

**ASRY****AMICALE SPORTIVE DES RETRAITES YONNAIS****61 chemin de la giraudière MQ du Bours s/la Roche 85000 la Roche/Yon****Saison 2021/2022****Liste des activités animées par des bénévoles avec les coordonnées des responsables***Reprise des activités si les conditions sanitaires le permettent*

ACTIVITES	JOURS HORAIRES	REPRISE	LIEU	RESPONSABLES
Activités dansées 8 cours	Mardi 9h30 et 10h45 Mardi 14h15 et 15h30 Mercredi 9h30 et 10h45 Mercredi 14h15 Mardi 11h	Le 14 septembre	Maison de Quartier du Bourg MQ Pont Morineau	Nicole Lamazerolles 06 43 54 02 38
Activité dansée cool	Lundi 14h 30	Le 13 septembre	Maison de Quartier du Val d'Ornay	Nicole Lamazerolles 06 43 54 02 38
Cyclotourisme VTC	Jeudi à 13h15 Mardi 13h30	Mi-septembre	Voir programme sur le site ASRY	Gerard Cochelin 06 85 51 00 83
Escalade	Jeudi de 11h45 à 13h30 Lundi de 11h45 à 13h30 (Si le créneau est accordé)	Le 2 septembre Le 13 septembre pour les nouveaux	Mur d'escalade Salle Rivoli	Alain Cabel 02 51 37 43 91
Jogging et Marche Rapide	Mardi et Vendredi à 9h30	Vers le 13 septembre	Les Terres Noires Parking mini-golf	Joël Harrouet 06 11 28 46 31
Marche Aquatique Côtière	Le Lundi et quelques jeudi Horaires variables en fonction des marées	Le lundi 20 septembre	Brétignolles/Mer	Georges Delmasse 06 13 14 52 84
Marche Nordique	Lundi de 9h30 à 11h Jeudi de 9h30 à 11h Mardi de 9h30 à 11h (Pour les nouveaux) Mercredi de 9h à 11h30 (Marcheurs aguerris)	Le lundi 13 septembre Le mardi 21 septembre pour les nouveaux	Voir programme sur le site ASRY	Jean Claude Pons 06 89 05 06 94
Marche Promenade	Vendredi à 14h	Le 17 septembre	Parking des terres noires	Roger Piveteau 06 89 43 78 49
Pétanque	Mardi de 14h à 17h Jeudi de 14h à 17h Vendredi (nouveaux)	Vers le 13 septembre	Le boulodrome Rivoli	Michel Le Guyader 06 19 19 24 89
Randonnée	Vendredi à 13h45	Idem	Voir programme sur le site ASRY	Laurent Mallard 06 72 20 76 58
S M S Séances Multiactivités Seniors	Mercredi 1ère séance 9h 2ème séance 10h30	Idem	Salle omnisports Boulevard Sully	Jeannette Boutholeau 06 35 97 39 82
Self Défense	Lundi de 12h à 13h15	Lundi 27 septembre	Dojo Imp Joseph Guillemot	Alain et Françoise Vignault 06 81 92 48 13
Swin Golf	Mardi 14h à 16h Vendredi 9h30 à 11h45	Vers le 13 septembre	La Vallée Verte	Bernard Guillet 06 07 50 18 90 Francis Dusuel 06 28 75 28 86
Tennis Rebond	Lundi et Jeudi de 14h00 à 15h30	Lundi 13 septembre	Les Terres Noires	Danièle Belmont 02 51 62 65 36
Balles demi-dures	Vendredi à 14h00	Vendredi 17 septembre		
Tennis de table	Lundi de 8h à 10h Jeudi de 8h à 10h	Jeudi 2 septembre	Salle spécialisée Les Terres Noires	Jean Marcel Pallardy 06 88 98 50 36

Liste des activités assurées par des professionnels et gérées par des bénévoles

Reprise des activités si les conditions sanitaires le permettent

ACTIVITES	JOURS HORAIRES	REPRISE	LIEU	RESPONSABLES
Aquagym Aquabike Bodybalance Musculation Vélo en salle R P M	Pas d'interruption pour les adhérents ASRY A réception de la licence pour les nouveaux adhérents		Roche Fitness 10 rue R. Bothereau La Roche sur Yon 0251369696	Sylvie Avide 06 30 93 35 49 Danielle Crépeau 06 15 59 45 11
Activité Gymnique Douce 3 cours	Lundi 10h45 Lundi 16h10 Mardi 15h15	Vers le 13 septembre	MQ du Bourg MQ Vallée Verte MQ du Bourg	Viviane Regnault 06 70 76 63 44
Maintien en forme 6 cours	Lundi 9h30 Mardi 12h et 14h Jeudi 9h45 et 11h Vendredi 9h10		MQ du Bourg MQ du Bourg MQ du Bourg MQ de la Liberté	
Gym Pilates 5 cours	Lundi 14h et 15h Jeudi 14h 15 Vendredi 10h20 et 11h30		MQ Vallée Verte MQ Val d'Ornay MQ de la Liberté	
Sophrologie Durée 1h 3 cours	Mercredi 14h30 Jeudi 15h30 et 16h40	Idem	Maison de Quartier du Val d'Ornay	Yveline Gagnon 06 27 13 21 07
Yoga 3 cours	Lundi 15h45 Lundi 17h10 Mercredi 13h	Idem	Maison de Quartier du Bourg Maison de Quartier du Val d'Ornay	Nicole Chabot 06 83 88 29 92
Remise en forme à L. Fitness	Du lundi au vendredi De 10h30 à 11h30	Idem	Rue Guillaume de Machaut	Viviane Regnault 06 70 76 63 44

Liste des activités culturelles et ludiques animées par des bénévoles

Reprise des activités si les conditions sanitaires le permettent

ACTIVITES	JOURS HORAIRES	REPRISE	LIEU	RESPONSABLES
Atelier chant	Mardi 16h30	Vers le 13 septembre	Maison de Quartier du Pont Morineau	Bernard Jouffrit 02 51 37 42 58
Atelier Echanges de Savoir Faire	Jeudi de 14h à 17h	Idem	Maison de Quartier de la Vallée Verte	Nicole Cantin 06 34 63 44 15
Atelier Remue-Méninges 7 cours	Lundi Mardi et Vendredi 9h30 et 10h45 Jeudi 9h30	Idem	Maison de Quartier du Bourg M Q Val d'Ornay	Anne Bettembourg 06 70 08 99 16
Atelier "Autour du Livre" 2 groupes	Mercredi de 14h à 16h 1 fois par quinzaine Pour chaque groupe	Idem	Maison de Quartier du Val d'Ornay	Monique Gavons 02 51 44 85 59
Atelier Jeux de Société et Echecs	Vendredi de 14h à 16h30	Idem	Maison de Quartier du Val d'Ornay	André Brochard 02 51 05 26 31
Activités Loisirs	Voyages, sorties culturelles, soirées bowling et autres, Les contacts : Danielle Crépeau 0615594511 Yveline Gagnon 0251050024 Janine Boudaud 0618627717			