaux 10 – 15 ans :
15 h 45 – 17 h 00

*Les horaires seront précisés en
septembre, en fonction des
inscriptions.*

Participation financière :
174 €

1^{re} séance
mercredi 16 septembre

Salle annexe des Courtines

JEU DE SOCIÉTÉ MODERNE

Adultes et ados 14 ans et +

Vous cherchez des partenaires ou vous souhaitez découvrir les jeux de société actuels ?

Nous vous proposons des jeux, pour tous et aussi pour les « experts » (Terraforming Mars, Ark Nova, Barrage, Brass, Arnak, Dune, Res Arcana, Scythe, Praga...).

Venez nous retrouver pour des soirées détente avec plus ou moins de challenge intellectuel selon vos goûts.

Responsables :

Bernard VALTON

bernard@valton.name

06.89.86.95.56

Gilles BERTHELÉ

g.berthele@gmail.com

06.78.76.59.73

Tous les mercredis :

20 h – 22 h 30

Participation financière : 18 €

1^{re} séance le 16 septembre

Salle Molène - Espace Évasion

LOISIRS CREATIFS

Vous aimez créer, bricoler, faire plaisir et vous faire plaisir !?

L'atelier Loisirs créatifs propose, une fois par mois, divers travaux de cartonnage et d'encadrement dans une ambiance très sympathique.

Animatrice et Responsable :
Christiane MICHEL
02.99.68.83.09

Mardi de 9 h 30 à 16 h 30

Jeudi de 9 h 30 à 16 h 30

Une fois par mois : calendrier fourni à l'inscription

Participation financière : 53 €

Salle Bréhat - Espace Évasion

COURS COMPLET

OENOLOGIE

Une fois par mois hors vacances scolaires, David, un professionnel avec triple casquette : négociant en vin, animateur de soirée dégustation et passionné... animera les séances d'oenologie. Ambiance très sympathique garantie !

A titre d'exemple, quelques thèmes abordés en 2025-2026 : Rive Gauche, Rive droite de la Garonne / Bourgogne Nord / Vin de Savoie / Appellation Gaillac / Dégustation à l'aveugle.

Une soirée barbecue et une sortie dans un restaurant gastronomique pourront être organisées au cours de l'année.

Responsable
Raphaël REVERDY
raphael_reverdy@hotmail.fr

Animateur :
David Galopin
david.galopin@galopvinco.com

Mardi à 20 h 30

Participation financière :
104 €

7 séances (dates susceptibles de modifications qui seront signifiées dans les meilleurs délais) :
13 octobre ; 24 novembre ;
15 décembre ; 19 janvier ; 16 février ;
16 mars ; 13 avril ; 25 mai (séance à l'aveugle) ; vendredi 25 juin (soirée de fin d'année)

Salle Hoëdic - Espace Évasion

QI GONG

Le Qi-Gong se traduit par le travail (gong) du souffle (qi). Art millénaire de sagesse et d'énergie. Il est source d'évolution et d'harmonie entre le corps, les émotions et l'esprit. Accessible à tous, il se pratique dans un climat de calme intérieur sous forme d'auto-massages (do-in), d'exercices simples et répétés, lents et conscients, tout en travaillant la respiration. En alternant postures statiques, postures en mouvements (marches), il renforce le corps et l'esprit, favorise la détente, développe souplesse, équilibre, coordination, concentration, lâcher-prise. Pas à pas, nous cheminons vers une plus grande unité, de conscience de soi, des autres, de notre environnement.

Animatrice :
Christelle LEBRETON
06 33 15 82 89

Responsable :
En attente de volontaire !
assoleguedolivet@gmail.com

Groupe 1
Mardi 20 h 00 – 21 h 15
Salle Houat - Espace Évasion
Groupe 2
Vendredi 9 h 30 à 10 h 45
Salle Houat - Espace Évasion

Participation financière : 238 €
places limitées à 15 par groupe
1^{res} séances : 15 et 18 septembre

*Tenue adaptée : vêtements amples en
coton uni, sans impression et
chaussures basses souples.*

R

ANDONNÉES

PÉDESTRES

Les sorties sont programmées soit pour l'après-midi, soit pour la journée complète à la belle saison. Pour les randonneurs du dimanche, une sortie de 2 jours est organisée en mai ou juin. Le déplacement jusqu'au lieu de départ se fait en covoiturage avec participation aux frais de route. Les circuits sont variés avec des distances de 9 à 12 km pour la demi-journée, de 18 à 20 km pour la journée. Il est obligatoire de s'équiper de chaussures de randonnée.

Un calendrier est établi en début de saison et remis aux adhérents lors de la première sortie.

Les randonnées du dimanche, comme celles du lundi, sont ouvertes à tous les adhérents à l'activité.

1^{res} randonnées : lundi 7 septembre et dimanche 27 septembre.

Le lundi

Départ Parking Espace Évasion

- à 13 h 30 pour la demi-journée

- à 9 h 00 pour la journée

Responsable :

Olivier DESBORDES 02.99.33.79.88

Chefs de file :

Jean Paul POURRET 06.06.78.49.98

Olivier DESBORDES 02.99.33.79.88

Pascal GUEGO 06.45.05.43.36

Le week-end (un dimanche/mois)

Départ Parking Espace Évasion

- à 13 h 15 pour la demi-journée

- à 9 h 00 pour la journée

Responsables :

Michel LEMARCHAND 06.32.43.62.65

René BOURIAU 02.99.68.81.18

Jacky JOUFFE 02.99.23.79.87

Participation financière :

41 € (licence FFRP incluse)

*Certificat médical obligatoire lors
d'une première inscription à l'activité
ou après une interruption supérieure à
deux ans (source FFRP)*

SCRABBLE DUPLICATE

Le duplicate est une variante du jeu de scrabble qui, contrairement au jeu de famille (ou partie libre), élimine totalement la part de hasard due aux tirages. Il garde cependant les mêmes règles quant aux mots admis et à la manière de compter les points.

Ainsi, durant toute la partie, les joueurs jouent à chaque coup avec les mêmes lettres et sur la même grille de référence, chacun totalisant ses propres points, permettant une confrontation par rapport au cumul idéal appelé «top».

Responsables :

Annick LESAGE

dlesage42@gmail.com

06.66.10.67.06

le vendredi de 14 h à 16 h 00

Pierre GERMAIN

germain.pie@gmail.com

02.99.68.79.61

le lundi de 19 h 45 à 22 h

Participation financière :

10 €

1^{res} séances le 18 et le 21 septembre
Pas de cours semaine de l'Ascension

Salle Hoëdic - Espace Évasion

SOPHROLOGIE

La sophrologie est une méthode qui vise la détente corporelle et mentale. Il s'agit de :

- se recentrer sur soi (la respiration, les sensations) ;
- ressentir le corps (la relaxation, les mouvements) ;
- dynamiser le positif (ce qui va bien, les ressources).

La sophrologie s'adresse à toute personne motivée, quels que soient l'âge et la condition physique. Elle est accessible à tous : la personne est libre de choisir sa position, de faire ou de ne pas faire un mouvement, d'adapter les propositions du sophrologue.

Responsable :
Caroline GARANCHER
caroline.garancher@free.fr
06.51.01.42.84

Animateur :
Bertrand CULERIER

Lundi de 18 h 30 à 19 h 30
Participation financière : 193 €

1^{re} séance le lundi 14 septembre

T HÉÂTRE

Enfants/Ados

A tout âge, il est possible de jouer la comédie, découvrir comment se préparer au jeu d'acteur, créer des personnages et réaliser un spectacle pour et avec les autres.

Atelier limité à 14 participants.

Animateur :
Alain PETIT

Responsable :
Eliane RAMBAUD
eliane.rambaud@orange.fr

Mercredi
Enfants – Ados dès 7 ans :
14 h – 15 h 30

Horaires susceptibles d'être modifiés
en fonction du nombre d'inscrits.

Participation financière :
210 €

Salle Yves Montand – Espace Évasion
1er atelier le 16 septembre

T HÉÂTRE

Adultes

A tout âge, il est possible de jouer la comédie, découvrir comment se préparer au jeu d'acteur, créer des personnages et réaliser un spectacle pour et avec les autres.

Atelier limité à 14 participants.

Animateur :
Alain PETIT

Responsable :
Eliane RAMBAUD
eliane.rambaud@orange.fr

Mardi
Adultes:
18 h 45 – 20 h 15

Horaires susceptibles d'être modifiés
en fonction du nombre d'inscrits.

Participation financière :
280 €

Salle Hoëdic - Espace Évasion
1er atelier le 15 septembre

T HÉÂTRE - STAGES

Enfants/Ados - Adultes

Pendant les vacances scolaires (enfants/ados) ou pour un week-end (adultes), nous souhaitons proposer des stages de théâtre. Les stages d'une semaine donneront lieu à une représentation en fin de semaine.

Ces stages sont proposés en cours d'année. Pour connaître les dates, n'hésitez pas à nous contacter et à consulter notre site Internet : www.leguedolivet.fr .

Animateur :
Alain PETIT

Responsable :
Eliane RAMBAUD
eliane.rambaud@orange.fr

Du lundi au vendredi
Enfants – Ados du CE2 à la 3^{ème} :
10 h – 16 h 00

Ouverture du stage à partir de 6
participants
10 participants maximum

Participation financière :
150 €

TRAIL

Partager des moments en
nature, s'amuser et
progresser

Le trail permet d'explorer des espaces naturels et de courir dans des terrains divers et variés (chemins, sentiers, forêt, sable, montées, descentes). Le but pour les adhérents : s'entraîner à plusieurs pour se motiver et progresser ; bénéficier des conseils d'un coach.

Les séquences alterneront loisirs (courir en groupe en milieu naturel) et séances adaptées au niveau de chacun avec un objectif de progression (en endurance ou en technique).

Responsable :
En attente de volontaire !
assoleguedolivet@gmail.com

Animateur :
Justin Guérault
07 80 32 27 64

En soirée de 18h à 20h,
Le jour sera connu en septembre

A partir de 18 ans

Participation financière :
165 €

T RICOT / C ROCHET...

Partager les savoir-faire

Activité en cours de calage.

Les responsables vous proposent de venir apprendre ou vous perfectionner en tricot, à la main ou à la machine, ainsi qu'au crochet.

Si vous êtes intéressé(e), faites vous connaître par mail ou lors du Forum le 5 septembre.

Responsable :

En attente

assoleguedolivet@gmail.com

Le vendredi une fois par mois

Horaires, calendrier et tarif seront précisés courant septembre

A partir de 8 ans

YOGA

C'est un moment privilégié de rencontre avec soi-même qui allie pratique posturale et respiratoire en conscience.

Progressivement, une détente du corps, du mental, l'accueil de ce qui est là, le goût du moment présent, dans l'effort juste pour soi... peuvent apparaître durant la séance et perdurer dans le quotidien.

Professeur : Fabienne ALLAIN
*(remplacée à la rentrée par
Valérie GUILLARD)*

Responsable : Eliane RAMBAUD
eliane.rambaud@orange.fr
06.77.86.94.76

- Mercredi 17 h 15 à 18 h 30
- Mercredi 18 h 45 à 20 h

Salle Houat, Espace Évasion
1^{re} séance le 16 septembre

Professeur : Philippe LE BRAS
Responsable : Frédérique Jaffré
fredjaffre@yahoo.fr
06.82.94.87.63

- Jeudi 19 h 00 à 20 h 15

Salle Y. Montand, Espace Évasion

- Jeudi 20 h 30 à 21 h 45

Salle Houat, Espace Évasion
1^{re} séance le 17 septembre

Participation financière : 222 €
Équipement :
chacun(e) vient avec son tapis.

YOGA – ASSISES SILENCIEUSES

La séance débutera par une pratique posturale douce, suivie d'un yoga nidra qui nous guidera progressivement vers une assise silencieuse.

Au fil des pratiques, nous serons invités à observer notre intériorité, à accueillir le calme et à nous déposer pleinement dans l'instant présent.

Cette exploration intérieure nous conduira naturellement vers une qualité de présence, d'écoute et de conscience de soi.

Responsables :

Eliane RAMBAUD

eliane.rambaud@orange.fr

06.77.86.94.76

Frédérique Jaffré

fredjaffre@yahoo.fr

06.82.94.87.63

Professeur : Philippe LE BRAS

Dimanche matin de 9 h à 10 h 15

9 séances :

Calendrier remis à l'inscription

Participation financière : 91 €

Equipement :

chacun(e) vient avec son tapis.

YOGA - STAGES

En complément des cours, des stages vont être organisés tout au long de l'année.

Pour toute information, nous vous invitons à consulter notre site Internet : www.leguedolivet.fr, ou à contacter les responsables de l'activité.

Responsables :

Eliane RAMBAUD

eliane.rambaud@orange.fr

06.77.86.94.76

Frédérique Jaffré

fredjaffre@yahoo.fr

06.82.94.87.63

Stages organisés sur 1/2j, le samedi.
De 8 à 20 participants

Participation financière variable selon
la nature des stages

*Equipement :
chacun(e) vient avec son tapis.*

SECTIONS BÉNÉVOLES

Vous avez des compétences, du temps libre... : rejoignez notre section bénévole pour une action ponctuelle, sans forcément vous engager plus. Quelques exemples des besoins de votre association : aides aux spectacles, costumes, lumières, buvettes, communication...

Laissez vos coordonnées à un responsable d'activités ou sur assoleguedolivet@gmail.com et nous ne manquerons pas de vous contacter.

Vos idées pour de nouvelles activités sont également les bienvenues ! Elles seront réfléchies et si possible réalisées, n'hésitez pas à nous les communiquer : assoleguedolivet@gmail.com.

MEMBRES DU BUREAU

Le bureau de l'association, élu lors de la dernière assemblée générale qui s'est tenue le 9/12/2025, est le suivant :

- Françoise Ledos, présidente
- Christophe Surville, trésorier
- Isabelle Deu, trésorière adjointe
- Raphaël Reverdy, secrétaire

En l'absence de candidats, les postes de vice-président(e) et de secrétaire adjoint(e) n'ont pas été pourvus.

Centre d'activités Le Gué d'Olivet

Activités culturelles, sportives et de loisirs pour petits et grands

Espace Evasion – Bernard Douard
2 rue de la Motte
35760 Montgermont

Renseignements :
assoleguedolivet@gmail.com

Information sur les sites :
<http://www.ville-montgermont.fr>
<http://www//leguedolivet.fr>

Dessin de couverture : Héloïse, élève du cours d'Arts Plastiques