

2023 - 2024

# Planning des activités



ASSOCIATION DE QUARTIERS TAILLIS  
LA GARENNE – BOIS DES GODEAUX  
45 rue Molière – 91330 Yerres  
[www.association-du-taillis.net](http://www.association-du-taillis.net)  
[assotaillis@gmail.com](mailto:assotaillis@gmail.com)  
07 66 41 21 20

# PLANNING DES ACTIVITÉS DE LA SAISON 2023-2024

Sport

Relaxation

Culture - Loisirs

Pour les Enfants

Ces cours ont lieu à la Maison de quartier Janine Guettard – 45 rue Molière - Yerres

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
9h		<b>ANGLAIS ①</b> Confirmés		<b>PILATES ②</b> 9h15 à 10h15 Rachel	<b>PILATES ④</b> 9h à 10h 2 vendredis / mois Rachel	
9h30		9h15 à 10h45	<b>DANSE JAZZ ENFANTS (6-8 ans)</b> 9h30 à 10h30 Rachel			<b>ÉVEIL CORPOREL ATELIER</b> <b>PARENT-ENFANT (18 mois-4 ans)</b> 9h30 à 10h30 1 samedi / mois Rachel
10h		Aimée		<b>SOPHROLOGIE ②</b> 10h30 à 12h Anne	<b>INFORMATIQUE</b> 10h15 à 12h15 2 vendredis / mois Claude	
10h30						<b>YOGA ENFANTS (6-10 ans)</b> 10h45 à 11h45 1 samedi / mois Manuella
11h		<b>ANGLAIS ②</b> Débutants	<b>YOGA ①</b> 10h45 à 12h Manuella			
11h30	<b>STRETCHING ①</b> 11h30 à 12h30 Rachel	11h à 12h30 Aimée				
12h			<b>YOGA ②</b> 12h15 à 13h30 Manuella			
12h30						
13h						
13h30						
14h	<b>COUTURE ①</b> 14h à 17h Du 1 <sup>er</sup> octobre au 31 mars Françoise	<b>COUTURE ②</b> 14h à 17h Saison complète Arminda	<b>GYM DOUCE</b> 14h30 à 15h30 Patricia	<b>AMI CLUB</b> 14h à 17h Scrabble Jeux Liliane	<b>TRICOT-THÉS</b> 14h à 17h Liliane	
14h30						
15h						
15h30						
16h						
16h30						
17h						
17h30			<b>YOGA ③</b> 17h30 à 18h45 Valérie	<b>PILATES ③</b> 18h10 à 19h10 Rachel		
18h	<b>STRETCHING ②</b> 18h15 à 19h15 Pascal	<b>PILATES ①</b> 18h15 à 19h15 Rachel				
18h30						
19h			<b>YOGA ④</b> 19h à 20h15 Valérie	<b>YOGA ⑤</b> 19h15 à 20h30 Valérie	<b>YOGA DU RIRE</b> 10 séances/saison 19h15 à 20h45 Anne	
19h30	<b>STRETCHING POSTURAL® ①</b> 19h30 à 20h30 Pascal	<b>SOPHROLOGIE ①</b> 19h30 à 21h Anne				
20h						
20h30						
20h45						
21h						

Ces cours ont lieu à la Salle polyvalente de l'école du Taillis- 14 rue René Brun - Yerres

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
18h						
18h15		<b>STRETCHING POSTURAL® ②</b> 18h15 à 19h15 Pascal				
18h30						
19h15						
19h30		<b>VITAL GYM</b> 19h15 à 20h15 Pascal				
20h						
20h15						

# TARIFS DES ACTIVITÉS DE LA SAISON 2023-2024

**ADHÉSION : Personne seule : 21 € - Couple ou Famille : 15 € par personne**  
**SI VOUS PARTICIPEZ À PLUSIEURS ACTIVITÉS, NE RÉGLEZ QU'UNE SEULE ADHÉSION.**

<b>SPORT</b>				
Gymnastique douce	Mercredi	14h30 – 15h30	<b>192 €</b>	Patricia – Maison de quartier
Pilates ①	Mardi	18h15 – 19h15	<b>222 €</b>	Rachel – Maison de quartier
Pilates ②	Jeudi	9h15 – 10h15	<b>222 €</b>	Rachel – Maison de quartier
Pilates ③	Jeudi	18h10 – 19h10	<b>222 €</b>	Rachel – Maison de quartier
Pilates ④	Vendredi	9h00 – 10h00	<b>111 €</b>	Rachel – Maison de quartier 2 vendredis par mois
Stretching ①	Lundi	11h30 – 12h30	<b>192 €</b>	Rachel – Maison de quartier
Stretching ②	Lundi	18h15 – 19h15	<b>192 €</b>	Pascal – Maison de quartier
Stretching postural® ①	Lundi	19h30 – 20h30	<b>222 €</b>	Pascal – Maison de quartier
Stretching postural® ②	Mardi	18h15 – 19h15	<b>222 €</b>	Pascal - Salle polyvalente
Vital gym	Mardi	19h15 – 20h15	<b>192 €</b>	Pascal– Salle polyvalente
<b>RELAXATION</b>				
Sophrologie ①	Mardi	19h30 – 21h00	<b>240 €</b>	Anne – Maison de quartier
Sophrologie ②	Jeudi	10h30 – 12h00	<b>240 €</b>	Anne – Maison de quartier
Yoga ①	Mercredi	10h45 – 12h00	<b>240 €</b>	Manuella – Maison de quartier
Yoga ②	Mercredi	12h15 – 13h30	<b>240 €</b>	Manuella – Maison de quartier
Yoga ③	Mercredi	17h30 – 18h45	<b>240 €</b>	Valérie – Maison de quartier
Yoga ④	Mercredi	19h00 – 20h15	<b>240 €</b>	Valérie – Maison de quartier
Yoga ⑤	Jeudi	19h15 – 20h30	<b>240 €</b>	Valérie – Maison de quartier
Yoga du Rire	Vendredi	19h15 – 20h45	<b>165 €</b>	Anne – Maison de quartier 1 vendredi par mois
<b>CULTURE - LOISIRS</b>				
Ami Club (Scrabble – jeux...)	Jeudi	14h00 – 17h00	<b>42 €</b>	Liliane – Maison de quartier
Anglais ① Confirmés	Mardi	9h15 – 10h45	<b>243 €</b>	Aimée – Maison de quartier
Anglais ② Débutants	Mardi	11h00 – 12h30	<b>243 €</b>	Aimée – Maison de quartier
Couture ①	Lundi	14h00 – 17h00	<b>180 €</b>	Françoise – Maison de quartier Du 01-10-2023 au 31-03-2024
Couture ②	Mardi	14h00 – 17h00	<b>270 €</b>	Arminda – Maison de quartier
Informatique	Vendredi	10h15 – 12h15	<b>150 €</b>	Claude – Maison de quartier 2 vendredis par mois
Tricot-Thés	Vendredi	14h00 – 17h00	<b>42 €</b>	Liliane – Maison de quartier
<b>POUR LES ENFANTS</b>				
Danse jazz ENFANTS (6–8 ans)	Mercredi	9h30 – 10h30	<b>150 €</b>	Rachel – Maison de quartier
Éveil corporel : Atelier PARENT–ENFANT (18 mois–4 ans)	Samedi	9h30 – 10h30	<b>198 €</b>	Rachel – Maison de quartier 1 samedi par mois
Yoga ENFANTS (6–10 ans)	Samedi	10h45 – 11h45	<b>150 €</b>	Manuella – Maison de quartier 1 samedi par mois

## BON À SAVOIR :

Reprise : **11 septembre 2023 jusqu'au 30 juin 2024** (hors jours fériés et vacances scolaires – zone C).

- L'adhésion est obligatoire pour entrer à l'association.
- Le règlement d'une cotisation autorise la pratique de l'activité une fois par semaine, sauf pour : **l'INFORMATIQUE** (2 vendredis par mois), **le PILATES** ☺ (2 vendredis par mois), **l'ÉVEIL CORPOREL 1 PARENT + 1 ENFANT** (1 samedi par mois), **le YOGA ENFANTS** (1 samedi par mois).
- **Le YOGA DU RIRE** (1 vendredi par mois) - **l'adhésion** est à régler à l'association, **la cotisation** est à régler directement à l'Animatrice.

## INSCRIPTION ET PAIEMENT EN LIGNE

Rendez-vous sur notre site internet : [association-du-taillis.net](http://association-du-taillis.net)



### Inscription pour la saison 2023-2024

**En vous rendant sur la page sécurisée mise à votre disposition avec le Crédit Mutuel**

- vous complétez vos coordonnées et informations ;
- vous cochez l'adhésion qui vous concerne et les activités auxquelles vous vous inscrivez ;
- vous payez par carte bancaire en une fois.

Avec cette méthode d'inscription, vous n'avez plus de papier à nous faire parvenir, sauf votre certificat médical que vous pouvez remettre à l'animateur de votre activité.

Vos informations personnelles seront traitées selon [notre politique de gestion des données](#).

Les règlements en 3 fois sont toujours possibles  
mais **uniquement par chèques**, selon la procédure habituelle :  
par courrier, ou en déposant dans une de nos boîtes à lettres,  
à Association du Taillis – 45 rue Molière (91330) Yerres.

Les chèques ou coupons-sport ANCV sont également acceptés.

*L'Association du Taillis,*

*les activités du mieux-vivre pour tous !*