

## Renseignements et inscriptions

### FORUM DES ASSOCIATIONS

Samedi 7 septembre - 8h à 14h

Bri'Sports - Rue Paul Bovier Lapierre - 69530 Brignais  
<http://www.evbrignais.com> [infos@evbrignais.com](mailto:infos@evbrignais.com)



Scan me

Laissez-vous porter par votre esprit sportif, culturel, associatif et rejoignez nos partenaires qui nous font confiance.

Votre contact: Ludovic MAZAUD ☎ 06 14 62 85 54 @ sponsor@evbrignais.com



Le don par des particuliers ou des entreprises à des associations caritatives, humanitaires est bien connu. Mais savez-vous qu'il est également possible de donner aux associations alliant sport, santé et culture, reconnues d'intérêt général comme l'Espérance et Vaillantes. Que votre don soit en Nature ( services, terrains, immobilier, savoir faire) ou en euros, votre aide nous est précieuse!

Engagez vous avec nous par votre don en le défiscalisant à hauteur de 66%.

Bordereau de don à retourner à l'adresse: 2-4 Avenue de Verdun 69530 Brignais

Raison sociale:.....

Nom:..... Prénom:.....

Adresse mail:.....

Adresse:.....

Ville:..... Code postal:.....

Je vous adresse un don d'un montant de .....€

Vous recevrez un reçu fiscal obligatoirement lié aux coordonnées du chèque  
Toute l'Espérance et Vaillantes de Brignais vous remercie pour votre engagement à nos cotés.

Signature:

## Espérance et Vaillantes de BRIGNAIS

Un siècle au service du sport  
et de la culture



Maison Paroissiale  
2-4, Avenue de Verdun  
69530 BRIGNAIS  
[infos@evbrignais.com](mailto:infos@evbrignais.com)  
09 72 48 47 64

## Saison 2019/2020

### AtoutForm' / Form'+ / Danse Form'

Activité s'adressant à un public en situation de handicap, âgé, atteint de maladie chronique ou d'un cancer, à des fins de prévention de la récurrence, de poursuite des bénéfices de la rééducation et la réadaptation, de réinsertion, d'éducation et/ou de participation sociale. Objectif atteint grâce à la pratique d'activités physiques pluridisciplinaires et variées (travail d'endurance, de renforcement musculaire, d'équilibre, de coordination...) encadrée par un professionnel spécifiquement formé en APA.  
Séances d'une heure les jeudis à 13h30 et à 14h30 au Briscope (Salle de Danse)

**Nouveau :** « Danse Form'+ » destiné à des femmes en reprise d'activités suite à un cancer, afin de reprendre possession de son corps au travers d'une discipline permettant d'acquiescer de la confiance en soi et de partager d'agréables instants, tout en pratiquant une activité physique adaptée, encadrée par un professionnel spécifiquement formé.

Séances d'une heure les jeudis de 19h30 à 20h30 au Briscope (Salle de Danse)

Pour plus de renseignements:

Véronique PINEL ☎ 06 63 82 50 66 @apa@evbrignais.com



### Gym Form' Détente

Une Gym d'entretien pour tous en accord avec son corps afin de retrouver de bonnes habitudes et attitudes corporelles.  
Pour votre confort, chaussettes antiglissées indispensables

Horaires et lieux:

Mardi de 16h à 17h Bri'Sports / Dojo

Mercredi de 20h à 21h30 Complexe Minsieux

Vendredi de 10h45 à 11h45 Bri'Sports / Dojo

Ghislaine EUDES

☎ 06 13 71 71 48

@gymdetente@evbrignais.com



### Pilates

Méthode douce de gym d'entretien visant à renforcer les muscles profonds. Développe force et souplesse du corps tout en améliorant la posture et en développant la capacité respiratoire.

Horaires et lieux: Dojo du Bri'Sports

Mercredi 12h20 à 13h20

Jeudi 12h30 à 13h30

Vendredi de 12h à 13h

Véronique RAMONET

☎ 07 86 52 24 80

@pilates@evbrignais.com



### Marche Nordique

Activité de plein air pratiquée en groupe sollicitant les chaînes musculaires de l'ensemble du corps. Ce sport santé nous vient de Finlande.

Le rendez-vous sera donné au complexe Minssieux pour 1h30 de marche avec un animateur les Lundi après-midi, Mercredi après-midi et Samedi matin  
Toutes les 2 semaines, entraînement pour les débutants de 1h30 le samedi matin

Plus de renseignements:

Véronique RAMONET

☎ 07 86 52 24 80

@marche@evbrignais.com



### Aqua-Gym

Pratique de la gym aquatique sous la direction d'un maître nageur diplômé.

Horaires et lieux:

Lundi 9h à 10h

Mercredi de 20 à 21h

Vendredi de 9h à 10h

Toutes les séances ont lieu au nouveau centre aquatique Aqua-Garon

Marinette BRET

☎ 04 78 05 46 18

@aquagym@evbrignais.com



## Eveil de l'enfant "Les ouistitis"

Donne la possibilité aux enfants de 2 à 7 ans de s'exprimer avec leur corps et d'aider à la coordination.

### Horaires et Lieux :

Toutes les séances sont au complexe Minssieux, Salle Polyvalente

2 ans: mercredi 9h45-10h45 samedi 9h-10h  
3 ans: mercredi 11h-12h samedi 10h10-11h10  
3-4 ans: mercredi 16h15-17h15  
5 ans: mercredi 15h-16h  
4-5 ans: samedi 11h20-12h20  
6-7 ans: mercredi 13h45-14h45

Jaqueline VIRET ☎ 06 12 11 46 76 @ouistitis@evbrignais.com



## Gymnastique Artistique

Initiation et perfectionnement à la Gymnastique Artistique ayant pour objectif de participer aux compétitions individuelles et/ou par équipe départementales, régionales et nationales.

Horaires et lieux: Tous les entraînements ont lieu dans la salle spécialisée au Bri'Sports  
Groupe mixte « mini-poussins » (né en 2014/2015) le mercredi de 15h45 à 17h

### Gym Masculine:

Poussins (de 6 à 8 ans):

Mercredi (17h à 19h)  
Samedi (9h à 11h)

Pupilles (de 9 à 14 ans):

Mercredi (18h30 à 20h30)  
Samedi (10h30 à 12h30)

Groupe perfectionnement:

Mercredi (18h - 20h30)  
Jeudi (18h30 à 20h30)  
Samedi (16h à 18h)

Adultes (15 ans et +):

Mercredi (19h30 - 22h)  
Vendredi (19h30 à 22h)  
Samedi (16h à 18h)

Olivier VERNET

☎ 06 65 90 16 77

@gam@evbrignais.com



### Gym Féminine:

Poussines (de 6 à 10 ans)

- Débutantes mardi 17h30 à 19h30 ou mercredi 9h45 à 11h45  
- Confirmées mardi et vendredi de 17h30 à 19h30

Jeunesses (de 10 à 14 ans):

- débutantes: mercredi de 13h30 à 15h30  
- intermédiaires: lundi 17h30 à 19h30 et vendredi 18h30 à 20h30  
- confirmées: lundi et jeudi de 17h30 à 20h00

Aînées (14 ans et +): Mardi 19h30 à 21h30 et jeudi de 20h à 22h

Mélanie MAZAUD

☎ 06 07 82 37 38

@gym\_fem@evbrignais.com



## Tennis de table

Initiation et perfectionnement au tennis de table assurant le maintien et la progression des pongistes en loisir et en compétition au niveau départemental, régional et national.  
Tout les cours sont assurés par un entraîneur diplômé d'état : Romain Lamure

### Horaires et lieu :

#### Groupes Jeunes Compétitions:

Enfants 7/11 ans: Mardi de 17h à 18h15 et Jeudi de 17h à 18h15  
Adolescents: Mardi de 18h30 à 20h30 et Jeudi de 18h30 à 20h

#### Groupes Jeunes Loisirs:

Enfants 7/11 ans: Jeudi de 17h à 18h15  
Adolescents: Jeudi de 18h30 à 20h

#### Adultes

Mardi de 20h à 22h (compétition)  
Jeudi de 20h à 22h (initiation)

Tous les lundis de 18h à 20h en jeu-libre

Tous les entraînements sont au Complexe Minssieux

Véronique PINEL

☎ 06 63 82 50 66 @tennisdetable@evbrignais.com



## Badminton

Initiation et activité détente encadrées par un entraîneur diplômé

Horaires (Tous les entraînements ont lieu au Complexe Minssieux)

#### Jeunes:

8 - 13 ans: Jeudi 17h - 18h30  
14 - 18 ans: Jeudi 18h30 - 20h

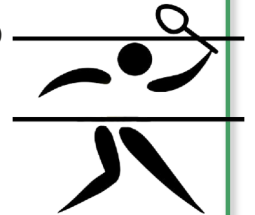
#### Adultes:

Mercredi 20h à 22h / Vendredi 20h à 22h

Eric DEMONT

☎ 06 22 07 39 83

@badminton@evbrignais.com



## Gymnastique Rythmique et Sportive

Association de la grâce, du rythme et de la souplesse, ce sport associe la danse et la gymnastique avec engins lors de compétitions au niveau départemental, régional et national.

### Horaires:

Tous les entraînements ont lieu dans la salle de sports collectifs du Bri'Sports

Mercredi et Vendredi : 18h- 20h Groupes jeunesses (de 10 à 14 ans)  
Mercredi et Vendredi : 20h- 22h Groupes aînées (+ de 14 ans)

Samedi : 10h - 12h : Poussines 8-9 ans

Samedi : 9h - 10h30 : Poussines 6-7 ans

Aurélie Saignol

☎ 06 11 37 12 90

@grs@evbrignais.com



## Tir à l'Arc

Ce sport développe précision et concentration et se pratique en intérieur et/ou extérieur en loisir et en compétition jusqu'au niveau Européen ( 1 Equipe Féminine et 1 Masculine en Division 1)

### Horaires:

Lundi - de 18h30 à 20h (jeunes)

- de 20h à 22h (Adultes)

Jeudi de 18h à 22h

Tir à l'arc extérieur : accès permanent

Nathalie PETIT

☎ 06 70 34 24 46

@tiralarc@evbrignais.com



## Danse

Section au service de l'Art offrant un merveilleux moyen d'expression -A partir de 4 ans, filles et garçons, quelque soit leur niveau, peuvent découvrir les plaisirs de la danse classique et de la danse jazz.  
Là où ne suffisent plus les mots surgit la danse.

### Horaires et Lieux :

Briscope

Lundi et vendredi à partir de 17h15

Mercredi à partir de 14h

Anne Marie DUCARRE

☎ 04 72 31 01 66

@danse@evbrignais.com

