
1000 News

N° 43 - Septembre 2024



LA LETTRE DE LA PRÉSIDENTE

Chères adhérentes, cher adhérents,

L'année 2024/2025 démarre sous les meilleurs auspices ! Nous sommes ravis de vous annoncer que nos activités rencontrent un franc succès, certaines étant déjà complètes. Un grand merci à nos adhérents fidèles pour leur confiance renouvelée, et bienvenue à tous les nouveaux membres.

Cette année encore, nous vous offrons une riche palette d'activités, adaptées à tous les âges et à toutes les envies : gym douce et cardio, danse pour adultes et enfants, ateliers manuels, lecture, yoga, sophrologie, qi gong, guitare... Sans oublier la pétanque, et les randonnées.

Notre salle sera également le théâtre de plusieurs animations culturelles, telles que des spectacles et des concerts, avec en prime l'opportunité d'assister à trois représentations au Théâtre Liberté. Et qui sait, peut-être quelques surprises viendront-elles s'ajouter à cette programmation déjà bien remplie !

Toute l'équipe du FJEP vous souhaite une excellente année, placée sous le signe du sport, de la culture et des loisirs.

Corinne Bilardu
Présidente FJEP

C'EST LA REPRISE !

Nos activités ont débuté le 9 septembre
2 journées d'inscription intenses et un Forum des Associations très venté !



LES NOUVEAUTES 2024/2025

DANSE LOISIRS POUR TOUS

Tous les mercredis de 20h à 20h50

Des cours de danse loisirs accessibles à tous, animés par Brigitte Rodriguez.

Au programme : danses en ligne, en duo, en groupe, ainsi que des danses latino-américaines, folkloriques et traditionnelles.

Rejoignez-nous pour partager le plaisir de la danse dans une ambiance conviviale et festive !



LES NOUVEAUTES 2024/2025 (SUITE)

DISCUSSION AUTOUR D'UN LIVRE avec Nicole
Tous les premiers samedis du mois de 10h à 12h
Début le 5 octobre



GYM DOUCE (avec Mireille)
Tous les jeudis de 10h30 à 11h20



PETANQUE (avec Bruno)

Le samedi de 14h à 16h à des dates ponctuelles

Le calendrier sera diffusé au fil de l'eau et surtout en fonction de la météo



IMPORTANT



POUR DES RAISONS D'HYGIENE, MERCI D'APPORTER VOTRE TAPIS PERSONNEL ET DE PRATIQUER VOTRE ACTIVITE SPORTIVE AVEC DES CHAUSSURES PROPRES

Pour votre sécurité, elles doivent également être adaptées aux activités.

Par respect pour les animateurs et intervenants, l'usage du téléphone portable pendant les toutes les activités doit rester exceptionnel (cas d'urgence)

RAPPEL : Prévenir le secrétariat au 04 94 06 05 92 pour tout essai ou rattrapage d'heures

Information pour les parents :

ATTENTION : nous n'acceptons aucune inscription d'enfants nés après le 31 décembre 2020

NOUVEAU PLANNING

FJEP - Toussaint Merle LE MILLE CLUB Planning des activités 2024/2025					
LUNDI 9h30/10h20 Renforcement Musculaire Julie	14h00/16h30 Cuisine (1 fois par mois) Estelle	17h00/17h50 ZUMBA MINI (4/6ans) Julie	18h00/18h50 Pilates Julie	19h00/19h50 Zumba Step Julie	20h00/20h50 Zumba Julie
MARDI 9h30/10h40 Yoga Marie-Thérèse G	13h45 - 16h30 Artisanat, Couture, Jeux, Scrabble Michèle	17h00/17h50 ZUMBA KIDS (7/9 ans) Julie	18h00/18h50 Fesses, Abdos, Cuisses Julie	19h00/19h50 Jumping Fitness Julie	20h00/20h50 Pilates Julie
MERCREDI 10h00/10h50 Guitare (Adultes débutants) Jean	11h00/11h50 Guitare (6/9 ans) Rose-Marie et Dominique	14h00/15h30 Arts Plastiques (10/12 ans) Julie	15h30/17h30 Arts Plastiques (10/12 ans) Julie	18h00/18h50 Cardio Dance Sandrine	19h00/19h50 GYM TONIC (Step, Abdo-fessiers...) Sandrine
JEUDI 9h30/10h20 Qi Gong Mireille	10h15/11h55 Généalogie Marie-Thérèse P	13h45 - 16h30 Artisanat, Couture, Jeux, Scrabble Michèle	17h00/17h50 Ragga/Dancehall (10/15 ans) Julie	18h00/18h50 Kuduro Fit Ragga Dancehall Julie	19h00/19h50 HIIT, Body sculpt, abdos/fessiers Julie
VENDREDI 9h30/10h50 Sémiologie Nadia	11h00/12h00 Yoga Marie-Christine	13h00/16h30 Peinture Gilberte	17h00/17h50 Street Dance (10/15 ans) Julie	18h00/18h50 Zumba Julie	19h00/19h50 Zumba Step Julie
SAMEDI 15h00/17h00 Discussion autour d'un livre Nicole	14h00/16h00 Multimédia Frédérique	Péanque aux dates fixes pour l'année Nicole			
DIMANCHE Scrapbooking aux dates fixes pour l'année Cyrille Couture aux dates fixes pour l'année Claire-Luce Randonnées Pédestres (2ème dimanche du mois)					

CONCOURS PHOTO

CONCOURS PHOTO SPECIAL « 50 ans » du mois de juin

Voilà le cliché gagnant. Félicitation à son auteure qui remporte un trimestre d'une activité de son choix



DATES À RETENIR

Pétanque : samedi 28 septembre

Scrapbooking : dimanche 29 septembre

Discussion autour d'un livre : samedi 5 octobre

Rencontres couture : dimanche 6 octobre

Sophrologie : vendredi 11 octobre

Randonnée : dimanche 13 octobre

Réseaux Sociaux :

@ fjepmilleclub2@gmail.com

f [FJEP - Mille Club - Toussaint Merle](https://www.facebook.com/fjep.milleclub.toussaintmerle)

📷 [@fjep_milleclub_toussaintmerle](https://www.instagram.com/fjep_milleclub_toussaintmerle)

🌐 <https://www.mille-club.fr/>

