

# Contacts

## Amicale Laïque de Bron

Association créée en 1906

Composée de 500 licenciés

**Siège** : Maison des Sociétés, square Grimma – Boîte 22  
69500 BRON

**E-mail** : [secretariatlb@free.fr](mailto:secretariatlb@free.fr)

**Page web** : <http://albrongymtrampo.canalblog.com/>

Présidente	Simone DUTEL
Vice-présidente	Christiane DURAND
Trésorier	Philippe VIGNOLI
Secrétaire	Christian MICHON

## Responsables d'activités

Trampoline	Léo LENZI
Gymnastique Artistique	Pascale LECUYER
Gymnastique Rythmique et Sportive	Béatrice CHABERT
Gym.Adultes / Pilates-Stretching	Hubert PALANCHON
Yoga	Simone DUTEL
Cyclotourisme	Philippe VIGNOLI
Danse	Simone DUTEL
Musique	Florence THOMAS



# Amicale Laïque de Bron



Saison 2018 – 2019

## Multi-activités

- ★ Gymnastique Artistique
- ★ Trampoline
- ★ Gymnastique Rythmique et Sportive
- ★ Gymnastique Adulte - Pilates
- ★ Yoga
- ★ Cyclotourisme
- ★ Musique
- ★ Danse Classique et Moderne

# Gymnastique

Pour tous les âges et tous les niveaux de pratique

*Gymnastique de loisir et de compétition*

*1 à 3 entraînements par semaine selon niveau*

Bébés gym : dès 12 mois + 1 parent

Gymnastique loisir : à partir de 3 ans par groupe d'âge et de niveau

Gymnastique compétition : dès 6 ans

## Le lieu d'entraînement

*Gymnase spécialisé Jean Moulin  
20 rue Youri Gagarine  
69500 Bron*



Le gymnase est équipé de la totalité des agrès. La sécurité de nos gymnastes étant une priorité, chaque agrès est entouré de tapis de sécurité permanent.

## Inscriptions et tarifs annuels

Inscriptions ouvertes au gymnase jusqu'au 17 septembre 2018.

Formule	Prix
Bébés gym 1h par semaine	110€
1 entraînement de 2h par semaine	165€
Autres tarifs pour 2 à 3 cours par semaine	

## Vos contacts

Pascale LECUYER : 06.89.15.55.57

Simone DUTEL : 04.72.37.16.92

[albrongymtrampo@free.fr](mailto:albrongymtrampo@free.fr)



# Danse classique et Modern'Jazz

Pour tous les âges et tous les niveaux de pratique

Danse classique : initiation dès 4 ans

Modern'Jazz : dès 7 ans

## Le lieu d'entraînement

*Salle Michel Lacroix  
Centre nautique de Bron*



## Reprise des cours

Les cours de Modern'Jazz et de Danse Classique reprendront le mercredi 12 septembre 2018

## Inscriptions et tarifs annuels

Inscriptions le lundi 10 septembre 2018 de 16h à 18h

Formule	Prix
1h00	215€
1h30	250€

## Vos contacts

Simone DUTEL : 04.72.37.16.92



# Trampoline

Pour tous les âges et tous les niveaux de pratique

*Trampoline de loisir et de compétition*

*1 à 3 entraînements par semaine selon niveau*

Trampoline loisir : à partir de 6 ans par groupe d'âge et de niveau

Trampoline compétition : dès 7 ans

## Le lieu d'entraînement

*Gymnase spécialisé Jean Moulin  
20 rue Youri Gagarine  
69500 Bron*



Le gymnase est équipé de trois trampolines de compétition ainsi que de tous les équipements de sécurité associés. Une fosse de réception est également disponible.

## Inscriptions et tarifs annuels

Inscriptions dès le lundi 3 septembre 2018 de 17h à 19h

Formule	Prix
Loisir	135€ - 165€
Compétition	250€ - 340€

## Vos contacts

Léo LENZI : 06.45.84.65.84

[albrongymtrampo@free.fr](mailto:albrongymtrampo@free.fr)

# Gymnastique Rythmique et Sportive

Pour tous les âges et tous les niveaux de pratique

GRS loisir : initiation à partir de 5 ans

GRS compétition : dès 8 ans dans la fédération UFOLEP

## Le lieu d'entraînement



Halle des sports Marcel Sultana  
59 avenue François Mitterrand  
69500 Bron



## Inscriptions et tarifs annuels

Lundi 3 septembre, mercredi 5 septembre, lundi 10 septembre  
2018 de 18h à 19h30 à la Halle des sports.

Formule	Prix
1 entraînement de 1h30 par semaine	150€
1 entraînement de 2h par semaine	200€
Autres tarifs pour plus de 2h par semaine	

## Votre contact

Béatrice CHABERT : 06.62.45.00.47

# Musique



Solfège, guitare, orgue, accordéon et piano

Enfants et adultes



## Lieu des cours

Espace Vivaldi  
Place Gaillard Romanet  
Près du centre nautique de Bron

Tous les mardis de 16h30 à 21h30.

## Reprise des cours

Reprise des cours le mardi 18 septembre 2018.



## Inscriptions et tarif

Le mardi 11 septembre 2018 de 17h à 20h.

Toute l'année dans la limite des places disponibles.

Formule	Prix
1 heure par semaine	120€ / trimestre

## Vos contacts

Florence THOMAS : [florence.coiffure143@gmail.com](mailto:florence.coiffure143@gmail.com)

Isabelle GAGNEPAIN : 06.80.44.09.12

[musicabelle@orange.fr](mailto:musicabelle@orange.fr)



# Cyclotourisme

Vous aimez le vélo ? Venez rouler avec nous !

*Sorties découvertes, familiales  
Possibilité de participer aux rallyes*



## Réunions

Une réunion a lieu chaque premier vendredi du mois à 20h30

*Halle des sports Marcel Sultana  
59 avenue François Mitterrand  
69500 Bron*

## Inscriptions et tarif annuel

*Inscriptions ouvertes toute l'année  
Licence avec assurance : 60€  
Assurance complémentaire facultative*

## Vos contacts

Philippe VIGNOLI : 06.62.36.62.15  
[Vignoli.philippe@orange.fr](mailto:Vignoli.philippe@orange.fr)  
[Bron-cyclo@laposte.net](mailto:Bron-cyclo@laposte.net)



# Gym d'entretien adulte

Gardez la forme avec la gym d'entretien

*Des mouvements adaptés et variés pour tous les niveaux.  
Une très bonne ambiance musicale dans la bonne humeur.*

## Les lieux d'entraînement

**Lundi : 17h30 à 18h45 et 18h45 à 20h**  
*Gymnase Tola Vologe  
67 rue Christian Lacouture  
69500 Bron*

**Jeudi : 19h30 – 20h45**  
*Gymnase Alsace Lorraine  
69500 Bron*



## Inscriptions et tarifs annuels

*A partir du lundi 3 septembre et jeudi 6 septembre 2018*

Formule	Prix
1 cours par semaine	110€
2 cours par semaine	160€

## Vos contacts

Hubert PALANCHON : 04.78.41.08.35  
[h.palanchon@orange.fr](mailto:h.palanchon@orange.fr)  
Gérard NALLET : 04.78.41.09.41  
[nalletig@gmail.com](mailto:nalletig@gmail.com)

# Yoga

Détendez-vous avec nos cours de yoga...

## Le lieu d'entraînement

Gymnase Alsace Lorraine  
11 rue 11 Novembre 1918  
69500 Bron

**Mercredi** : 19h15 à 20h30  
**Vendredi** : 18h30 à 19h45



## Inscription et tarifs annuels

Inscription et début des entraînements à partir du mercredi 12 septembre 2018

Formule	Prix
1 cours par semaine	130€
2 cours par semaine	160€

## Vos contacts

Simone DUTEL : 04.72.37.16.92  
Patrick MICHALLAT : [pmichallat@free.fr](mailto:pmichallat@free.fr)



# Pilates - Stretching

*La méthode Pilates est pratiquée au tapis avec ou sans accessoires ou à l'aide d'appareils. Elle a pour objectif le développement des muscles profonds, l'amélioration de la posture, l'équilibrage musculaire et articulaire, pour un entretien, une amélioration ou une restauration des fonctions physiques.*

*Le stretching permet de délier les articulations et d'étirer à tour de rôle les différents muscles du corps.*

## Le lieu d'entraînement

Gymnase Tola Vologe  
67 rue Christian Lacouture  
69500 Bron

**Lundi** : 20h15 – 21h15



## Inscriptions et tarif annuel

Inscription et début des entraînements à partir du lundi 3 septembre 2018

1 cours par semaine 110€

## Votre contact

Laetitia PILLON-VECCHIO  
[l.pillon-vecchio@live.fr](mailto:l.pillon-vecchio@live.fr)

