




Association Sportive et Culturelle de Vaulnaveys-le-Bas

 [www.ascvb.fr](http://www.ascvb.fr)

 [ascvb38410@gmail.com](mailto:ascvb38410@gmail.com)

 [www.facebook.com/ASCVB38410](http://www.facebook.com/ASCVB38410)


## ACTIVITÉS 2018 - 2019

**Adhésion familiale annuelle : 12 € (valable pour toutes les activités)**

Remises : **-5 %** applicables à partir de 2 activités souscrites/personne,  
**-10 %** pour les lycéens, **-20 %** pour les étudiants (**non cumulables et hors \***)

Lundi	<b>Couture</b>	<b>Adultes/Adolescents</b> 8h45 - 11h45 <u>220 € / an + Adhésion 12 €</u> Début des cours le 10 septembre 2018 Corinne Sendra <a href="mailto:ascvb38410@gmail.com">ascvb38410@gmail.com</a> Salle Guillot
	<b>Marche nordique</b>	<b>Adultes/Adolescents</b> 10h00 - 11h30 <u>165 € / an + Adhésion 12 €</u> Début des cours le 10 septembre 2018 Jocelyne Gallego <a href="mailto:jocelyne.gallego@wanadoo.fr">jocelyne.gallego@wanadoo.fr</a> Extérieur
	<b>Danse Jazz</b>	<b>Enfants/Adolescents</b> 16h45 - 17h30 4/5 ans <u>115 € / an + Adhésion 12 €</u> 17h30 - 18h30 6/8 ans 18h30 - 19h30 9/11 ans 19h30 - 20h30 Ados <u>120 € / an + Adhésion 12 €</u> Début des cours le 24 septembre 2018 Fouzia Polaert <a href="tel:0688116935">06 88 11 69 35</a> Salle Polyvalente
	<b>Trampo Cardio Training</b>	<b>Adultes</b> 20h30 - 21h30 <u>130 € / an + Adhésion 12 €</u> Début des cours le 10 septembre 2018 Isabelle Royanez <a href="mailto:hubert.royanez@wanadoo.fr">hubert.royanez@wanadoo.fr</a> Salle Polyvalente



<b>Mercredi</b>	<p><b>Danse africaine</b></p> <p><b>Adultes/Adolescents</b>  17h45 - 19h00  19h00 - 20h15  <u>200 € / an (1 cours) ou 300 € / an (2 cours) (*)</u>  + Adhésion 12 €  Début des cours le 12 septembre 2018  Jean-Patrice Veyret    <b>06 84 20 36 19</b>  Salle Polyvalente</p>
	<p><b>Country</b></p> <p><b>Adultes/Adolescents</b>  20h15 - 21h15                    <b>New Line Modern</b>  21h15 - 22h15                    <b>Country</b>  <u>120 € / an (1 cours) ou 170 € / an (2 cours) (*)</u>  + Adhésion 12 €  Début des cours le 12 septembre 2018  Thierry Olivero                    <b>06 85 40 46 82</b>  Salle Polyvalente</p>
<b>Jeudi</b>	<p><b>Pilates</b></p> <p><b>Adultes</b>                                    <b>Niveau Confirmé</b>  8h45 - 10h15    <u>185 € / an + Adhésion 12 €</u>  19h40 - 20h30 <u>145 € / an + Adhésion 12 €</u>  Début des cours le 13 septembre 2018  Jocelyne Gallego                    <a href="mailto:jocelyne.gallego@wanadoo.fr">jocelyne.gallego@wanadoo.fr</a>  Salle Polyvalente</p>
	<p><b>Zumba enfant</b></p> <p><b>Enfants</b>  16h45 - 17h30                    <b>7/9 ans</b>   17h45 - 18h30                    <b>10/12 ans</b>  <u>115 € / an + Adhésion 12 €</u>  Début des cours le 13 septembre 2018  Fanny Giron                            <a href="mailto:ascvb38410@gmail.com">ascvb38410@gmail.com</a>  Salle Polyvalente</p>
	<p><b>Zumba</b></p> <p><b>Adultes/Adolescents</b>  18h40 - 19h30  <u>105 € / an (1 cours) ou 150 € / an (2 cours) (*)</u>  + Adhésion 12 €  Début des cours le 13 septembre 2018  Jocelyne Gallego                    <a href="mailto:jocelyne.gallego@wanadoo.fr">jocelyne.gallego@wanadoo.fr</a>  Salle Polyvalente</p>
	<p><b>Chorale</b></p> <p><b>Adultes</b>                                    <b>selon calendrier</b>  19h00 - 20h30  <u>100 € / an + Adhésion 12 €</u>  Début des cours le 13 septembre 2018  Monique Fiore                            <b>06 32 44 72 66</b>  Salle Guillot</p>

<b>Vendredi</b>	<p><b>Marche dynamique</b></p>	<p><b>Adultes/Adolescents</b>  10h30 - 12h00  165 € / an + Adhésion 12 €  Début des séances le 14 septembre 2018  Jocelyne Gallego      <a href="mailto:jocelyne.gallego@wanadoo.fr">jocelyne.gallego@wanadoo.fr</a>  Extérieur</p>
	<p><b>MLC</b>  <b>Méthode de Libération des Cuirasses</b> ©</p>	<p><b>Adultes</b>  18h30 - 20h15  1er stage le 5 octobre 2018  1 stage et 1 thème différent / mois  Tarif calculé selon le nombre de participants (*)  + Adhésion 12 €  Jean Marie Berthaud    06 80 60 22 41  Salle Guillot</p>

**Service location** : à votre disposition toute l'année, 2 chapiteaux de 60 m<sup>2</sup> (**155 € l'un**), des tables (**4 €**) et des bancs (**2 €**).  
Contact : Thierry Olivero 06 85 40 46 82

**Section Histoire & Patrimoine** : à consulter sur notre site [www.ascvb.fr](http://www.ascvb.fr)  
Vous y découvrirez des témoignages, mais aussi l'histoire du patrimoine naturel, industriel et culturel de Vaulnaveys-le-Bas !  
Contact : [ascvb38410@gmail.com](mailto:ascvb38410@gmail.com)

**Stages VTT** : pour les 8-11 ans, 5 séances au tarif de 100 € (\*)  
le mercredi de 9h à 11h45 (1<sup>ère</sup> session à partir du 19 septembre)  
*Sous réserve d'un nombre de participants suffisant*  
Contact : Fouzia Polaert 06 88 11 69 35



**Ski du Mercredi à Chamrousse** (à partir de Janvier – 9 séances) (\*)  
**Ski** : enfants (> 5/6 ans) et ados / **Surf** : enfants (> 8 ans) et ados  
Niveau débutant à confirmé - Inscriptions à partir de novembre  
Nous recherchons également des bénévoles pour l'encadrement !  
Contact : Cyril Bollud [cyrilbollud@gmail.com](mailto:cyrilbollud@gmail.com)

N'hésitez pas à nous contacter par email [ascvb38410@gmail.com](mailto:ascvb38410@gmail.com)  
pour tout renseignement complémentaire !