



Les enfants ont besoin de vous !

L'ALNJ est une association gérée par des parents bénévoles.

Venez nous rejoindre et participer à la vie de l'école !

Réunion avec élection du bureau le **20 septembre 2022**

contact@alnj.fr

Pour les personnes du groupe scolaire Nové Josserand

Inscriptions : **samedi 3 septembre de 10h00 - 12h30** au gymnase de l'école primaire

Pour tous

Inscriptions : **samedi 3 septembre de 14h - 16h30** au gymnase de l'école primaire

samedi 17 septembre de 10h00 - 12h30 au gymnase de l'école primaire

Règlement par chèque (à privilégier) ou par espèces.

Les conditions générales d'inscription et d'adhésion peuvent être consultées sur notre site www.alnj.fr ou obtenues sur simple demande à l'adresse inscription@alnj.fr

Aucun remboursement ne sera fait après l'inscription

L'ALNJ n'assure pas les trajets des enfants

DEBUT des cours le 26 septembre 2022

ACTIVITES ENFANTS 2022 / 2023

MULTI-ACTIVITES / Béatrice Léonforte		130€* (+15€ adhésion)	
<i>Découverte et perfectionnement de 3 activités : gymnastique, athlétisme et jeux collectifs.</i>			
Gymnase de l'école élémentaire			
CE1 / CE2 :	Lundi 17h30 - 18h30	CP / CE1 :	Mercredi 15h00 - 16h00
CE2 / CM1 :	Jeudi 17h30 - 18h30	GS / CP :	Mercredi 16h00 - 17h00
CM1 / CM2 :	Vendredi 17h30 - 18h30		

GYMNASTIQUE / Béatrice Léonforte		130€* (+15€ adhésion)	
<i>Pratique des différentes activités : trampoline, barres parallèles, barres asymétriques, sol ..</i>			
Gymnase de l'école élémentaire			
CM1 / CM2 :	Mardi 17h30 - 18h30	CE1 / CE2 :	Mercredi 17h00 - 18h00

SPORTS COLLECTIFS / Béatrice Léonforte		130€* (+15€ adhésion)	
<i>Pratique de différents sports collectifs (volley, handball, basket ...).</i>			
Gymnase de l'école élémentaire			
CM1 / CM2 :	Mercredi 14h00 - 15h00		

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

FUTSAL / Jordan Ba (minimum 7 inscrits) 130€* (+15€ adhésion)	
<i>Pratique de Foot en salle, chaussures adaptées à prévoir</i>	
Gymnase Montbrillant	
CE2 / CM1 / CM2 : Mardi 17h30 - 18h30- à confirmer	CP / CE1/CE2 Mercredi 13h30 - 14h30 CE2 / CM1 / CM2 : Mercredi 14h30 - 15h30

DANSE CONTEMPORAINE / Louise Rouanet 130€* (+15€ adhésion)	
<i>A partir de situations ludiques et variées, la créativité de l'enfant sera stimulée afin de faciliter son expression corporelle.</i>	
Salle de danse de l'école maternelle	
MS : Mercredi 15h00 - 16h00	GS : Mercredi 16h00 - 17h00

DANSE MODERN JAZZ / Louise Rouanet 130€* (+15€ adhésion)	
<i>un peu de technique, beaucoup de ludique, sur des musiques dynamiques et actuelles.</i>	
Salle de danse de l'école maternelle	Salle de danse de l'école maternelle
CE2 / CM1 / CM2 : Mardi 17h30 - 18h30	CP / CE1 : Mercredi 14h00 - 15h00

DANSE CLASSIQUE / Louise Rouanet 130€* (+15€ adhésion)	
<i>Apprentissage de la danse classique : techniques et plaisir.</i>	
Salle de danse de l'école maternelle	
CP / CE1 : Lundi 17h30 - 18h30	CE2 / CM1 / CM2 : Vendredi 17h30 - 18h30

EVEIL MUSICAL / Luke Rivet 130€* (+15€ adhésion)	
<i>Approche vivante de la musique et des sons grâce à une méthode ludique : rythme, percussions, chants.</i>	
Salle de garderie de l'école maternelle	
GS / CP : Mercredi 15h00 - 16h00	PS / MS : Mercredi 16h00 - 17h00

GUITARE / Luke Rivet (minimum 4 inscrits) 130€* (+15€ adhésion)	
<i>Apprentissage et découverte (guitare non fournie) groupes de 6 maximum pour les enfants du CE1 au CM2</i>	
Salle de garderie de l'école maternelle	Salle de musique de l'école élémentaire
Débutants : Mercredi 14h00 - 15h00	Confirmés : Mardi 17h30 - 18h30 <small>1 an de pratique</small>

GYM DECOUVERTE / En cours de recrutement 130€* (+15€ adhésion)	
<i>Exercices ludiques pour développer l'équilibre, la coordination, l'agilité, la souplesse, la motricité.</i>	
Gymnase de l'école maternelle	
PS / MS : Mercredi 15h00 - 16h00	MS / GS : Mercredi 16h00 - 17h00

THEATRE / Ariel Ezra 130€* (+15€ adhésion)	
<i>Exercices, improvisations et histoires (inventés ensemble) pour développer la connaissance de soi.</i>	
Salle de musique de l'école élémentaire	
CM2 : Lundi 17h30 - 18h30	MS / GS : Mercredi 15h00 - 16h00
CP / CE1 : Mercredi 14h00 - 15h00	CE2 / CM1 : Mercredi 16h00 - 17h00

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

ANGLAIS / Paola Berrod		130€* (+15€ adhésion)	
<i>Jouer, chanter, s'amuser en découvrant l'anglais.</i>			
Salle de classe de l'école élémentaire			
CE1 / CE2 :	Mercredi 14h00 - 15h00	CM1 / CM2 :	Mercredi 15h00 - 16h00

DESSIN ARTS PLASTIQUES / Véronica Della Scala		130€* (+15€ adhésion)	
<i>Chacun à ses raisons d'apprendre à dessiner et les techniques s'ajusteront aux enfants</i>			
Salle informatique de l'école élémentaire			
CP / CE1 :	Mercredi 16h00 - 17h00	CE2 / CM1 / CM2 :	Mercredi 17h00 - 18h00

YOGA / Caroline Vialletelle		130€* (+15€ adhésion)	
<i>Découverte du yoga au travers d'une approche ludique et créative.</i>			
Salle de danse de l'école maternelle			
GS / CP :	Jeudi : 17h30 - 18h30		

YOGA :

Permettre à nos enfants de découvrir la pratique du yoga dès leur plus jeune âge encourage l'estime de soi et la conscience du corps avec une activité physique qui s'inscrit en dehors de toute compétition. Au travers d'une approche ludique et créative, les enfants prennent aussi conscience de leurs émotions et développent leur attention. Chaque séance se termine par une histoire relaxante qui les invite à la détente et à l'éveil de l'imaginaire.

DESSIN :

Approche de l'art de façon ludique. Découverte du dessin au crayon et de la couleur. Expérimentation de la matière avec du pliage et du collage. Apprendre à raconter des histoires en image. Du matériel type feuille de dessin, crayon à papier, crayons de couleurs, feutres, pinceaux et gouaches pourra être demandé aux enfants.

DANSE CONTEMPORAINE :

Eveil corporel dansé qui permet à l'enfant de découvrir son corps et de mieux coordonner ses mouvements. Il développe ses capacités physiques, sa concentration, ses postures, son équilibre et sa souplesse.

ROLLER :

L'activité ROLLER est prévue au printemps avec des inscriptions en janvier 2023

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

ACTIVITES ADULTES 2022 / 2023

GYMNASTIQUE / Géraldine Lepetit		130€* (+15€ adhésion)
<i>Deux sortes de gym que l'on peut cumuler !</i>		
Gymnase de l'école élémentaire		
Mardi : 19h00 - 20h00	Step cardio et body sculpt	
Mardi : 20h00 - 21h00	Renforcement musculaire, CAF	
Jeudi : 19h00 - 20h00	Renforcement musculaire, CAF	

BADMINTON / Activité autogérée		60€* (+15€ adhésion)
<i>Juste pour se retrouver et échanger quelques volants! Raquettes et volants non fournis et chaussures adaptées à prévoir.</i>		
Gymnase de l'école élémentaire	Gymnase de Montbrillant	
Lundi : 20h00 - 21h00	Mercredi : 19h00 - 20h00	

FUTSAL / Activité autogérée		60€* (+15€ adhésion)
<i>Juste pour se retrouver et shooter, chaussures adaptées à prévoir !</i>		
Gymnase de Montbrillant		
Mardi : 20h00 - 21h00 - à confirmer	Mercredi : 20h00 - 21h00	

STRETCHING / Louise Rouanet		130€* (+15€ adhésion)
<i>Gagnez en souplesse et en bien-être.</i>		
Salle de danse de l'école maternelle		
Mardi : 19h00 - 20h00		

YOGA / Caroline Vialletelle		130€* (+15€ adhésion)
<i>Venez expérimenter le Hatha Yoga.</i>		
Salle de danse de l'école maternelle		
Jeudi : 19h00 - 20h00	Jeudi : 20h00 - 21h00	

PILATES / Béatrice Léonforte et Géraldine Lepetit le jeudi		130€* (+15€ adhésion)
<i>Allonger ses muscles et les renforcer, améliorer sa posture, développer sa coordination et sa concentration.</i>		
Salle de danse de l'école maternelle	Gymnase de l'école élémentaire	
Lundi : 19h00 - 20h00	Jeudi : 20h00 - 21h00	
Lundi : 20h00 - 21h00		
Mercredi : 19h00 - 20h00		

ZUMBA / en cours de recrutement		130€* (+15€ adhésion)
<i>Combiner le plaisir de danser aux bienfaits d'une séance de cardio</i>		
Gymnase de l'école élémentaire		
Lundi : 19h00 - 20h00		

ZUMBA :

Danser sur des airs latinos tout en travaillant sa silhouette, son physique et son cœur : c'est ce que propose la Zumba, une méthode d'entraînement aérobic amusante et motivante ! Facile à pratiquer, utile pour décompresser, la zumba constitue un excellent entraînement cardiovasculaire et tonifie l'ensemble des muscles du corps.

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