

GUIDE

des activités

à Port-Jérôme-sur-Seine

ÉDITION : 2023

pj2s.fr



PRÉAMBULE

La Ville de Port-Jérôme-sur-Seine met à votre disposition ce guide qui recense toutes les activités culturelles, sportives et de loisirs disponibles sur la commune.

Ces informations proviennent directement des associations et structures. Les activités sont classées par catégories et par ordre alphabétique, les tranches d'âges pour lesquelles elles sont organisées sont également indiquées.

Pour des renseignements plus complets sur les lieux d'activités, les horaires ou les tarifs, il est préférable de contacter directement les associations et structures.

Plus de 100 activités qui permettront à chacun d'entre vous, de vous épanouir par la pratique de votre passion, la rencontre et la découverte.

“ Plus de 100 activités, il y en a forcément une pour vous. ”

Réalisation et conception

service Communication et Relations publiques
Hôtel de Ville - Place d'Isny - BP 29
Notre-Dame-de-Gravenchon
76330 PORT-JÉRÔME-SUR-SEINE
Tél. : 02 32 84 55 00
Août 2023

Sommaire

Préambule 2

Culture 4/11

Activités artistiques
Activités musicales
Danses
Langues et alphabétisation

5/6
6/9
9/10
11

Loisirs 12/15

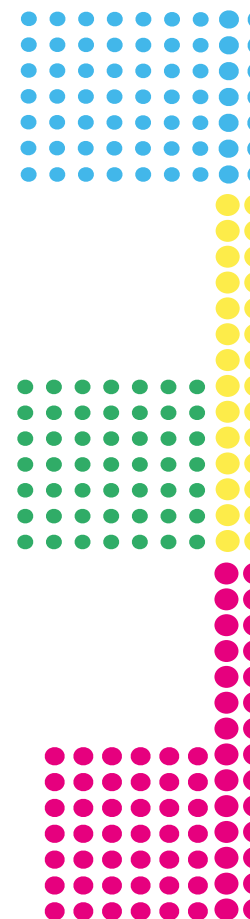
Sports

Activités physiques, détente
Centre Aquatique Alain-Guilloit

16/24

17/22
22/24

Index
des activités 27/29





Culture



Activités artistiques

Artothèque

Prêt d'oeuvres d'arts & ateliers adultes - parents/enfants
artothèque@pj2s.fr
06 31 59 84 34

Aquarelle

18 ans et +
École d'arts graphiques
et plastiques
eagp@orange.fr
02 35 38 96 02

Cours toutes techniques

18 ans et +
École d'arts graphiques
et plastiques
eagp@orange.fr
02 35 38 96 02

Dessin

4 ans et +
École d'arts graphiques
et plastiques
eagp@orange.fr
02 35 38 96 02

Encadrement

18 ans et +
École d'arts graphiques
et plastiques
eagp@orange.fr

02 35 38 96 02

Loisirs créatifs

12 ans et +
Les Z'Abelles
zabeilles99@gmail.com
07 67 74 43 87

Multi-activités

(scrapbooking, modelage, couture, bijoux...)
4 ans et +
École d'arts graphiques
et plastiques
eagp@orange.fr
02 35 38 96 02

Micro-folie

Musée numérique
animations enfants et adultes
microfolie@pj2s.fr
06 45 24 09 56

Peinture

(Aquarelle, fusain, encre de chine, pastel, huile et acrylique)
4 ans et +
École d'arts graphiques
et plastiques
eagp@orange.fr
02 35 38 96 02

Sculpture

18 ans et +
École d'arts graphiques
et plastiques
eagp@orange.fr
02 35 38 96 02

Culture

Stages de céramique

Disciplines variées

Pôle Céramique Normandie

contact@

poleceramiquenormandie.com

02 35 31 93 51

Tapiserie

18 ans et +

École d'arts graphiques
et plastiques

eagp@orange.fr

02 35 38 96 02

Activités musicales

Accordéon

7 ans et +

Conservatoire

02 35 38 63 94

Alto

6 ans et +

Conservatoire

02 35 38 63 94

Basse

8 ans et +

A.R.C.A.D.E

accueil@arcade-gravenchon.com

02 32 84 47 20

9 ans et +

Conservatoire

02 35 38 63 94

Basson

8 ans et +

(selon dentition pour l'initiation)

Conservatoire

02 35 38 63 94

Batterie

8 ans et +

A.R.C.A.D.E

accueil@arcade-gravenchon.com

02 32 84 47 20

9 ans et +

Conservatoire

02 35 38 63 94

Chant

10 ans et +

Conservatoire

02 35 38 63 94

8 ans et +

A.R.C.A.D.E

accueil@arcade-gravenchon.com

02 32 84 47 20

Chant lyrique

13 ans et +

Conservatoire

02 35 38 63 94

Chant musique actuelle

11 ans et +

Conservatoire

02 35 38 63 94

Chorale

6 ans et +

Conservatoire
02 35 38 63 94

50 ans et +

Inter-âge
02 35 39 74 22

Clarinete

7 ans et +

(selon dentition pour l'initiation)
Conservatoire
02 35 38 63 94

Clavecin

7 ans et +

Conservatoire
02 35 38 63 94

Clavier "musiques actuelles"

9 ans et +

Conservatoire
02 35 38 63 94

Contrebasse

9 ans et +

Conservatoire
02 35 38 63 94

Cuivres

6 ans et +

Conservatoire
02 35 38 63 94

Éveil à la musique

6 ans

Conservatoire
02 35 38 63 94

Flûte

6 ans et +

(selon dentition pour l'initiation)
Conservatoire
02 35 38 63 94

Flûte à bec

6 ans et +

(selon dentition pour l'initiation)
Conservatoire
02 35 38 63 94

Guitare acoustique

7 ans et +

Conservatoire
02 35 38 63 94

8 ans et +

A.R.C.A.D.E
accueil@arcade-gravenchon.com
02 32 84 47 20

Guitare électrique

9 ans et +

Conservatoire
02 35 38 63 94

8 ans et +

A.R.C.A.D.E
accueil@arcade-gravenchon.com
02 32 84 47 20

Culture

Guitare Folk

9 ans et +

Conservatoire
02 35 38 63 94

Harpe

7 ans et +

Conservatoire
02 35 38 63 94

Hautbois

8 ans et +

(selon dentition pour l'initiation)
Conservatoire
02 35 38 63 94

Orgue

7 ans et +

Conservatoire
02 35 38 63 94

Percussions

6 ans et +

Conservatoire
02 35 38 63 94

Piano

8 ans et +

A.R.C.A.D.E
accueil@arcade-gravenchon.com
02 32 84 47 20

6 ans et +

Conservatoire
02 35 38 63 94

Piano jazz

9 ans et +

Conservatoire
02 35 38 63 94

Sacqueboute voir avec le professeur

Conservatoire
02 35 38 63 94

Saxophone

7 ans et +

Conservatoire
02 35 38 63 94

Solfège/Formation musical

6 ans et +

Conservatoire
02 35 38 63 94

50 ans et +

Inter-âge
02 35 39 74 22

Traverso

6 ans et +

Conservatoire
02 35 38 63 94

Violon

6 ans et +

Conservatoire
02 35 38 63 94

Violoncelle

6 ans et +

Conservatoire
02 35 38 63 94

Danses

Atelier "rythmes et mouvements"

16 ans et +

Conservatoire
02 35 38 63 94

Amazing Spectacul'Art

7/12 ans

A.R.C.A.D.E
accueil@arcade-gravenchon.com
02 32 84 47 20

Breakdance

5 ans et +

A.R.C.A.D.E
accueil@arcade-gravenchon.com
02 32 84 47 20

Danse classique

8 ans et +

(selon avis du professeur)
Conservatoire
02 35 38 63 94

Danse contemporaine

8 ans et +

(selon avis du professeur)
Conservatoire
02 35 38 63 94

Danse initiation

50 ans et +

Inter-âge
02 32 39 74 22

Éveil à la danse

6 ans

Conservatoire
02 35 38 63 94

Extravadance

10 ans et +

A.R.C.A.D.E
accueil@arcade-gravenchon.com
02 32 84 47 20

Modern'Jazz

4 ans et +

A.R.C.A.D.E
accueil@arcade-gravenchon.com
02 32 84 47 20

8 ans et +

Conservatoire
02 35 38 63 94

Musique assistée par ordinateur

9 ans et +

Conservatoire
02 35 38 63 94

Culture

Zumba

13 ans et +

Dynamic Gym Club

Facebook : DGC Gravenchon

06 21 27 66 03

Zumba kids junior

4/6 ans

A.R.C.A.D.E

accueil@arcade-gravenchon.com

02 32 84 47 20

Zumba kids

7/11 ans

A.R.C.A.D.E

accueil@arcade-gravenchon.com

02 32 84 47 20

Zumba

14 ans et +

A.R.C.A.D.E

accueil@arcade-gravenchon.com

02 32 84 47 20

Langues et alphabétisation

Cours d'anglais

4/6 ans et 6/9 ans

A.R.C.A.D.E

accueil@arcade-gravenchon.com

02 32 84 47 20

50 ans et +

Inter-âge

02 35 39 74 22

Cours d'allemand

50 ans et +

Inter-âge

02 35 39 74 22

Dictée

50 ans et +

Inter-âge

02 35 39 74 22

Lecture et prêts de livres

2 ans et +

Médiathèque

02 35 38 01 44

The background is a solid yellow color. Overlaid on this are several white dot patterns. These patterns form abstract, blocky shapes that resemble the letters 'L', 'T', and 'S'. The dots are arranged in a regular grid, with some areas being more densely packed than others, creating a halftone effect. The word 'Loisirs' is written in a white, sans-serif font, centered horizontally and partially overlapping the dot patterns.

Loisirs

Loisirs

Aviation

15 ans et +

(Passage du Brevet d'Initiation en classe de 3^{ème} à Calmette)

Aéro-club de Gravenchon

Pdt. MARQUOIS Jean-Claude

jeanclaude.marquois@orange.fr

02 35 31 68 90

Aéromodélisme

12 ans et +

Aéro-club de Gravenchon

contact@aeroclub-gravenchon.info

06 72 07 05 45

Atelier Gourmand

18 ans et +

A.R.C.A.D.E

accueil@arcade-gravenchon.com

02 32 84 47 20

Bricolage

50 ans et +

Inter-âge

02 35 39 74 22

Bridge

50 ans et +

Inter-âge

02 35 39 74 22

Broderie

12 ans et +

Les Z'abeilles

07 67 74 43 87

zabeille99@gmail.com

Cartonnage

12 ans et +

Les Z'abeilles

07 67 74 43 87

zabeille99@gmail.com

Chasse

Pour les titulaires du permis de chasse

Association de chasse Gravenchonnaise

02 35 38 86 24

Couture

12 ans et +

Les Z'abeilles

07 67 74 43 87

zabeille99@gmail.com

Les épingles en folies

Pdte. Lecointre Laurence

06 10 11 47 65

Cuisine

12 ans et +

Les Z'abeilles

07 67 74 43 87

zabeille99@gmail.com

Loisirs

Dressage + Agility

6 ans et +

Club canin

chantillon.elyse@yahoo.fr

06 26 66 36 49

Ferme pédagogique

Ouvert à tous

Ferme du Tipi

(Ecurie du Bois d'Harcourt)

07 84 42 35 24

Jardinage

18 ans et +

Jardins familiaux

06 42 87 24 69

Jeux de cartes & dominos

55 ans et +

Club de l'espérance

Auberville-la-Campagne

Pdte. LEBRUMENT Claudine

02 35 38 58 31

Jeux ludothèque

À partir du plus jeune âge

Ludothèque

02 35 39 84 33

Jeux de société

50 ans et +

Inter-âge

02 35 39 74 22

Le Club des anciens

55 ans et +

Pdte. MME LEVEILLARD

02 35 56 77 80

Le Comité des Fêtes

Touffreville-la-Câble

Ouvert à tous

Pdte. CARREY Florence

06 23 71 35 87

Modelage

18 ans et +

A.R.C.A.D.E

accueil@arcade-gravenchon.com

02 32 84 47 20

Patchwork

12 ans et +

Les Z'Abelles

02 35 38 47 15 ou 07 67 74 43 87

Pêche

6 ans et +

Association pour la pêche

et la protection du milieu

aquatique

06 37 12 25 07

Scrabble

Ouvert à tous

Madrag

06 83 79 78 02

Scrapbooking

12 ans et +

Les Z'Abeilles

02 35 38 47 15 ou 07 67 74 43 87

50 ans et +

Inter-âge

02 35 39 74 22

ouvert à tous

Pdte. Lechevalier Maryse

02 35 56 76 09

Spéléologie

16 ans et +

A.R.C.A.D.E

accueil@arcade-gravenchon.com

02 32 84 47 20

Théâtre

8/17 ans

A.R.C.A.D.E

accueil@arcade-gravenchon.com

02 32 84 47 20

Tractions

18 ans et +

Amicale Tractions Cauchoises

www.amicale-tractions-cauchoise.com

amicale.traction.cauchoise@gmail.com

06 60 34 81 72

Tricot

12 ans et +

Les Z'Abeilles

07 67 74 43 87

zabelle99@gmail.com

Jumelage

12 ans et +

Comité de jumelage

Street (Angleterre)

06 77 41 30 66

Rubano (Italie)

07 60 03 27 50

Isny (Allemagne)

06 18 14 52 15

Sophrologie

18 ans et +

A.R.C.A.D.E

accueil@arcade-gravenchon.com

02 32 84 47 20

The image features a solid blue background. Overlaid on this background are several white dotted patterns. These patterns are arranged in a way that suggests the letters 'L' and 'S'. The 'L' is formed by a vertical column of dots on the left and a horizontal row of dots extending to the right from the top of that column. The 'S' is formed by a vertical column of dots on the left and a horizontal row of dots extending to the right from the middle of that column. The word 'Sports' is written in a white, sans-serif font, centered horizontally and partially overlapping the dotted patterns.

Sports

Activités physiques, détente

ASTLC (Association Sportive de Touffreville-la-Câble)

Ouvert à tous - label handicap

Pdt. LEFEBVRE Serge
02 35 56 80 25

Athlétisme

3 ans et +

C.S.G. Athlétisme
csgathletisme@gmail.com
Pdt LOUVET Marc
06 10 77 19 15

Aïkido

6/14 ans et 60 ans et +

A.R.C.A.D.E
accueil@arcade-gravenchon.com
02 32 84 47 20

Attelage

Ouvert à tous - label handicap

Les Droops
02 35 38 33 47

Baby poney

Ouvert à tous - label handicap

Les Droops
02 35 38 33 47

2/5 ans

Ferme du Tipi
(Écurie du bois d'Harcourt)
07 84 42 35 24

Balade randonnée

Ouvert à tous - label handicap

Les Droops
02 35 38 33 47

Basket-ball, Basket Sport Santé

6 ans et +

C.S.G. Basket-ball
www.csgravenchonbasket.fr
csg.correspondant@yahoo.fr
Pdt. LEMERCIER CÉDRIC
06 46 82 36 09
Educateur Sportif - MALOT Laurent
06 78 77 13 76

Bowling

8 ans et +

C.S.G. Bowling
Pdt. ROBERT Philippe
06 81 72 17 67

À partir de 50 ans

Inter-âge
02 32 39 74 22

Sport

Initiation ou Perfectionnement

12 ans et +

A.R.C.A.D.E

accueil@arcade-gravenchon.com

02 32 84 47 20

Cardio Dance

Dynamic Gym Club

Facebook : DGC Gravenchon

06 21 27 66 03

Cardio Attack

13 ans et +

Dynamic Gym Club

Facebook : DGC Gravenchon

06 21 27 66 03

Fun Training

Dynamic Gym Club

Facebook : DGC Gravenchon

06 21 27 66 03

Cyclisme et VTT

13 ans et +

C.S.G. Cyclisme

Pdt. COLLINET Jérôme

07 89 54 67 08

Cyclotourisme

18 ans et +

C.S.G. Cyclotourisme

Pdt. COUROYER Didier

06 44 10 07 25

DM3 (debout-marcher)

Adultes

L'ARPÈGE

02 32 84 12 50

Dressage

Ouvert à tous - label handicap

Les Droops

02 35 38 98 15

Équitation

5 ans et +

Ferme du Tipi

(Écurie du bois d'Harcourt)

07 84 42 35 24

Ouvert à tous - label handicap

Centre équestre les Droops

02 35 38 33 47

Escalade

8 ans et +

Roc et Vol

Pdt. OUKOLOFF Marie-Laure

rocetvol.escalade@free.fr

Escrime

4 ans et +

C.S.G. Escrime

Pdt. BELLEGO Pierre-Yves

06 75 61 94 91

Éveil Sportif

2/4 ans

A.R.C.A.D.E
accueil@arcade-gravenchon.com
02 32 84 47 20

Fitness

13 ans et +

Dynamic Gym Club
Facebook : DGC Gravenchon
06 21 27 66 03

11 ans et +

A.R.C.A.D.E
accueil@arcade-gravenchon.com
02 32 84 47 20

Football

6 ans et +

C.S.G. Football
csgravenchon.foot@
infnormandie.fr
Pdt. EL GHAZOUANI Mohamed
06 17 31 34 79

Freestyle Gym

8/17 ans

A.R.C.A.D.E
accueil@arcade-gravenchon.com
02 32 84 47 20

Full contact

4 ans et +

A.R.C.A.D.E
accueil@arcade-gravenchon.com
02 32 84 47 20

Futsal

18/25 ans

A.R.C.A.D.E

accueil@arcade-gravenchon.com
02 32 84 47 20

Gymnastique

16 à 80 ans

A.S.A Association Sportive
Aubervillaise
Pdte Ghislaine DEMERGER
06 85 38 29 94
tipoupette@infonie.fr

Gym sur chaise

Adultes

L'ARPÈGE
02 32 84 12 50

Gymnastique douce

Adultes

L'ARPÈGE
02 32 84 12 50

Gymnastique et gym de remise en forme

1 an et +

C.S.G. Gym
<http://csggymnastique.blogspot.com>
Pdt. RAYMOND Michel-Hervé
06 70 12 29 13

Gymnastique d'entretien

13 ans et +

Facebook : DGC Gravenchon
06 21 27 66 03

Gymnastique douce

À partir de 50 ans

Inter-âge
02 35 39 74 22

Sport

Gym grosseesse

Tout public

A.R.C.A.D.E

accueil@arcade-gravenchon.com

02 32 84 47 20

Gym Master

50 ans et +

A.R.C.A.D.E

accueil@arcade-gravenchon.com

02 32 84 47 20

Handball

C.S.G. Handball

www.csghandball.fr

Pdt. THOMAS Thierry

06 22 18 35 13

Hatha-Yoga

18 ans et +

A.R.C.A.D.E

accueil@arcade-gravenchon.com

02 32 84 47 20

Joute horseball

Ouvert à tous - label handicap

Les Droops

02 35 38 33 47

Judo

4 ans et +

E.M.S.L Judo

www.emsl.org

Pdt. MINARD Damien

07 67 08 78 45

Karaté / Karaté artistique

Art Martiaux Triquerville

Pdt. DEPERREST David

06 58 55 35 12

Kids Sports

5/7 ans

A.R.C.A.D.E

accueil@arcade-gravenchon.com

02 32 84 47 20

L.I.A./STEP

Dynamic Gym Club

Facebook : DGC Gravenchon

06 21 27 66 03

Marche

À partir de 50 ans

Inter-âge

02 35 39 74 22

Marche avec bâtons

18 ans et +

Ghislaine DEMERGER

06 85 38 29 94

Marche nordique

CAPAC

06 43 97 09 28
capacsportcaux@gmail.com

Moto-club Gravenchonnais

6 ans et +

Pdt. NIEL Denis
06 30 82 98 68

Motricité bébé

1/2 ans

A.R.C.A.D.E
accueil@arcade-gravenchon.com
02 32 84 47 20

Pétanque

6 ans et +

C.S.G. Pétanque
Pdt. COZZOLINO Philippe
06 48 50 07 04

À partir de 50 ans

Inter-âge
02 35 39 74 22

Pilates

Dynamic Gym Club
Facebook : DGC Gravenchon
06 21 27 66 03

Renforcement musculaire

Dynamic Gym Club
Facebook : DGC Gravenchon
06 21 27 66 03

16 à 80 ans

A.S.A Association Sportive

Aubervillaise
Pdte. Foutel Françoise
02 35 38 22 29

Rollers

3 ans et +

Rollers de Notre-Dame de
Gravenchon
Pdte. PONTY Ghislaine
02 35 38 49 83

Rugby

6 ans et +

C.S.G. Rugby
csg.rugby.secretariat@orange.fr
Pdt. MARINIER Patricia
06 81 53 72 80

Sophrologie

18 ans et +

A.R.C.A.D.E
accueil@arcade-gravenchon.com
02 32 84 47 20

Stretching

Dynamic Gym Club
Facebook : DGC Gravenchon
06 21 27 66 03

TBC (Total Body Conditionning)

13 ans et +

Dynamic Gym Club
Facebook : DGC Gravenchon
06 21 27 66 03

Sport

Tai Chi Chuan

18 ans et +

A.R.C.A.D.E

accueil@arcade-gravenchon.com

02 32 84 47 20

Tennis

5 ans et +

C.S.G. Tennis

Pdt. RABIOT Yvon

06 03 15 35 47

yvon.rabiot@orange.fr

à partir de 50 ans

Inter-âge

02 35 39 74 22

Tennis de table

à partir de 50 ans

Inter-âge

02 35 39 74 22

7 ans et +

E.M.S.L

Pdt. LECOMTE Christian

06 70 77 18 35

lechrist76@orange.fr

Tir à l'arc

8 ans et +

(suivant conditions physiques)

C.S.G. Tir à l'arc

Pdt. RIOULT Anthony

secretariat@csg-tiralarc.fr

Volley-Ball Loisirs

Ouvert à tous

Pdt. EL JORDI MANSOUR

06 88 26 48 97

Yoga

7/11 ans

A.R.C.A.D.E

accueil@arcade-gravenchon.com

02 32 84 47 20

Yoga collectif

Adultes

L'ARPÈGE

02 32 84 12 50

Centre aquatique "Alain Guilloit"

Aquabike (circuit)

13 ans et +

Dynamic Gym Club

Facebook : DGC Gravenchon

06 21 27 66 03

Aquabike/Jump

18 ans et +

Centre aquatique Alain G.

02 35 38 64 37

Aquaboxing

13 ans et +

Centre aquatique Alain G.
02 35 38 64 37

Aquagym

13 ans et +

Dynamic Gym Club
Facebook : DGC Gravenchon
06 21 27 66 03

13 ans et +

Centre aquatique Alain Guilloit
02 35 38 64 37

Aquagym bien-être

13 ans et +

Centre aquatique Alain Guilloit
02 35 38 64 37

Aquaphobie

13 ans et +

Centre aquatique Alain Guilloit
02 35 38 64 37

Circuit Training

18 ans et +

Centre aquatique Alain G.
02 35 38 64 37

Entraînement adultes

18 ans et +

Centre aquatique Alain Guilloit
02 35 38 64 37

Matinée familiale

6 mois à 6 ans

Centre aquatique Alain G.
02 35 38 64 37

Mini/Grand plouf

3/6 ans

Centre aquatique Alain G.
02 35 38 64 37

Nage avec palmes

8 ans et +

C.S.G. Nage avec palmes
Pdte. JOLY Dorothee
06 63 35 63 29

Natation

Leçons pour enfants

Centre aquatique Alain G.
02 35 38 64 37

Nat'Loisir

6/16 ans

Centre aquatique Alain G.
02 35 38 64 37

Natation sportive

3 ans et +

C.S.G. Natation
Pdte. KADI Brigitte
07 70 07 87 96

Sport

Natation artistique

6 ans et +

C.S.G. Natation artistique
Pdte. LEREVEREND Sandra

07 66 25 65 19

Perfectionnement adultes

18 ans et +

Centre aquatique Alain Guilloit

02 35 38 64 37

Plongée

8 ans et +

C.S.G. Plongée
BRIERE Gilles

06 67 87 41 92

Sauna

18 ans et +

Centre aquatique Alain G.

02 35 38 64 37

Squash

12 ans et - accompagné

C.S.G. Squash
Pdt. PICHON Julien

06 18 38 08 31



Index

des activités

Culture

p.4 ➤ p.11

Activités artistiques

- 5- Artothèque
- 5- Aquarelle
- 5- Cours toutes techniques
- 5- Dessin
- 5- Encadrement
- 5- Loisirs créatifs
- 5- Multi-activités
- 5- Micro-Folie
- 5- Peinture
- 5- Sculpture
- 6- Stages céramique
- 6- Tapisserie

Activités musicales

- 6- Accordéon
- 6- Alto
- 6- Basse
- 6- Basson
- 6- Batterie
- 6- Chant
- 6- Chant lyrique
- 6- Chant musique actuelle
- 7- Chorale
- 7- Clarinette

- 7- Clavecin
- 7- Clavier «musiques actuelles»
- 7- Contrebasse
- 7- Cuivres
- 7- Éveil à la musique
- 7- Flûte
- 7- Flûte à bec
- 7- Guitare acoustique
- 7- Guitare électrique
- 8- Guitare Folk
- 8- Harpe
- 8- Hautbois
- 8- Orgue
- 8- Percussions
- 8- Piano
- 8- Piano jazz
- 8- Sacqueboute
- 8- Saxophone
- 8- Solfège/ Formation musicale
- 8- Traverso
- 8- Violon
- 9- Violoncelle

Danses

- 9- Atelier «rythmes et mouvements»
- 9- Amazing Spectacul'Art

- 9- Breakdance
- 9- Danse classique
- 9- Danse contemporaine
- 9- Danse initiation
- 9- Éveil à la danse
- 9- Extravadance
- 9- Modern'Jazz
- 9- Musique assistée par ordinateur
- 10- Zumba
- 10- Zumba kids junior
- 10- Zumba kids
- 10- Zumba A.R.C.A.D.E

Langues et alphabétisation

- 11- Cours d'anglais
- 11- Cours d'allemand
- 11- Dictée
- 11- Lecture et prêts de livres

Loisirs

p.12 ➤ p.15

Loisirs

- 13- Aviation
- 13- Aéromodélisme
- 13- Ateliers
 - Gourmands
- 13- Bricolage
- 13- Bridge
- 13- Cartonnage
- 13- Chasse
- 13- Couture
- 13- Cuisine
- 13- Crochet
- 14- Dressage et Agility
- 14- Ferme pédagogique
- 14- Jardinage
- 14- Jeux de cartes et dominos
- 14- Jeux ludothèque
- 14- Jeux de société
- 14- Le Club des Anciens
- 14- Le Comité des Fêtes
- 14- Modelage
- 14- Patchwork
- 14- Pêche
- 14- Scrabble

- 15- Scrapbooking
- 15- Spéléologie
- 15- Théâtre
- 15- Tractions
- 15- Tricot

- 15- Jumelage
- 15- Sophrologie

Sport

p.16 ➤ p.24

Activités physiques, détente

- 17- ASTLC
- 17- Athlétisme
- 17- Aïkido
- 17- Attelage
- 17- Baby poney
- 19- Balade randonnée
- 17- Basket-ball
- 17- Bowling
- 18- Cardio Dance
- 18- Cardio Attack
- 18- Cross Training
- 18- Cyclisme et VTT
- 18- Cyclotourisme
- 18- DM3
- 18- Dressage
- 18- Équitation
- 18- Escalade

- 18- Escrime
- 18- Éveil Sportif
- 19- Fitness
- 19- Football
- 19- Freestyle gym
- 19- Full contact
- 19- Futsal
- 19- Gymnastique
- 19- Gymnastique sur chaise
- 10- Gymnastique douce
- 19- Gymnastique et gym de remise en forme
- 19- Gymnastique d'entretien
- 19- Gymnastique douce
- 20- Gym grossesse
- 20- Gym Master
- 20- Handball
- 20- Hatha-Yoga
- 20- Joute horseball
- 20- Judo
- 20- Karaté / Karaté artistique
- 20- Kids Sports
- 20- L.I.A./STEP
- 20- Marche
- 20- Marche avec bâtons
- 20- Marche nordique

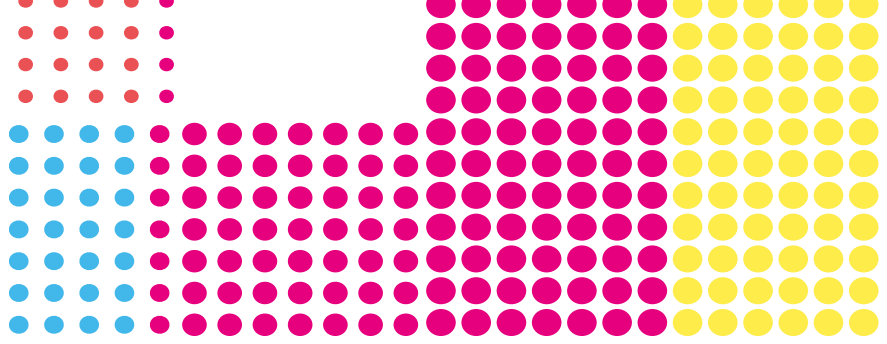
21- Moto-club
Gravenchonnais
21- Motricité bébé
21- Pétanque
21- Pilates
21- Renforcement
musculaire
21- Rollers
21- Rugby
21- Sophrologie
21- Stretching
21- Total Body
Conditionning
22- Tai Chi Chuan
22- Tennis
22- Tennis de table
22- Tir à l'arc
22- Volley ball loisirs
22- Yoga
22- Yoga collectif

Centre aquatique «Alain Guilloit»

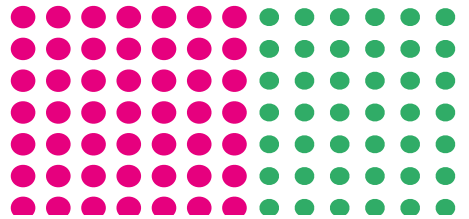
22- Aquabike (circuit)
22- Aquabike/Jump
22- Aquaboxing
23- Aquagym
23- Aquagym bien-
être
23- Aquaphobie
23- Circuit training
23- Entraînement
adultes
23- Matinée familiale

23- Mini-plouf
23- Nage avec palmes
23- Natation
23- Nat'Loisir
23- Natation sportive
23- Natation
Artistique
24- Perfectionnement
adultes
24- Plongée
24- Sauna
24- Squash

**Si votre association organise
des activités sur PJ2S et que
vous désirez être inclus dans
le guide, ou si des ajustements
sont nécessaires, veuillez entrer
en contact avec le service
communication à l'adresse
communication@pj2s.fr**



#PJ2S



pj2s.fr