Saison 2023/2024

Inscriptions aux activités

Bonjour à toutes et tous

La saison 2023/2024 se prépare

Différentes activités vous sont proposées à compter du mois de septembre avec une participation financière complémentaire à votre adhésion.

Si vous êtes intéressé(e) par une ou plusieurs disciplines, merci de vous inscrire avant le 15 août

Longe côte

Le longe côte se déroule aux Sables d'Olonne au départ de la piscine du remblai
Pour pratiquer, pas besoin d'acheter du matériel, la piscine prête combinaison, gants, chaussons, et capuche en hiver

Plusieurs possibilités s'ouvrent à vous: le week-end et les lundis et mercredis matins en vous inscrivant auprès de la piscine du remblai tél 02 51 23 53 00

Nous vous proposons l'achat de carte prémium de 10 séances valable 1 an (prix public 136,50€) . Les achats groupés seront faits en août, novembre, mars.

- prix atscaf 120€

Nom Prénom

Je souhaite une carte de 10 entrées , je joins un chèque de 120€

Yoga

Les cours se déroulent à la Roche sur Yon impasse Andromède chez Mme Stéphanie Colas
Professeur de yoga
<u>La fiche d'inscription à remplir avec le choix des horaires de cours est jointe à ce mail</u>
Le prix public est de 192€ pour l'année et 324 € pour un couple
Prix atscaf: 160€ pour 1 personne
270€ pour un couple
Nom Prénom

Je suis intéressé par les cours de yoga, je m'inscris et je joins un chèque de 160€ ou 270€ ainsi que ma fiche d'inscription

Sophrologie

Les séances se déroulent Place du Marché à la Roche sur Yon au cabinet de Mme Sophie Laronze Sophrologue
Les possibilités sont les suivantes **pour les nouveaux inscrits**

Le lundi à 18h15 (2 places)
Mardi à 10h30 (1 place)
Mardi à 18h (2 places)

Le prix public par séance est de 12€
Prix atscaf: 10€ à régler auprès de l'intervenante à chaque séance

Nom prénom

Je m'inscris à la séance suivante :

Pour ces 3 activités:

Adresser vos réponses, règlement de la cotisation complémentaire,
avant le 15 août chez
Florence Murzeau
16 rue Abbé Artarit
85000 La Roche sur Yon

Pour des demandes de renseignements complémentaires, merci d'utiliser la boîte mail suivante
atscaf85@gmail.com

NOUVELLE ACTIVITÉ : ATELIER D'ECRITURE

En projet pour début octobre à la Roche sur Yon et si minimum 8 participants

Durée de la séance : 2 heures

Rythme des séances : tous les mois ou 2 mois à définir avec les participants

Cout de la séance 3 euros

Pour tous renseignements contact Marie-Claude Gypteau au 06.30.39.49.11

ou par mail atscaf85@gmail.com

Bowling

Les Soirées se déroulent au Bowling de la Roche sur Yon Rue du Parc en face du CHD, une fois par mois
Elles se terminent pour ceux qui le souhaitent par un repas au restaurant à la charge de chacun

2 séances découvertes offertes par l'atscaf vous sont proposées :
le 20 septembre à 19 h (6 places)
le 18 octobre à 19 h (6 places)

Ensuite, le prix des séances est de 6€ par partie, payable sur place
Plus 2€ de location de chaussures (gratuité si titulaire de la carte Cézam).

Nom Prénom:

Je souhaite participer à la séance découverte du :

Pour plus de renseignements, prendre contact avec Chantal Brottier référente bowling : 06 61 00 06 92

Dans le cadre de la CNIF vous avez aussi la possibilité de rejoindre les équipes suivantes

- Golf
- Pétanque
- Tennis
- Tir

Une information particulière vous sera adressée dans les semaines à venir

Nom Prénom :
Je suis intéressé(e) par :

Inscriptions et renseignements auprès de Philippe Garnier tél 06 13 18 54 27
ou par messagerie :**atscaf85@gmail.com**

Randonnées pédestres

Un dimanche par mois une sortie randonnée est proposée en Vendée ou dans les départements limitrophes à la demi-journée ou à la journée, avec éventuellement visite touristique ou culturelle, et pique-nique ou restaurant selon la destination

Sorties vélo

Des sorties vélo sont également proposées le dimanche lorsque les conditions climatiques le permettent

Nom Prénom :
Je souhaite participer aux randonnées
aux sorties vélo

Pour ces 2 activités un calendrier prévisionnel est en cours d'élaboration, et vous sera envoyé dès sa finalisation.

Vous pouvez d'ores et déjà noter la randonnée régionale qui aura lieu à Trélazé (49) avec visite des ardoisières le 23 septembre (un co-voiturage sera organisé)

En outre une quinzaine de jours avant les sorties, une invitation est envoyée par courriel à tous les adhérents de la section départementale.