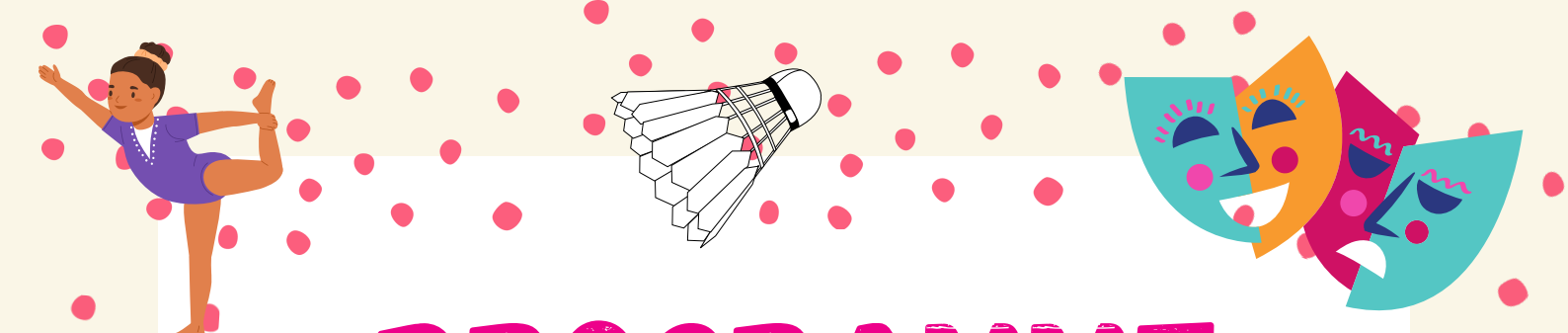




PROGRAMME DES ACTIVITÉS 2025-2026



Ne ratez pas la 2e session d'inscriptions
aux activités Enfants et Adultes de l'ALNJ !

RDV samedi 6 septembre de 10h à 12h30
au gymnase de l'école Nové-Josserand
(entrée par la rue Prof. Paul Sisley)

Premiers arrivés, premiers servis !

Vous souhaitez en savoir plus sur l'ALNJ ?

Rendez-vous le 16 septembre 20h30
pour la réunion de rentrée !



Retrouvez les modalités d'inscriptions,
les places disponibles et nos actus
sur notre site **ALNJ.fr**

ACTIVITÉS ENFANTS



MULTI-ACTIVITÉS		Découverte et perfectionnement de 3 activités : gymnastique, athlétisme et jeux collectifs	
Horaires	CP / CE1 : Mercredi 15h - 16h (COMPLET)	Professeur	Béatrice LÉONFORTE
	CM1 / CM2 : Mercredi 16h - 17h (COMPLET)	Lieu	Gymnase de l'école élémentaire
	CE1 / CE2 : Mercredi 17h - 18h (COMPLET)	Tarifs	130€* (+15€ d'adhésion)
SPORTS COLLECTIFS		Pratique de différents sports collectifs : volley, handball, basket...	
Horaires	CM1 / CM2 : Mercredi 14h - 15h	Professeur	Béatrice LÉONFORTE
		Lieu	Gymnase de l'école élémentaire
		Tarifs	130€* (+15€ d'adhésion)
GYMNASTIQUE DÉCOUVERTE		Exercices ludiques pour développer l'équilibre, la coordination, l'agilité, la souplesse et la motricité	
Horaires	MS / GS : Mercredi 15h - 16h (COMPLET)	Professeur	Elvina DANG
	PS / MS : Mercredi 16h - 17h (COMPLET)	Lieu	Gymnase de l'école maternelle
		Tarifs	130€* (+15€ d'adhésion)
GYMNASTIQUE		Pratique des différentes activités : trampoline, barres parallèles, barres asymétriques, sol...	
Horaires	CM1 / CM2 : Mardi 18h - 19h	Professeur	Béatrice LÉONFORTE
		Lieu	Gymnase de l'école élémentaire
		Tarifs	130€* (+15€ d'adhésion)
DANSE CONTEMPORAINE		Eveil corporel dansé pour stimuler la créativité et faciliter l'expression corporelle	
Horaires	MS / GS : Mercredi 15h - 16h (COMPLET)	Professeur	Jessica BEL
		Lieu	Salle de danse de l'école maternelle
		Tarifs	130€* (+15€ d'adhésion)
DANSE MODERN-JAZZ		Un peu de technique, beaucoup de ludique, sur des musiques dynamiques et actuelles	
Horaires	CP / CE1 : Mercredi 14h - 15h	Professeur	Jessica BEL
	CE2 / CM1 / CM2 : Mardi 18h - 19h	Lieu	Salle de danse ou Salle C12
		Tarifs	130€* (+15€ d'adhésion)
DANSE CLASSIQUE		Apprentissage de la danse classique, entre techniques et plaisir	
Horaires	CP / CE1 : Mardi 16h45 - 18h	Professeur	Jessica BEL
	CE2/CM1/CM2 : Vend. 16h45 - 18h (COMPLET)	Lieu	Salle C12 de l'école élémentaire
	(Goûter à fournir)	Tarifs	130€* (+15€ d'adhésion)
DANSE HIP-HOP		Apprentissage de la danse hip-hop, entre techniques et plaisir	
Horaires	CP / CE1 / CE2 : Mercredi 16h - 17h	Professeur	Timothy DODSON
	CE2 / CM1 / CM2 : Mercredi 17h - 18h	Lieu	Salle de danse de l'école maternelle
		Tarifs	130€* (+15€ d'adhésion)

ÉVEIL MUSICAL		Approche vivante de la musique grâce à une méthode ludique : rythme, percussions, chants	
Horaires	PS / MS : Mercredi 16h - 17h (COMPLET)	Professeur	Léo GUYARD
	GS / CP : Mercredi 14h - 15h	Lieu	Salle de garderie de l'école maternelle
		Tarifs	130€* (+15€ d'adhésion)
GUITARE		Découverte et perfectionnement de la guitare (guitare non fournie)	
Horaires	Débutants : Mercredi 15h - 16h	Professeur	Léo GUYARD
	Confirmés : Mercredi 17h - 18h (1 an de pratique minimum)	Lieu	Salle de garderie de l'école maternelle
		Tarifs	130€* (+15€ d'adhésion)
THÉÂTRE		Exercices et histoires pour développer la connaissance et la confiance de soi, et préparation d'un spectacle	
Horaires	CP / CE1 : Mercredi 14h - 15h	Professeur	Ariel EZRA
	CE2 / CM1 : Mercredi 15h - 16h	Lieu	Salle de musique ou Salle C12 (jeudi)
	CM1 / CM2 : Jeudi 16h45 - 18h (Goûter à fournir)	Tarifs	130€* (+15€ d'adhésion)
THÉÂTRE D'IMPROVISATION		Exercices, impros et histoires pour développer la connaissance et la confiance de soi	
Horaires	CE1 / CE2 / CM1 / CM2 : Lundi 16h45 - 18h (Goûter à fournir) (COMPLET)	Professeur	Ariel EZRA
		Lieu	Salle C12 de l'école élémentaire
		Tarifs	130€* (+15€ d'adhésion)
DESSIN / ARTS PLASTIQUES		Chacun a ses raisons d'apprendre à dessiner et les techniques s'ajusteront aux enfants	
Horaires	CP / CE1 / CE2 : Mercredi 16h - 17h	Professeur	Clara PERRIN
	CE2 / CM1 / CM2 : Mercredi 15h - 16h	Lieu	Salle informatique de l'école élémentaire
		Tarifs	130€* (+15€ d'adhésion)
ÉCHECS		Apprentissage ou perfectionnement des échecs pour améliorer sa technique, sa concentration et sa mémoire	
Horaires	Tous niveaux : Mercredi 14h - 15h	Professeur	Nicolas DUMANOIR
		Lieu	Salle C12
		Tarifs	130€* (+15€ d'adhésion)

*Le tarif de chaque activité est majoré de 15€ pour les personnes extérieures au groupe scolaire Nové-Josserand.



Les enfants montent sur scène !

Un spectacle de fin d'année sera organisé avec les enfants des activités Théâtre, Danse classique, Danse modern-jazz, Danse Hip-Hop et Guitare (groupes du CP au CM2). Plus d'informations sur notre site, rubrique Événements.

ACTIVITÉS ADULTES

GYMNASTIQUE		Deux activités (cardio et renforcement musculaire), au choix ou à combiner	
Horaires	Mardi 19h - 20h (renfo dynamique)	Professeur	Géraldine LEPETIT / Dinara LAWSON (jeudi)
	Mardi 20h - 21h (renfo)	Lieu	Gymnase de l'école élémentaire
	Jeudi 19h - 20h (renfo)	Tarifs	140€* (+15€ d'adhésion)
STRETCHING		Gagnez en souplesse et en bien-être avec des exercices d'étirement et de respiration	
Horaires	Mardi 19h - 20h (COMPLET)	Professeur	Jessica BEL
		Lieu	Salle de danse de l'école maternelle
		Tarifs	140€* (+15€ d'adhésion)
YOGA		Découverte du Yoga Vinyasa avec postures, souffle et méditation pour une meilleure santé	
Horaires	Mardi 20h - 21h	Professeur	Laura GRODWOHL / Marion DANELUZZI
	Jeudi 19h - 20h (COMPLET)	Lieu	Salle de danse de l'école maternelle
	Jeudi 20h - 21h (COMPLET)	Tarifs	140€* (+15€ d'adhésion)
PILATES		Renforcer ses muscles, améliorer sa posture, développer sa coordination et sa concentration	
Horaires	Lundi 19h - 20h (COMPLET)	Professeur	Béatrice LÉONFORTE / Ludivine MILLIER
	Lundi 20h - 21h (COMPLET)	Lieu	Salle de danse de l'école maternelle
	Mercredi 19h - 20h (COMPLET)	Tarifs	140€* (+15€ d'adhésion)
	Mercredi 20h - 21h (COMPLET)		
	Vendredi 19h - 20h (COMPLET)		
ZUMBA		Combinaison du plaisir de danser aux bienfaits d'une séance de cardio	
Horaires	Lundi 19h - 20h	Professeur	Charlène RISSOAN
		Lieu	Gymnase de l'école élémentaire
		Tarifs	140€* (+15€ d'adhésion)
BOXE		Pour se défouler et renforcer son corps, dans un esprit ludique et bon enfant	
Horaires	Lundi 20h - 21h	Professeur	Santo CANNAVO
		Lieu	Gymnase de l'école élémentaire
		Tarifs	140€* (+15€ d'adhésion)
BADMINTON		Entraînements et match pour le plaisir ! Raquettes, volants et chaussures à prévoir	
Horaires	Mardi 20h - 21h (COMPLET)	Professeur	Activité autogérée
	Mercredi 19h - 20h (COMPLET)	Lieu	Gymnase de l'école Montbrillant
		Tarifs	70€* (+15€ d'adhésion)
BASKET		Entraînements et match pour le plaisir ! Chaussures adaptées à prévoir	
Horaires	Mercredi 20h - 21h	Professeur	Activité autogérée
		Lieu	Gymnase de l'école Montbrillant
		Tarifs	70€* (+15€ d'adhésion)
FUTSAL		Entraînements et match pour le plaisir ! Chaussures adaptées à prévoir	
Horaires	Jeudi 21h30 - 22h30 (COMPLET)	Professeur	Activité autogérée
		Lieu	Gymnase de la SEPR
		Tarifs	100€* (+15€ d'adhésion)

*Le tarif de chaque activité est majoré de 15€ pour les personnes extérieures au groupe scolaire Nové-Josserand.