



Maison des loisirs et du tourisme
37, Avenue de la République
63670 LA ROCHE-BLANCHE

Courriel : contact@fcs-lrbg.fr

Site : www.fcs-lrbg.fr

Tél : 04 73 79 80 65 (répondeur)

Permanence à la MLT le 1er mercredi de chaque mois 15h30/17h30

Pour envisager la saison 2019/2020 et continuer de vous permettre, à vous ainsi qu'à vos enfants, de pratiquer vos activités favorites, le Foyer a besoin de nouveaux bénévoles. Allez sur le site fcs-lrbg.fr

Le mot des bénévoles.

Pour celles et ceux qui ne le sauraient pas, le Foyer Culturel et Sportif de la Roche Blanche Gergovie, de son petit nom FCS-LRBG, est **géré uniquement** par des bénévoles.

De son président, Michel PONS, en passant par les 13 autres membres actifs du Conseil d'Administration, par les personnes animant certaines sections, par les correspondants des différentes activités et enfin par celles et ceux qui viennent ponctuellement prêter main forte quand c'est nécessaire, le bénévolat est la richesse de notre association : 16 sections, près de 80 sessions par semaine et 2400 à l'année ; 16 salariés à temps partiel.

Sans les bénévoles pas de Foyer donc pas d'activités à prix abordables pour vous-même et vos enfants, pas de manifestations comme les soirées Théâtre et Jazz, Vendredis de l'art, Coups de cœur du Court métrage, Fête du Foyer en juin...

La saison 2018/2019 s'est terminée en beauté par la fête du Foyer et la saison prochaine s'annonce d'ores et déjà aussi enthousiasmante comme vous pourrez le constater en parcourant le présent document, en consultant la page Facebook « Foyerculturelsportif Rocheblanche - Gergovie » en visitant le site www.fcs-lrbg.fr depuis lequel ce document, tenu en permanence à jour, sera téléchargeable .

Nous vous attendons nombreux à l'**assemblée générale qui se déroulera le vendredi 13 septembre à 20h00** dans la salle Giraudoux de la MLT Espace Léo Lagrange.

Rejoignez-nous pour une belle saison sportive et culturelle, riche de projets et de belles rencontres.

L'équipe des bénévoles.

Agenda de la saison 2019/2020.

Dernière mise à jour : 01/09/2019

- Le samedi 07/09/ 2019 de 14h00 à 17h00 : **Inscriptions aux activités gymnase de l'espace Léo Lagrange, cette année,** au forum des associations.
- Le vendredi 13 septembre 2019 à 20h : **Assemblée générale du Foyer** à la MLT, salle Jean Giraudoux. Tous les adhérents y sont conviés.
- Dans la semaine du 16/09/2019 : **Reprise de la plupart des activités** mais le mardi 10/09 pour la chorale (préparation rencontre avec Empfingen).
- La samedi 05/10/2019 : **Jumelage des chorales** Roche-Choeur et Empfingen salle Jean Giraudoux à la MLT.
- Le lundi 11/11/2019 Journée **exposition** par les ateliers **peinture** adultes dans la mezzanine ou la salle Victor Hugo.
- Les 22/11/2019, 24/01/2020 et 27/03/2020 **Attention, cette année, salle polyvalente Jacques Prévert,** : les **Vendredis de l'art**, 3 conférences de Jean-Paul DUPUY, plus de précisions à venir sur le site www.fcs-lrbg.fr.
- Le samedi 15/02/2020 : **Soirée cabaret-jazz** salle Jean Giraudoux programme à fixer.
- Le samedi 28/03/2020 : Passage des **badges tir à l'arc** au gymnase de l'espace Léo Lagrange .
- Le vendredi 03/04/2020 : **Les coups de cœur du court métrage** salle Jean Giraudoux. Les meilleures productions du Festival du court métrage de Clermont-Ferrand.
- Le samedi 04/04/2020 : **Concert inter-chorales** salle Jean GIRAUDOUX pour RETINA (vaincre les maladies de la vue, www.retina.fr)
- Le samedi 13 ou le dimanche 14/06/2020 à partir de 10h Manifestation reportée en septembre 2020, jour à fixer : **Tournoi de tennis de table** au gymnase de l'espace Léo Lagrange au profit de l'association Acte Auvergne (aide aux enfants atteints d'un cancer).
- Fin de saison au foyer « **le Foyer fait sa fête** ».
- Le vendredi 12/06/2020 à 20h30 : **Gala de danse.**
- Le samedi 13/06/2020 à 14h30 : **Démonstration arts martiaux.**
- Le dimanche 14/06/2020 à 15h : **Représentation du théâtre des jeunes.**
- Le samedi 20/06/2020 : **Expositions peinture poterie** à la MLT, vernissage à 11h et **Gala de gymnastique sportive** 15h salle des sports.

Modalités d'inscription aux activités.

- Carte familiale d'adhésion au foyer obligatoire, 12€ par famille résidant à la Roche Blanche, 22€ pour les autres.
- **Une séance d'essai maximum est possible, quelle que soit l'activité envisagée** et bien évidemment si le cours n'est pas complet. Ensuite, le paiement est obligatoire dès l'inscription avec possibilité d'étalement en 3 fois. Aucun remboursement n'est possible, sauf circonstance exceptionnelle soumise à l'appréciation du Conseil d'administration.
- **Nouveau** : réduction de 10 % sur tous les cours d'une section pour une même personne inscrite à plusieurs cours dans la même section. La réduction étudiant est de 10 % non cumulable avec celle multi-cours et non applicable aux tarifs des activités dédiées aux jeunes qui en tiennent déjà compte..
- Un nombre d'inscrits insuffisant pourra entraîner la suppression d'une activité ou la réduction du nombre de séances.

Sécurité et prévention des risques.

- **Certificat médical obligatoire** pour toutes les activités autres que purement artistiques. Voir les nouvelles modalités sur les bulletins d'inscription et en haut à gauche dans les cases des activités ci-après. Pour cette saison un **contrôle strict** sera effectué pour la mise en place d'une meilleure gestion.

- Il est prudent d'avoir souscrit une assurance responsabilité civile.

- Les enfants sont sous la responsabilité du Foyer Culturel et Sportif (FCS) uniquement à compter de la prise en charge par un animateur dans la salle de pratique de l'activité et jusqu'à la fin de la séance dans la salle de pratique. La responsabilité des parents est entière avant cette prise en charge et après la fin du cours y compris dans les vestiaires et les espaces de circulation de la MLT.

Aucun effet ou objet de valeur ne doit être déposé dans les vestiaires dont la perte ou le vol ne saurait entraîner une quelconque responsabilité du FCS ou des animateurs. Les parents et accompagnateurs doivent s'assurer de la présence effective de l'animateur ou de l'animatrice avant de laisser leurs enfants et prendre toutes dispositions pour les recupérer à l'heure.

ATELIER POTERIE, MODELAGE*Salle G. Brassens, Gergovie (Stationnement obligatoire Place Saint Jean)***Martine CUENAT****24 séances (1ère séance = séance d'essai)****6-14 ans** Mercredi 16h00-17h30 **150€****Adultes** Mercredi 18h00-20h30 **250€** Jeudi 14h00-16h30 et 18h00-20h30 **250€.**

Chaque cours adultes ne sera maintenu que si le nombre d'inscrits est suffisant : 7 par cours, 21 en tout. Contact : Martine CUENAT 06 87 48 90 76

PEINTURE ARTS PLASTIQUES MLT salle Victor Hugo**Jacky SANNAJUST** **20 séances** Samedi 9h15-12h15 **210€**

Peinture à l'huile adultes

Contact : Marie TAILLARDAT 06 74 92 22 07

André BRAVARD **24 séances** Jeudi 14h00-17h30 **210€**

Aquarelle, acrylique, huile adultes

(Cours de 2h30 à l'intérieur de cette plage horaire)

Contact : Michèle ROUSSEL 06 82 23 15 53

Charlotte LEGAY (www.myss-cc.fr) **30 séances****Dessin, peinture, arts créatifs** **6-11 ans** Mercredi 9h00-10h30 **150€**

Ces deux séances 6-11 ans si effectif suffisant (+ ou - 10 par séance) sinon une seule.

11 ans : passage de « jeune » à « ados » possible **(11)-12-18 ans** Mercredi 10h30-12h00 **150€**Vendredi 18h00-20h00 **180€**

Contact : Marie-Claude MEZEIX 06 85 56 16 54

THÉÂTRE*MLT Salle Giraudoux***Arnaud PERRIN** Théâtre adultes **25 séances** Mercredi 21h00-22h30 **145€**

Contact : Arnaud PERRIN 06 98 12 14 45 ou Michel PONS 06 85 79 83 03

Arnaud PERRIN Théâtre des jeunes **30 séances** Mercredi 17h15-18h15 **100€****(6-9 ans)****(10-18 ans)** Mercredi 18h30-20h00 **150€**

Contact : Arnaud PERRIN 06 98 12 14 45 ou Suzanne LEROUX 06 50 26 91 32 et 04 73 79 42 29

CHORALE ROCHE-CHŒUR**Isabelle SAVARY** *MLT Salle Giraudoux* **30 séances** Mardi 20h15-22h15 **110€**

Séance « portes ouvertes » le mardi 24 septembre 2019 à 20h15.

Contact : Gérard LE MOAL : 04 73 87 50 59

ATELIER DENTELLE**Bénédicte CARPENTIER***MLT Mezzanine* **30 séances** Lundi 14h00-17h00 **32€***MLT Salle Victor Hugo* **30 séances** Lundi 17h00-20h00 **32€**

Contact et inscription uniquement par téléphone : Bénédicte CARPENTIER 07 61 30 07 06

ANGLAIS adultes**Claire BOURDAROT** *MLT Mezzanine* **30 séances** Mercredi 17h30-18h30 **32€**

Contact : Claire BOURDAROT 04 73 39 96 07 et 06 51 42 63 88

YOGA

Certificat médical obligatoire cette année il sera valable trois ans.

MLT Salle Verlaine **30 séances****Liliane CHAUCOT** **HATHA-YOGA** Lundi 16h30-18h00 **150€****Liliane CHAUCOT** Lundi 18h00-19h30**Liliane CHAUCOT** Lundi 19h30-21h00**Françoise THEODORE** Mercredi 9h00-10h30**Martine FABRE** Mercredi 18h30-20h00**Françoise THEODORE** **YOGA-NIDRA** **Relaxation Profonde** Mercredi 10h30-11h30 **135€**

Contacts : pour le lundi, Catherine ERBACHER 06 77 43 23 32 ; pour le mercredi, Gilbert LEPREVOST 06 38 34 14 66

MARCHE

Certificat médical obligatoire cette année il sera valable les trois ans.

Rendez-vous sur le parking bas de la MLT espace Léo Lagrange**Noëlle PALASSE** Contact : 04 73 79 47 49 **Lundi 8h45-12h00** **L'adhésion au Foyer suffit****Inscriptions au gymnase le samedi 7 septembre 2019 de 14h à 17h**

Certificat médical géré par l'animation.

TIR A L'ARC à partir de 8 ans

Sous la salle polyvalente de l'Espace Jacques PRÉVERT

Lundi, Mercredi et Vendredi 18h00-19h00

55€ + licence + tenue (50€ pour moins de 18 ans)

Claire et Didier JUILLARD

Contact : 06 14 61 30 12

Certificat médical géré par l'animation.

TENNIS DE TABLE tous niveaux

au Gymnase près de la MLT espace Léo Lagrange

Mardi 19h00-20h15 (Jeunes)

50€ + licence

Mardi 20h00-22h30

55€ + licence

Vendredi 20h00-22h30

Stéphane WALMACQ

Contact : 06 69 51 95 75 ou 04 73 84 09 35

Certificat médical annuel obligatoire Art R362-2 Code de l'éducation

DANSE enfants adolescents

Lundi : salle Rimbaud – Mardi et jeudi : salle Verlaine

30 séances

Joëlle ROUAT

Éveil corporel, initiation danse enfants et danse enfants

Éveil corporel 4 ans et 5 ans session 1

Lundi 17h00-18h00

110€

Danse 8, 9 et 10 ans non débutantes

Lundi 18h00-19h00

110€

Éveil corporel 4 ans et 5 ans session 2

Jeudi 17h00-18h00

110€

Initiation 6 ans et 7 ans

Jeudi 18h00-19h00

110€

Nadège LEROY

Initiation danse enfants et danse ados

Initiation 6 ans et 7 ans

Mardi 18h00-19h00

110€

Danse ados (cours unique)

Mardi 19h00-20h30

150€

Contact : Clara MENECHIER 06 89 92 03 02

La réglementation en fonction de l'âge impose : aucune inscription possible avant 4 ans et les dénominations "éveil corporel" et "initiation"

Un minimum de 11 pratiquantes en moyenne par cours est requis pour le maintien de tous les cours.

Certificat médical obligatoire cette année il sera valable trois ans.

GYMNASTIQUE

30 séances

100€

Rachel JOULIE

Gymnastique d'entretien

Lundi 9h00-10h00

Salle Rimbaud

Mardi 18h00-19h00

Salle Rimbaud

Mercredi 17h15-18h15

Salle Verlaine

Vendredi 9h00-10h00

Salle Rimbaud

Fadila FAVIER

Bodyform

Lundi 20h30-21h30

Salle Rimbaud

Mardi 9h00-10h00

Salle Rimbaud

Jeudi 9h00-10h00

Salle Rimbaud

Jeudi 18h15-19h15

Salle Rimbaud

Fadila FAVIER

Gainage

Jeudi 19h15-20h15

Salle Rimbaud

Vendredi 9h00-10h00

Salle Verlaine

Rachel JOULIE

Gym tonique

Mardi 19h00-20h00

Salle Rimbaud

Fadila FAVIER

Gym douce

Mardi 10h00-11h00

Salle Rimbaud

Gym personnalisée adaptée

Vendredi 11h00-12h00

Salle Verlaine

Fadila FAVIER

Gym équilibre

Jeudi 10h00-11h00

Salle Rimbaud

Rachel JOULIE

Stretching

Lundi 10h00-11h00

Salle Rimbaud

Mardi 10h00-11h00

Salle Verlaine

Vendredi 10h00-11h00

Salle Rimbaud

Fadila FAVIER

Stretching

Vendredi 10h00-11h00

Salle Verlaine

Contact : Annie BESSE 06 87 49 24 06 et Jacqueline LOCUSSOL 06 98 17 87 55

Inscriptions au gymnase le samedi 7 septembre 2019 de 14h à 17h

Certificat médical obligatoire cette année il sera valable trois ans.

30 séances

Aurore CHABANON

PILATES

Salle Rimbaud

130€

Mercredi 9h00-10h00 Mercredi 10h00-11h00

Mercredi 17h30-18h30 Mercredi 18h30-19h30

Mercredi 19h30-20h30

Contact : Anne-Sophie LEPREVOST 06 32 42 40 13

Certificat médical obligatoire cette année il sera valable trois ans.

30 séances à partir de 11 ans

Hélène CAUVIN

ZUMBA

Salle Giraudoux

115€

Jeudi 19h30-20h30

Contact : Florence WEIGEL 06 46 70 79 21

Certificat médical géré par l'animation.

GYMNASTIQUE SPORTIVE FEMININE

Salle des sports

50€ + licence UFOLEP + justaucorps

Circuit 1

Laurent BREMAUD

Mardi 17h30-19h30

(débutantes 2011 à 2013)

Circuit 3

Emeline DELHOMME

Mercredi 16h30-18h30

Niveau 8

Elodie TOURNADE

Lundi 17h30-19h00 **et**

Mercredi 18h00-20h00

Niveau 7

Noémie DELBECQUE

Mardi 18h30-20h30 **et**

Jeudi 17h30-19h30

Niveau 6

Céline NIGON

Mardi 18h30-20h30 **et**

Vendredi 18h30-20h30

Niveau 5

Léa MAZALOUBAUD et Laurent BREMAUD

Lundi 18h30-20h30 **et**

Jeudi 18h00-20h00

Niveau 4

Léa MAZALOUBAUD et Laurent BREMAUD

Lundi 18h30-20h30 **et**

Jeudi 18h45-20h45

Les inscriptions et réinscriptions se feront obligatoirement lors du forum des associations le samedi 7 septembre.

Si dossier incomplet (Chèque+Certificat médical pour une nouvelle inscription+Photos), pas d'accès possible à la salle.

De 2 à 4 compétitions Ufolep dans la saison, les dates seront précisées à l'avance.

Une **séance découverte** à destination des futures jeunes gymnastes sera organisée le samedi 31 août 2019 de 10h à 12h à la salle des sports (près du stade de foot).

Contact : Laurent BREMAUD 06 70 33 90 01

Certificat médical annuel obligatoire géré par l'animation.

ARTS MARTIAUX

Salle Lamartine

Pascal GIRODET

Cours enfants et ados

Karaté éducatif 6-9 ans

160€ 2 cours par semaine + licence + tenue

Lundi 17h30-18h30

Vendredi 17h30-18h30

Karaté jeunes 10-14ans

Lundi 18h30-19h30

Vendredi 18h30-19h30

Cours adultes

128€ pour les cours de 1h, 192 € pour les cours de 1h30, 1 cours par semaine + licence + tenue.

Inscrits à plusieurs cours : 116€ par cours pour les cours de 1h, 174 € par cours pour les cours de 1h30.

Qi-Gong (1h00)

Mercredi 19h00-20h00

Tai-Chi-Chuan (1h00)

Mercredi 20h00-21h00

Self-défense (1h30)

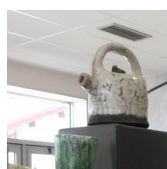
Lundi 19h30-21h00

Karaté adultes (1h30)

Vendredi 19h30-21h00

Une séance d'essai possible

Contact : Pascal GIRODET 06 83 38 00 77



Inscriptions au gymnase le samedi 7 septembre 2019 de 14h à 17h