

## Période des inscriptions

A la

### Maison des Rochecorbonnais

Lundi 3 septembre 2018

Au

vendredi 7 septembre 2018

14h00 à 19h00

Lundi 10 septembre au 21 septembre 2018  
9h00 à 12h00 et de 14h00 à 19h00

## Forum des Associations :

Samedi 8 septembre de 10h00 à 16h00  
Salle des fêtes de Rochecorbon

## Période de déroulement :

Lundi 24 septembre 2018

Au

vendredi 21 juin 2019

## Contact :

Tél : 02 47 52 51 73

Mail: [culture-et-loisirs@wanadoo.fr](mailto:culture-et-loisirs@wanadoo.fr)

Site : [www.cultureetloisirs.fr](http://www.cultureetloisirs.fr)

Association Culture et loisirs  
Secrétariat :  
Maison des Rochecorbonnais  
7 Rue du docteur Lebled  
37210 Rochecorbon

2018/2019

- \* ARTS PLASTIQUES
- \*ATELIER CRÉATION
- \*ATELIER COUTURE
- \*ATELIER BANDES DESSINEES
- \*ATELIER PIXEL ART ET PERLES
- \*CIRQUE MAGIE & CIRQUE
- \*THÉÂTRE ENFANTS
- \* THÉÂTRE ADULTES
- \* DANSES
- \*MUSIQUE
- \*FORME
- \*BIEN-ÊTRE
  
- \*MARCHE NORDIQUE
  
- \*ATELIER DESSIN PEINTURE

BIENVENUE À TOUS  
POUR UNE BELLE ET NOUVELLE SAISON  
2018/2019

# Association



DES ACTIVITÉS  
CULTURELLES  
ET  
ARTISTIQUES  
OUVERTES À TOUS  
PETITS -GRANDS-SENIORS  
A

Rochecorbon

Secrétariat de l'association  
Culture et Loisirs

Maison des Rochecorbonnais  
7 Rue du Docteur LEBLED  
02 47 52 51 73

Dès le 3 Septembre 2018 à 14h00

2018 / 2019



## Ateliers artistiques

### **Dessin -peinture-arts plastiques**

Dès 7 ans / Adultes

**Maison des Rochecorbonnais**

Apprentissage du dessin et peinture (pastels gras-huile-acrylique-encre)

### **Atelier Bande dessinée dès 8 ans**

**Nouveauté** **Maison des Rochecorbonnais**

Pour les fans de cases et de bulles, un atelier pour apprendre les bases de la bande dessinée (bases de travail sur les personnages, les expressions, la construction de scénarios et de planches.

### **Atelier Pixel'Art et Perles Hama**

**Nouveauté** **Maison des Rochecorbonnais**

Activité ludique et créative ; technique consistant à dessiner à partir de petits carrés de couleur et de perles.

### **Modelage dès 6 ans**

**Maison des Rochecorbonnais**

Création d'objets sur la saison à base de terre.

### **Loisirs créatifs filles dès 9 ans**

**Nouveauté** **Maison des Rochecorbonnais**

Bijoux fantaisie-accessoires de mode  
Objets de décoration.

### **Théâtre Enfants dès 6 ans**

**Salle des Fêtes de Rochecorbon**

Jeux autour de la voix et du corps-apprentissage de petits textes  
Et improvisations.

### **Théâtre Adultes**

**Salle des Fêtes de Rochecorbon**

### **Atelier Couture dès 10 ans**

**Maison des Rochecorbonnais**

Débutants et initiés, n'ayant jamais cousu ou peu. Progression en douceur  
Dans la découverte des techniques de base.  
Prévoir petits matériels et machine à coudre

### **Atelier Couture Adultes**

**Maison des Rochecorbonnais**

Apprendre les différentes techniques de montage d'un vêtement

### **Eveil au cirque dès 4 ans**

**Gymnase de Rochecorbon**

Atelier dynamique à base de jonglerie (balle-foulard-diabolo  
-bâton du diable-fil de funambule-boule d'équilibre-monocycle.)

### **les Arts du cirque et de la magie dès 6 ans**

**Gymnase de Rochecorbon**

Atelier dynamique à base de jonglerie (balle-foulard-diabolo  
-bâton du diable-fil de funambule-boule d'équilibre-monocycle.)  
Et initiation Magie

## Danses

Certificat médical obligatoire

### **Modern 'jazz 4/6 ans**

**Gymnase de Rochecorbon**

Destiné à développer le sens du rythme, la maîtrise de la coordination et l'équilibre sur des musiques modernes

### **Modern 'jazz dès 7/9 ans**

**Gymnase de Rochecorbon**

Destiné à développer le sens du rythme, la maîtrise de la coordination et l'équilibre sur des musiques modernes

### **Eveil Corporel et classique Dès 4 ans**

**Nouveauté** **Gymnase de Rochecorbon**

Destiné à développer le sens du rythme, la maîtrise de la coordination et l'équilibre sur des musiques modernes

### **Baby -GRS dès 4 ans**

**Gymnase de Rochecorbon**

**Nouveauté**

### **GRS 7/10 ans**

**Gymnase de Rochecorbon**

### **GRS 11/16 ans**

**Gymnase de Rochecorbon**

### **Country**

**Salle des Fêtes de Rochecorbon**

Apprentissage des danses les plus dansées en country aux bals et festivals  
débutants-confirmés-Novices

**Nouveauté**  
**Nouveauté**

## Activités sportives

Certificat médical obligatoire

**Etre actif c'est aussi bouger dans la vie de tous les jours !**

### **Stretching**

**Gymnase de Rochecorbon**

Assouplissements et détente

### **Gym traditionnelle douce**

**Salle des Fêtes de Rochecorbon**

Permet de développer en profondeur et en douceur les muscles

### **Gym Posturales -Pilates**

**Salle des Fêtes de Rochecorbon**

Exercices accessibles à tous sur des séries de petits  
mouvements répétés qui activent les muscles précis.

### **Marche Nordique**

**Maison des Rochecorbonnais**

La marche nordique est un excellent choix pour se remettre en forme et  
la garder tout en ce promenant !

### **Fit-Boxing**

**Nouveauté** **Salle des Fêtes de Rochecorbon**

L'alliance parfaite du fitness et mouvement de boxe et aérobic  
Sur musiques tendances.

## Forme – Bien être Certificat médical obligatoire

### **Yoga**

**Salle - DOJO**

Pratique afin de trouver la : vitalité -l'énergie dans le souffle- postures-  
relaxation-pensée positive et méditation.

### **Yoga enfants dès 4 ans**

**Salle - DOJO**

Activité ludique pour découvrir davantage le corps, la respiration,  
pour gérer les émotions, développer la souplesse, l'équilibre, favoriser  
l'épanouissement et le développement de son potentiel. Il favorise l'attention,  
la détente, l'écoute de soi et des autres.

**Nouveauté**

### **Sophrologie & Méditation**

**Salle du dojo**

Travail sur la respiration, méditation, gestes simples inspirés de différentes  
pratiques dans le yoga permettant de relâcher les tensions, relaxation et lâcher-  
prise. La sophrologie permet de refaire circuler l'énergie, d'assouplir les  
articulations et d'installer la sérénité dans le quotidien.

**Nouveauté**

### **Sophrologie & Mémoire**

**Salle des Fêtes**

Apaiser le mental, vivre l'instant présent, apprendre à se détendre et retrouver  
le sommeil permettent d'augmenter la concentration et la mémorisation.  
Au cours de cet atelier, des visualisations, des associations, des exercices  
ludiques vous permettront d'améliorer votre mémoire.

## Instruments de Musique

**L'Organisation des horaires :** l'horaire du cours d'instrument sera à définir  
avec le professeur

**Les cours auront lieu à la Maison des Rochecorbonnais**

**Cours individuel 30 mn**

**2 pers / 40mn**

**Cours de :**

**Piano**

**Violon**

**Guitare classique**

**Guitare Basse**