



SAISON 2026-2027



INSCRIPTIONS à la MLT

01 et 02/09 : 18h-20h
et 05/09 : 14h-17h

REPRISE DES ACTIVITÉS

À partir du lundi
14/09/2026

Chères adhérentes, chers adhérents,

Pour cette nouvelle saison encore, le Foyer Culturel et Sportif de La Roche Blanche Gergovie a à cœur de vous offrir et d'offrir à vos enfants un panel varié d'animations culturelles et sportives, privilégiant des activités multigénérationnelles, mixtes, inclusives, ainsi que des tarifs accessibles à tous.

Ceci est possible grâce au dynamisme et au professionnalisme des animateurs qui encadrent les activités, au soutien logistique et financier de la municipalité et à l'engagement d'une équipe active de bénévoles qui veille au bon fonctionnement de la structure. Un grand merci à tou.te.s !



Le vendredi 6 novembre 2026, à 20h à la MLT Robert Audin, l'assemblée générale du Foyer vous fera découvrir les coulisses de l'association ; venez nombreux nous questionner, dire vos suggestions pour optimiser ou enrichir l'offre du Foyer et – nous l'espérons – rejoindre notre équipe qui a toujours besoin de nouvelles forces 😊

Ensemble, continuons de faire vibrer notre association, de partager des découvertes artistiques et des réussites sportives, de créer des nouvelles passions et des belles rencontres !

Annick Desgouttes, présidente, et l'équipe des bénévoles du FCS-LRBG.

Inscriptions

- ✓ adhésion au foyer
- ✓ cotisation à l'activité
- ✓ licence selon activités

Adhésion au Foyer pour chaque personne inscrite :

	Adulte	-18 ans
Résident.e La Roche Blanche	15€	5€
Autres communes	25€	8€

- Une séance d'essai maximum est possible, quelle que soit l'activité envisagée.
- Un certificat médical est exigé pour les activités Danse et Tennis de table adultes ; pour les autres activités, la signature d'un questionnaire de santé ou de la fiche d'inscription vaut attestation personnelle d'aptitude à ou aux activités souhaitées.
- Un nombre d'inscrits insuffisant pourra entraîner la suppression d'une activité, d'un cours ou la réduction du nombre de séances.
- Sur le site Internet, vous pouvez remplir et imprimer votre fiche d'inscription dès maintenant pour l'apporter le jour de votre inscription.



Scannez-moi



Remise de 30€ pour souscription de 3 cours payants ou +



www.fcs-lrbg.fr



Contactez-nous



04 73 79 80 65



contact@fcs-lrbg.fr

Permanence à la MLT le mercredi de 10h à 12h et de 14h à 16h

PLANNING DES ACTIVITÉS

Pour le détail des activités, voir les pages suivantes.

ENFANTS / ADOS

	ARTS MARTIAUX Karaté 129 € (6-9 ans) 162 € (10-14 ans) + licence MLT Salle Lamartine	ZUMBA à partir de 11 ans ZU-J 120 € MLT Salle Giraudoux	ATELIER POTERIE, MODELAGE 6-14 ans POJ 204 € Salle G. Brassens Gergovie	ARTS CRÉATIFS 165 € (6-11 ans) 195 € (+11 ans) MLT Salle Victor Hugo	THÉÂTRE 123 € (6-9 ans) 165 € (+10 ans) MLT Salle Giraudoux	DANSE ÉVEIL CORPOREL 126 € (4-9 ans) 165 € (+10 ans) MLT Salle Verlaine	TENNIS DE TABLE à partir de 8 ans TT-J 63 € + licence Gymnase près de la MLT	GYMNASTIQUE SPORTIVE FÉMININE GS 63 € + licence + tenue Salle des sports	STRONG NATION à partir de 14 ans SN-J 120 € MLT Salle Giraudoux
LUNDI								Circuit 3 / Niveaux 8 débutant 17h-18h30 Circuits 1/2 17h45-19h Niveaux 7 : 1&2 18h-19h30 et Mercredi	18h-19h
MARDI						4-6 ans 17h-18h DAJ-1 7-9 ans 18h-19h DAJ-2 + 10 ans 19h-20h30 DAJ-3	18h30-20h	Niveaux 6 et 5* 17h30-20h30 et Jeudi	
MERCREDI	6-9 ans 14h-15h KE 10-14 ans 15h-16h15 KJ		16h-17h30	6-11 ans 10h30-12h APJ	6-9 ans 17h-18h15 THJ-1 10-18 ans 18h30-20h THJ-2			Circuits 3 14h30-16h Petits gyms 2021-2022 PG 16h30-17h15 Niveaux 8 17h30-19h et Vendredi Niveaux 7 : 1&2 17h30-19h30 et Lundi	
JEUDI		19h30-20h30						Niveaux 6 et 5* 17h30-20h30 et Mardi	
VENDREDI				(11)-12-18 ans 18h-20h APA				Niveaux 8* 18h-19h30 et Mercredi	

* horaire restant à confirmer, susceptible d'être modifié à la rentrée

ADULTES - FORME ET ÉNERGIE

	ARTS MARTIAUX Self-défense : 150 € Karaté : 222 € + licence MLT Salle Lamartine	ZUMBA ZU-A 141 € MLT Salle Giraudoux	TENNIS DE TABLE TT-A 69 € + licence Gymnase près de la MLT	MARCHE MA (Adhésion seule) MLT Parking bas	STRONG NATION SN-A 141 € MLT Salle Giraudoux	CARDIO FORM CF 141 € MLT Salle Rimbaud
LUNDI				8h45-12h	18h-19h	
MARDI			20h-22h			
MERCREDI	Self-défense 19h-20h SD Karaté (+14 ans) 20h-21h30 KA					
JEUDI		19h30-20h30				
VENDREDI			20h-22h30			
SAMEDI						9h30-10h30

►

ADULTES - ART ET CULTURE

	ATELIER POTERIE, MODELAGE 273 € Salle G. Brassens, Gergovie	ATELIERS PEINTURE 237 € MLT Salle Victor Hugo	IMPRO THÉÂTRE THA 261 € MLT Salle Verlaine	ANGLAIS AN 45 € MLT Salle Victor Hugo	ATELIER CHANT 2 cours bi-mensuels 108 € MLT Salle Victor Hugo
LUNDI	18h - 20h30 POA-1				
MARDI					NOUVEAU 19h15 - 21h15 CH1
MERCREDI	18h - 20h30 POA-2			NOUVEL HORAIRE 16h30 - 17h30	19h15 - 21h15 CH2
JEUDI		Aquarelle, huile, acrylique PAB-1 14h-16h30 (1) Aquarelle, huile, acrylique PAB-2 16h30-19h (1)			
SAMEDI		Peinture à l'huile 9h30-12h30 (2) PAS	10h - 18h 9 journées + 1 sans animateur		

(1) André BRAVARD (2) Jean-François SCHEMBARI

►

ADULTES - ZEN ET BIEN-ÊTRE

	ARTS MARTIAUX 150 € + licence MLT Salle Lamartine	TANGO SANTÉ 1h15 : 159 € 1h45 : 225 € MLT Salle Verlaine	YOGA 171 € MLT Salle Verlaine	PILATES & GARUDA 159 € MLT Salle Rimbaud	GYMNASTIQUE de maintien en forme Rachel JOULIE 120 € Fadila FAVIER MLT Salle Rimbaud (R) MLT Salle Verlaine (V)	
LUNDI	Qi-Gong QG1 17h30-18h30 Qi-Gong QG2 18h30-19h30 Taï-Chi-Chuan 19h30-20h30 TCC		HATHA-YOGA (1) 18h- 19h30 YHL		Renfo Full Body 9h-10h (R) GR-A Stretching mobilité 10h-11h (R) GR-B	
MARDI					Stretching mobilité 9h-10h (V) GR-C Renfo full body (R) & Stretching GR-D mobilité 17h30-19h 177 € Renfo full body (R) & Stretching GR-E mobilité 19h-20h30	Bodyform GF-J 9h-10h (R) Gym douce GF-K 10h-11h (R)
MERCREDI			HATHA-YOGA (2) 9h-10h30 YHF YOGA-NIDRA (2) 10h45-11h45 156€ YN HATHA-YOGA (3) 18h30-20h YHM	Pilates PI-1 9h-10h Pilates PI-2 10h-11h Garuda GA 17h30-18h30 Pilates PI-3 18h30-19h30 Pilates PI-4 19h30-20h30	Renfo Full Body 17h15-18h15 (V) GR-F	
JEUDI		10h-11h15 TSA1 + 30 min : pratiquants avancés TSA2			BODYART GR-G 19h45-20h45 (V)	Gym sport santé GF-L 9h-10h (R) Gym douce GF-M 10h-11h (R) Bodyform GF-N 18h30-19h30 (R) Gainage Pilates GF-O 19h30 (R) 20h30
VENDREDI					Renfo Full Body 9h-10h (R) GR-H Stretching mobilité 10h-11h (R) GR-I	Gainage Pilates avancé GF-P 9h-10h (V) Gainage Pilates débutant GF-Q 10h-11h (V)

(1) Liliane CHAUCOT (2) Françoise THEODORE (3) Martine FABRE



En fonction des activités choisies, reportez sur votre fiche d'inscription les codes en vert, visibles sur les plannings.

DÉTAIL DES ACTIVITÉS

ENFANTS / ADOS



GYMNASTIQUE SPORTIVE FÉMININE et PETITS GYMS

Séance d'essai le 29/08 10h-12h - Salle des sports

Petits gyms : Léa MAZALOUBAUD & Émeline DELHOMME

(garçons ou filles de 2021 et 2022, pas de licence, pas de tenue)

Circuits 1/2 : Manon NOVAIS

Circuits 3 : Émeline DELHOMME

Circuits 3 / Niveaux 8 débutant : Laurent BREMAUD

Niveaux 8 : Léa GUTKNECHT

Niveaux 7 1&2 : Léa MAZALOUBAUD et Anna NOVAIS

Niveaux 6 et 5 : Élodie TOURNADRE et Laurent BREMAUD

Les inscriptions et réinscriptions se feront obligatoirement lors de la journée inscriptions du Foyer le samedi 05/09/2026.

Pas d'accès possible à la salle si dossier incomplet (chèque + fiche d'inscription).

De 2 à 4 compétitions UFOLEP dans la saison, les dates seront précisées à l'avance.



Laurent BREMAUD 06 70 33 90 01 gymlrb@gmail.com

Léa MAZALOUBAUD 06 72 56 07 63

> Licence

+ justaucorps



DANSE / ÉVEIL CORPOREL



Nadège BROSSEAUD

Justaucorps < 10 ans (voir à la rentrée)

Certificat médical annuel obligatoire à donner au moment de l'inscription.

(Article R362-2 du Code de l'éducation)



Aurélié NEYRIAL 06 80 28 21 93
danse.fcslrbg@gmail.com



ARTS CRÉATIFS JEUNES

Dessin, peinture et arts créatifs



Charlotte LEGAY

charlotte.legay@fcs-lrbg.fr



Marie-Claude MEZEIX
06 85 56 16 54



THÉÂTRE JEUNES



Arnaud PERRIN 06 98 12 14 45

FORME ET ÉNERGIE - ENFANTS / ADOS & ADULTES



ARTS MARTIAUX



Pascal GIRODET 06 83 38 00 77

girodet.pk@orange.fr

> Licence FFKDA 39€ +5€ affiliation

(à ne payer qu'une fois même si inscription à plusieurs cours)



CARDIOFORM

Séance découverte samedi 05/09/2026 de 9h30 à 10h30



Nicolas MOULIN



Clara MENECHER 06 89 92 03 02



MARCHE



Noëlle PALASSE 04 73 79 47 49

Rdv sur le parking bas de la MLT Robert Audin.



STRONG NATION



Nicolas MOULIN



Clara MENECHER 06 89 92 03 02
Geneviève JAKOBIK 06 04 44 81 49
strong@fcs-lrbg.fr



ZUMBA



Hélène CAUVIN



Florence WEIGEL 06 46 70 79 21



TENNIS DE TABLE



Jean-Claude WEIGEL > Licence

Certificat médical obligatoire géré par la section.



Alain BERNARD 06 37 84 42 30



Animateur



Correspondant à contacter en cas de besoin

ART ET CULTURE - ENFANTS / ADOS & ADULTES



ATELIER POTERIE & MODELAGE



Mathilde HAMARD



Marie-Claude MEZEIX 06 85 56 16 54



ANGLAIS ADULTES



 **Claire BOURDAROT**

04 73 39 96 07 ou 06 51 42 63 88



ATELIERS PEINTURE ADULTES



André BRAVARD



Michèle ROUSSEL 06 82 23 15 53



Jean-François SCHEMBARI



Christine CHASSAGNE 06 14 97 65 49
Marie TAILLARDAT 06 74 92 22 07



IMPRO THÉÂTRE ADULTES



Guilain BOHINEUST



Fabien LELOUP floup@gmail.com
Clara MENECHIER 06 89 92 03 02



ATELIER CHANT ADULTES



Camille GAY

Apprentissage ludique de chants polyphoniques traditionnels, en mouvement, avec la méthode O Passo®



Françoise MONTALESCOT
06 85 83 40 31

ZEN ET BIEN-ÊTRE - ADULTES



TANGO SANTÉ



Natacha DARMANT

Nouvelle approche de reconnexion avec son corps et ses sensations, associée au plaisir de la danse.

Activité Physique Adaptée remboursable par les mutuelles sur prescription médicale



Françoise MONTALESCOT 06 85 83 40 31



ARTS MARTIAUX



 **Pascal GIRODET** 06 83 38 00 77
girodet.pk@orange.fr

> Licence FFKDA 39€ +5€ affiliation
(à ne payer qu'une fois même si inscription à plusieurs cours)



PILATES & GARUDA



Aurore CHABANON

Pour le GARUDA : une année de pratique Pilates ou Hatha Yoga exigée.



Anne-Sophie LEPREVOST 06 32 42 40 13



YOGA

HATHA-YOGA : postures et méditation
YOGA-NIDRA : relaxation profonde



Liliane CHAUCOT
06 52 36 38 21



**Françoise THEODORE
& Martine FABRE**



Annick GRAVOIN 06 17 10 25 58



GYMNASTIQUE maintien en forme



Rachel JOULIE



Christine CLAUSTRE
06 80 12 70 62

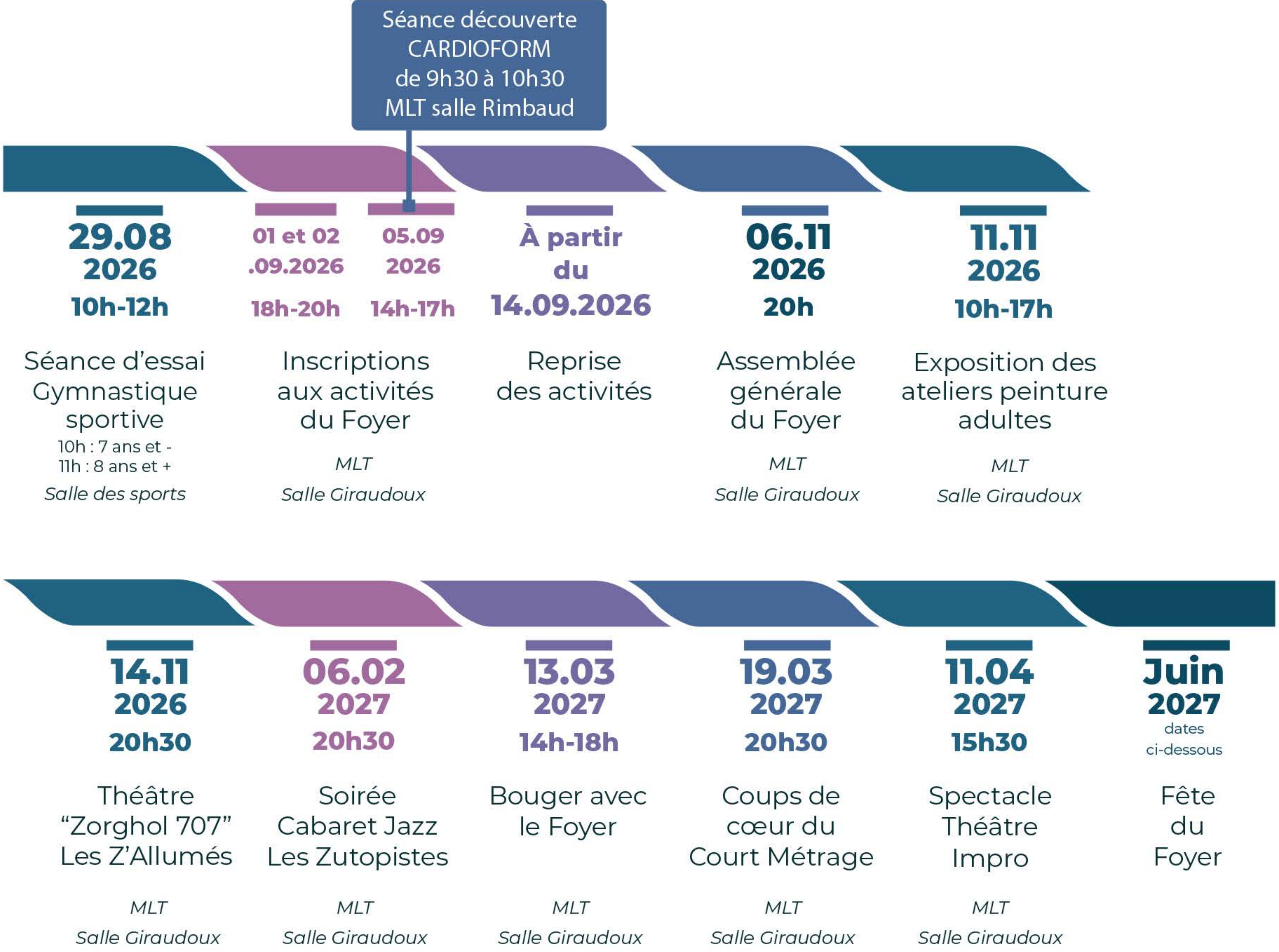


Fadila FAVIER



Christiane MURIGNEUX
07 64 67 40 90

AGENDA DE LA SAISON 2026-2027



Histoire de l'art

3 conférences de Jean-Paul DUPUY MLT Robert Audin - Salle Giraudoux

- Vendredi 9 octobre 2026 à 20h15 - L'art au féminin
- Vendredi 15 janvier 2027 à 20h15 - Niki de Saint Phalle
- Vendredi 12 mars 2027 à 20h15 - Frida Kahlo

FÊTE DU FOYER - JUIN 2027

