

Eveil de l'enfant "Les ouistitis"

Le but de l'activité est d'offrir aux enfants de 2 à 6 ans la possibilité de s'exprimer avec leur corps et les aider à se développer harmonieusement sans autre souci d'un éveil global et d'une découverte de la palette sportive qui peut s'offrir à eux dès 6 ans.



Horaires et Lieux :

Mercredi au Bri'Sports

Samedi matin au Bri'Sports

Horaire par âges précisés en début de saison

Laurence ARLAUD ☎ 06 87 62 57 42 @ouistitis@evbrignais.com

Gym Form Détente

Une Gym d'entretien pour tous pour rester en accord avec son corps et son dos. Pour optimiser l'efficacité, la bonne tenue sera poursuivie dans le quotidien pour parvenir à effacer les mauvaises attitudes.

Horaires et lieux:

Mardi de 15h30 à 16h30 Bri'Sports

Jeudi de 20h30 à 22h Ecole J. Cartier

Vendredi de 15h30 à 16h30 Bri'Sports

Véronique RAMONET,

☎ 07 86 52 24 80

@gymdetente@evbrignais.com



Danse

A partir de 4 ans, filles et garçons, quelque soit leur niveau, peuvent découvrir les plaisirs de la danse classique et de la danse jazz.

Dans cette section au service de l'art, la danse apparaît comme un moyen d'expression des plus agréable, en effet, là où ne suffisent plus les mots surgit la danse.

Tout est mis en œuvre pour que le plaisir soit le maître mot de cette section.

Horaires et Lieux :

Briscope

Lundi et vendredi à partir de 17h15

Mercredi à partir de 14h

Anne Marie DUCARRE

☎ 04 72 31 01 66 @danse@evbrignais.com



Piscine - Aqua-Gym

Pratique de la gym aquatique sous la direction d'un maître nageur diplômé. Possibilité de faire seulement des "longueurs de bassin". Le maître nageur titulaire de la piscine assure la sécurité habituelle.

Horaires et lieux:

Lundi 19h à 20h à Loire sur Rhône

L'horaire et le lieu de la deuxième séance seront précisés en début de saison

Simone ANOVAZZI ☎ 04 78 05 39 41



Espérance et Vaillantes de BRIGNAIS

Un siècle au service du sport
et de la culture



Avenue de Verdun
69530 BRIGNAIS
infos@evbrignais.com

Saison 2014/2015

Marche Nordique

La marche nordique est le nouveau sport santé qui nous vient de Finlande. Les athlètes skieurs de fond de haut niveau l'ont adoptée pour leur entraînement d'été afin de préserver et préparer leur condition physique pour la saison d'hiver. Cette marche sollicite les chaînes musculaires de l'ensemble du corps. L'utilisation de bâtons spécifiques permet de nous propulser augmentant ainsi notre vitesse de marche et permettant de nous alléger soulageant ainsi nos articulations.

Le rendez-vous sera donné au complexe Minssieux pour 1h30 de marche avec un animateur les Mercredi après-midi, Samedi matin

Toutes les 2 semaines, entraînement pour les débutants de 1h30 le samedi matin

Plus de renseignements: Véronique RAMONET, ☎ 07 86 52 24 80, @marche@evbrignais.com



APA - Activité Physique Adaptée

Ce type d'activité s'adresse aux personnes en situation de handicap, âgées, atteintes de maladie chronique ou de cancer, à des fins de prévention de la récurrence, de poursuite des bénéfices de la rééducation et la réadaptation, de réinsertion, d'éducation et/ou de participation sociale.

Cet objectif est atteint grâce à la pratique d'activités physiques pluridisciplinaires et variées, travail d'endurance, renforcement musculaire, atelier équilibre, coordination, etc.

La pratique est encadrée par un professionnel spécifiquement formé aux techniques d'enseignement des APA et aux modalités d'adaptations nécessaires à la poursuite d'objectifs de santé.

Cette activité s'inscrit dans le programme ATOUTFORM' : programme régional de promotion des Activités Physiques et Sportives (APS) comme facteur de santé, mis en place par la Ligue du Lyonnais de la Fédération Sportive et Culturelle de France.

Séances d'une heure les jeudis à 15h et 16h au Bri'Sports.

Pour plus de renseignements:

Véronique LABY, ☎ 06 08 10 22 44, @apa@evbrignais.com



Parcours Santé coaché

Le parcours santé correspond aux besoins physiologiques des utilisateurs, il permet d'améliorer la coordination, de développer la musculature, et d'assurer une mise en condition physique, le tout en pleine nature, à l'air libre.

Horaires et lieux: Parcours sportif de Minssieux - Samedi de 9h30 à 10h30

Véronique LABY, ☎ 06 08 10 22 44, @parcours@evbrignais.com



Gymnastique Artistique

Nous proposons initiation, entraînement et perfectionnement à la gymnastique artistique masculine et féminine, Nous accueillons les jeunes à partir de 5 ans.. Au programme, sol et table de saut pour tous, barre fixe, barres parallèles, trampoline, cheval d'arçons, anneaux pour les garçons ou poutre et barres asymétriques pour les filles. L'objectif pour tous est de participer aux compétitions, en individuel ou par équipe.

Horaires et lieux: Tous les entraînements ont lieu dans la nouvelle salle spécialisée au Bri'Sports

Gym Masculine:

Poussins (de 6 à 8 ans): Mercredi (17h15 à 19h15)
Samedi (9h à 11h)

Pupilles (de 9 à 14 ans): Mercredi (18h30 à 20h30)
Samedi (10h30 à 12h30)

Adultes (15 ans et +): Mardi (19h30 - 22h)
Vendredi (19h30 à 22h)

Entraînement supplémentaire possible le dimanche de 9h30 à 12h
Olivier VERNET, ☎ 06 65 90 16 77

@gam@evbrignais.com



Gym Féminine:

Poussines (de 6 à 10 ans) : Mardi et Vendredi (17h30-19h30)

Jeunesses (de 10 à 14 ans) :

Débutantes : Lundi (17h30-19h30) et Vendredi (18h30-20h30)

Confirmées : Lundi et Jeudi (18h-20h)

Aînées (14 ans et +) : Lundi (19h-21h30) et Jeudi (19h-21h30)

Janine DELIOT, ☎ 04 78 05 51 50

@gaf@evbrignais.com



Groupes mixtes:

- « mini-poussins » (né en 2009/2010) le jeudi de 15h45 à 17h ou de 17h à 18h15

- ancien gymnaste ou envie de découvrir ce sport, groupe mixte loisir le mercredi de 20h30 à 22h

Gymnastique Rythmique et Sportive

C'est un sport qui associe grâce, rythme et souplesse aux engins suivants: Corde, Cerceau, Ballon, Massues, Ruban

Il associe la danse et la gymnastique avec en plus une manipulation d'engins. C'est une activité qui évolue très vite depuis quelques années. Le fonctionnement est le suivant : les groupes de travail sont répartis par âge et catégorie selon la FSCF Les gymnastes participent aux compétitions sur le plan départemental, régional et fédéral.



Horaires:

Lundi 18h à 21h - Gymnase Minssieux

Mercredi 17h à 22h30 - Gymnase Minssieux

Vendredi 17h30 à 20h - Gymnase Minssieux

Samedi 9h00 à 13h00 - Gymnase Minssieux et Bri'Sports

Anne-Sophie IMBERT, ☎ 06 81 57 83 86, @grs@evbrignais.com

Renseignements et inscriptions

FORUM DES ASSOCIATIONS

Samedi 6 septembre - 9h à 16h - Complexe Minssieux

Tir à l'Arc

Le tir à l'arc peut être pratiqué par tout le monde de 10 à 80 ans et plus; il suffit d'adapter la puissance de l'arc à la puissance de l'individu. Ce sport, qui développe précision et concentration, peut se pratiquer soit en salle, soit à l'extérieur.

Les entraînements ont lieu de la rentrée au printemps au Bri'sport. A partir du printemps, les entraînements ont lieu sur le terrain de tir, à côté du Bri'sports. Les lundis et jeudis, l'encadrement est assuré par un moniteur breveté d'état.

Si la section a dans ses rangs des compétiteurs de haut niveau, elle a aussi des archers qui ne font que du loisir, des débutants, des jeunes des moins jeunes, et tout ce petit monde cohabite dans la bonne humeur !

Horaires: Lundi - de 18h30 à 20h (jeunes)

- de 20h à 22h

Mercredi de 20h à 22h

Jeudi de 20h à 22h

Emilie BOIS ☎ 06 42 79 73 08

Nathalie PETIT ☎ 06 70 34 24 46

@tiralarc@evbrignais.com



Tennis de table

Les objectifs de la section sont les suivants :

☞ Favoriser la pratique du Tennis de Table auprès de participants de 7 à 77 ans.

☞ Maintenir un niveau technique pour les compétiteurs

☞ Ouvrir l'activité à ceux qui désirent en faire un simple loisir.

Horaires et lieu :

Adolescents / Compétitions: Mardi de 18h30 à 20h30
Jeudi de 19h45 à 22h.

Jeunes de moins de 14 ans et débutants: jeudi de 18h30 à 20h30.

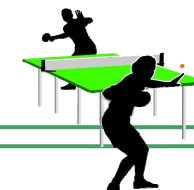
Pour les loisirs, la salle est ouverte, les lundis de 18h15 à 20h30, les mardis de 18h30 à 20h30 et jeudis de 18h30 à 22h.

Tous les entraînements sont au Complexe Minssieux

Véronique PINEL

☎ 06 63 82 50 66

@tennisdetable@evbrignais.com



Badminton

Initiation et activité détente encadrées par un entraîneur diplômé d'état.

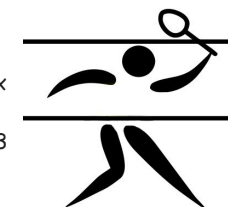
Horaires / Lieux:

Jeudi 17h00 à 22h à Minssieux

Vendredi 20h à 22h à Minssieux

Jean VIRET ☎ 06 20 28 69 33

@badminton@evbrignais.com



Batterie Fanfare

Un petit noyau reste fidèle à leur passion et se retrouve chaque semaine pour répéter. Ils seront heureux de vous accueillir.

Horaires / Lieux:

Ecole Jean Moulin le Mardi à 20h

Roger GIRARD ☎ 04 78 05 20 94

