

## Tennis

### TENNIS

Tennis club de la Bastide

€ Tarifs Adultes : différents abonnements possibles  
 Tarif « Ecole de tennis » à partir de 147€, 200 € (en fonction de l'âge, du nombre d'heure).  
 Tarifs dégressifs en fonction du nombre d'inscrits d'une même famille, tarifs spéciaux comité d'entreprise. Coupon « Sports » et « chèques vacances » acceptés.  
 Location horaire et tickets invitations.

**Tennis enfants (CE2, CM1 et CM2)**  
 Mar. - 17h00 - 18h00  
 Récupération par la monitrice de tennis des enfants à l'école de la Bastide à 16h30 (pour ceux qui le souhaitent). Accueil sur place des enfants de l'école Mourraillie accompagnés par leurs propres moyens.

**Tennis enfants (CP, CE1)** Jeu. - 17h00 - 18h00  
 Même fonctionnement que pour le cours du mardi.

**Tennis enfants** Ven. - 17h00 - 18h00  
 (Créneau à créer en fonction de la demande)

**Ecole de Tennis (de 5 à 18 ans)**  
 Débutant/ perfectionnement et compétition.  
 Enfants du primaire Mer. - 10h00 - 13h00  
 Collégiens et lycéens Mer. - 14h00 - 19h30

**Temps périscolaire**  
 Intervention dans les deux écoles du village  
 Mardi, jeudi, vendredi - 12h00 - 14h00

**VTT CLUB DE GATTIERES**  
 Christiane Doche de Laquintane  
 Tel : 06 12 40 81 05  
 tcbg@outlook.fr  
 Bernard GUILBAUD  
 Tel : 06 13 50 26 38  
 bernardguilbaud@hotmail.com  
**Reprise : 12 septembre 2022**

## Loisirs

### AU BONHEUR DES LOULOUS 06

Atelier

« Au bonheur des loulous 06 » accueille au sein de son association les assistantes maternelles et les petits accueillis qui souhaitent participer à différentes activités.

En projet pour cette rentrée :  
 - Temps d'éveil musical, d'éveil de motricité avec la baby gym et le baby yoga.  
 - Temps d'échange autour d'un livre, ou d'une création manuelle.  
 - Anniversaires de nos loulous pour le bonheur de tous !

Vous êtes intéressés par notre association ? N'hésitez pas à nous contacter pour échanger et avoir plus d'informations.

**AU BONHEUR DES LOULOUS 06**  
 Laure BAHADERIAN  
 Tél. 06 61 11 57 82  
 Laurebahaderian@gmail.com  
**Début des activités 8 septembre**

### CLUB ADOS ESPACE JEUNES

À côté de l'école Léon Mourraillie

€ Tarifs selon le quotient CAF : selon les activités choisies et le quotient CAF + Adhésion annuelle (Entre 5 et 10€)

Pendant la période scolaire (Horaires en accès libre) :  
 Mercredi - 12h00 - 18h30  
 Vendredi - 17h00 - 22h00  
 Samedi - 14h30 - 19h30

Pendant les vacances scolaires :  
 Du lundi au vendredi de 8h30 jusqu'à 19h30 (ou 22h30 lors de soirées)  
 Sur inscription et selon la formule choisie  
 Du lundi au vendredi de 13h30 à 19h30 et le samedi de 14h30 à 19h30 (En accès libre).

**CLUB JEUNESSE**  
 53 Rue Virgil Barel 06510 Gattières  
 Vanessa - 07 50 58 02 13  
 clubjeunesse.secretariat06@gmail.com

### CLUB DES AINÉS

Salle des Sarments (village)

€ 18€/ an

Jeux de cartes, scrabble Mar. - 14h30 - 18h00  
 Jeux de cartes, scrabble Ven. - 14h30 - 18h00

Programme trimestriel :  
 (1<sup>er</sup> mois célébration des anniversaires du trimestre précédent. 2<sup>ème</sup> mois repas au club, 3<sup>ème</sup> mois, sortie culturelle).

**LES SARMENTS GATTIEROIS**  
 Anne-Marie CRASTES  
 06 10 34 41 14  
 anne-marie-craustes@orange.fr

Ouvert du 1<sup>er</sup> janvier au 31 décembre sauf jours fériés.

Gattières  
2022 - 2023

# ACTIVITÉS CULTURELLES, SPORTIVES ET DE LOISIRS

## Danse

### DANSE JAZZ ET HIP-HOP

Atelier (village) + École la Bastide

€ à partir de 165 €/an pour 1h +15 € adhésion

Jazz juniors (6/9 ans)	Mer. - 13h15 - 14h30
Jazz inters (10/12 ans)	Mer. - 14h30 - 16h00
Jazz éveil (4/6 ans)	Mer. - 16h00 - 17h00
Jazz ados 1 (13/15 ans)	Mer. - 17h00 - 18h30
Jazz adultes ados 2 (16 ans et +)	Mer. - 18h30 - 20h00
Hip-hop 1 (6/10 ans)	Jeu. - 17h00 - 18h15
Classique contemporain (6/10 ans)	Jeu. - 18h15 - 19h30
Classique contemporain (11 ans et +)	Jeu. - 19h30 - 20h45

Horaires susceptibles d'être modifiés selon inscription  
 Autres cours possibles à Saint-Martin du Var

**ACTIVA**  
 Céline RONGERE  
 Tél. 06 24 51 67 31  
 celinerongere@gmail.com  
 Inscriptions le 9 septembre 2022 de 16h30 à 19h à l'atelier

**Reprise : 14 septembre 2022**

### ÉVEIL - CLASSIQUE CONTEMPORAINE

Atelier (village)

€ à partir de 195€/an

Eveil à la danse (4/6 ans)	Lun. - 16h30 - 17h45
Danse contemporaine (7-10ans)	Lun. - 17h45 - 19h00
Danse classique (6-10 ans)	Mar. - 16h30 - 17h45
Danse classique (11ans et plus)	Mar. - 18h00 - 19h30
Danse parents/enfants (18 mois à 6 ans)	Mer. - 10h00 - 11h00

**ARTS DU MOUVEMENT**  
 Isabelle PENCREACH  
 Tél. 06 18 42 90 92  
 isabelle.pencreach@wanadoo.fr  
 Fiche d'inscription à télécharger sur  
<http://artsdumouvement.fr/inscription.html>

**Reprise : 12 septembre 2022**

### DANSES DE SALON THÉÂTRE

Atelier (village)

€ sur demande

Salsa	Lun. - 19h30 - 20h30
Bachata	Lun. - 20h30 - 21h30
Salon	Lun. - 21h30 - 22h30
Zumba	Merc. - 20h00 - 22h00
Cabaret	Ven. - 19h00 - 20h00
Claquettes Adulte	Ven. - 20h00 - 21h00
Théâtre Adulte	Ven. - 20h00 - 21h00

**ASSOCIATION DANSES GATTIERES CARROS (ADGC)**  
 Denis VERNIERES  
 Tél. 06 13 24 31 44  
 teamadgc@gmail.com

**Reprise : 12 septembre 2022**

## Gym

### GYM - FITNESS CROSS TRAINING

Atelier (village) + École la Bastide

€ à partir de 185 €/ an

Eveil sportif (3/5 ans) - Ecole la Bastide	Jeu. - 16h30-17h45
Fit kids (6/11 ans)	Lun. - 17h00-18h00
Fit/ Cross training ados (12/17 ans)	Lun. - 18h00-19h00
Fit/ Cross training adultes	Lun. - 19h00-20h00
Gym sur chaise adultes/seniors	Lun. - 9h15-10h15 Jeu. - 9h15-10h15
Fit seniors	Lun. - 10h30-11h30 Jeu. - 10h30-11h30

**HORIZON SPORT SANTÉ**  
 Jérôme CAVALIE  
 Tél. 06 26 93 16 85  
 contact.horizonsportsante@gmail.com

**Reprise : 12 septembre 2022**

### PILATES & STRETCH GYM SPÉCIALE DOS GYM DE GASQUET

Atelier (village)

€ 12€/h ; 110€/10h ; 200€/an + 20€ adhésion

Pilates	Lun. - 18h00- 19h00
Pilates/ swissball	Mar. - 9h00 - 10h00
Gym spéciale dos	Mer. - 9h00 - 10h00
Pilates & stretch	Ven. - 9h00 - 10h00

Tous les cours incluent les principes De Gasquet : les abdos en hypo-pression abdominale pour la protection du dos et du périnée

**ARTS DU MOUVEMENT**  
 Isabelle PENCREACH  
 Tél. 06 18 42 90 92  
 isabelle.pencreach@wanadoo.fr

**Reprise : 6 septembre 2022**

## Inscriptions à l'ensemble de ces activités lors du « RENDEZ-VOUS DES ASSOCIATIONS »

**VENDREDI 9 SEPTEMBRE 2022**  
 de 16h30 à 19h00 - Cour Atelier

Suivi d'un apéritif d'honneur offert par la Mairie et une soirée karaoké à 20h Amphithéâtre Belle Ciao

**+ d'infos**  
 Service Vie Associative – Tél 04 92 08 45 86  
 Email. associations@mairie-gattieres.fr

<https://gattieres.fr>



## AÏKIDO

Atelier (village)

236 €/an

Aïkido adolescents et adultes  
Mer. - 19h00 - 20h30

Aïkido confirmés  
Mer. - 17h30 - 19h00  
(Pratique des armes)

### SAKURA CLUB AÏKIDO

Benoit DECOSTA  
Tél. 06 61 53 14 29  
Arnaud JUILLARD  
Tél. 06 24 81 60 13  
arjuillard@gmail.com

Reprise : 7 septembre 2022

## TAEKWONDO

Atelier (village)

(cotisation + assurance incluses)  
210 € (= 1 cours) - 280 € (= 2 cours)  
+ 45€ (Dobock, tenue du taekwondo)  
pour les nouveaux adhérents  
+ 35€ (Licence facultative)

Enfants (- de 8 ans) Mar. - 17h35 - 18h10

Enfants (+ de 8 ans) Mar. - 17h35 - 18h10

Enfants (- de 8 ans) Mer. - 13h00 - 13h40

Enfants (+ de 8 ans) Mer. - 13h45 - 14h45

### TAEKWONDO MASTER PARK

Aziz EL KELLALI  
Tél. 06 03 08 99 73  
elkellali@me.com  
Centre International Taekwondo  
www.masterpark.fr

Reprise : 21 Septembre 2022

## KRAV MAGA

Atelier (village)

€ Krav Maga (Enfants) ou Cardio Multi Boxes  
(Adultes / Ados) : 170 €/an  
Cardio-Krav (Ados/ Adultes) : 250 €/an  
2 activités : Cardio Krav + Krav Maga  
(Ados/ Adultes) : 350€/ an

Krav Maga (Enfants) Mer. - 15h00 - 17h30

Cardio Multi Boxes (Adultes / Ados)  
Mer. - 20h30 - 22h

Cardio-Krav (Ados/ Adultes)  
Jeu. - 20h35 - 22h00

Krav Maga (Ados/ Adultes)  
Lun. - 20h00 - 22h00

Krav Maga (Ados/ Adultes)  
Sam. - 10h00 - 12h00

### KRAV MAGA AZUR OMNISPORT

Fabrice NOGUERA  
Tél. 06 50 75 43 76  
kravmaga.azurornisport@gmail.com

Reprise : 5 septembre 2022

## JUDO

Atelier (village)

€ Sur demande

Judo enfants (nés en 2018-2017) Jeu. - 16h30 - 17h45  
(16h30 à 17h : récupération des enfants de l'école  
L. Mourraile à la sortie des classes, puis goûter  
et enfilage du kimono + 17h à 17h45 : séance judo)

Judo enfants (nés en 2016 et 2015) Jeu. - 18h - 19h  
(Prise en charge des enfants inscrits en garderie  
directement dans l'école LM)

Judo enfants (nés en 2014 et avant) Jeu. - 19h - 20h

### ASBTP (SECTION JUDO)

Caroline ARBELOT  
Tél. 06 13 45 00 50  
caro.arbelot@aol.com

Reprise : 15 septembre 2022

## QWANKIDO

Atelier (village)

€ (tenue comprise) : Enfants : 180 €/an  
Adultes : 270 €/an

Art Martial Sino-Vietnamien :  
techniques à mains nues, projections,  
balayages, ciseaux, clés de bras, enchaînements  
codifiés (quyens), combats, armes traditionnelles,  
stages, compétitions.  
Cours enfants à partir de 7 ans

Qwankido (Enfants) Mar. - 19h30 - 20h30

Qwankido (Adultes) Mar. - 20h30 - 22h00

Qwankido (Enfants) Ven. - 19h30 - 20h30

Qwankido (Adultes) Ven. - 20h30 - 22h00

### QWANKIDO

Michel et Laurence VIEGAS  
Tél. 06 51 45 15 92  
qwankido-gattieres@hotmail.com  
Facebook : QWAN KI DO GATTIERES

Reprise : 2 septembre 2022

## Arts Martiaux

## Musique

### MUSIQUE

Village + École la Bastide

€ 10 € (adhésion obligatoire)  
+ 360 € / an (cours collectifs)  
+ 600 € / an (cours individuels)  
Prise en charge par la mairie d'une partie  
de l'inscription pour les Gattiéris  
(à hauteur de 200 € maximum)

Programme susceptible de modification  
en début d'année selon les inscriptions  
et disponibilités des professeurs

Violon Lun. - 16h30 - 18h00

Arts graphiques Lun. - 16h30 - 20h00

Chant Lun. - 16h00 - 21h00

Initiation musique, djing, piano électrique,  
guitare, basse, mao Mar. - 16h00 - 21h00

Piano Mer. - 9h00 - 18h00

Guitare, ukulélé, banjo Mer. - 9h00 - 20h00

Eveil musical Ven. - 16h30 - 17h30

Clarinette, saxophone Ven. - 17h30 - 19h00

Saxophone Sam. - 9h00 - 12h00

Guitare, ukulélé, banjo Sam. - 9h00 - 16h00

### ECOLE DE MUSIQUE DES BAOUS

Julien VERGER  
Tél. 06 35 16 24 46  
edmbaous@gmail.com  
Site internet : www.edmbaous.fr

Reprise : 1<sup>ère</sup> semaine d'octobre

## Arts plastiques

### AQUARELLES

Atelier (village)

40€/an

Atelier aquarelles adultes confirmés  
Mar. - 13h30 - 16h30

### ATELIER AQUARELLES DES BAOUS

Michelle BORG  
Tél. 06 23 38 52 38  
michelleborg06@gmail.com

### TERRE POTERIE MODELAGE

Atelier montée du Château

€ 10€/ séance (matériel inclus)

Atelier de terre Lun. - 18h00 - 20h00

Stages pendant les vacances scolaires  
sur réservation (prendre contact par tel ou sms)

Inscriptions à tout moment de l'année

### RE-CREATION

Edith NIEUWJAER  
Tél. - 06 24 63 62 21  
edithbib@yahoo.fr

Reprise : 12 septembre 2022



### + d'infos

Service Vie Associative – Tél 04 92 08 45 86  
Email. associations@mairie-gattieres.fr

<https://gattieres.fr>

## Yoga

### YOGA

Atelier (village) + École la Bastide

€ 140 €/an (Enfants)  
Adultes : contacter l'association

Yoga enfants (de 4 à 10 ans)  
Espace circulaire école la Bastide  
Lun. - 17h00 - 18h00

Yoga enfants (de 4 à 10 ans)  
Atelier Mar. - 16h30 - 17h30

Yoga adultes Ven. - 18h00 - 19h00  
Atelier

Pour les autres créneaux de cours collectifs  
au domicile de Yogalinice à Gattières,  
consulter le site internet [www.yogalinice.com](http://www.yogalinice.com)

### YOGALINICE

Virginie PERROUX  
Tél. 06 62 46 30 45  
yogalinice@gmail.com  
<https://www.yogalinice.com/>

Reprise : 13 septembre 2022

### YOGA ADULTES

Salle miroirs Atelier

€ Voir sur site internet [Yogainnopain.com](http://Yogainnopain.com)

Pratique du Yoga Ashtanga, Vinyasa et Yin  
(débutants à avancés), culture du mouvement  
et de la conscience posturale, renforcement  
physique et mental avec la pratique de l'hormèse  
et de techniques de respiration - Développement  
personnel (philosophie, causeries), Kirtans.

Cours de Yoga Ashtanga/ Yin avec Jean  
Lun. - 12h00 - 13h00

Cours de Yoga Vinyasa et mobilité avec Christelle  
Mer. - 12h00 - 13h00

### YOGAIN NO PAIN

Christelle EVRARD  
Tél. 07 45 61 17 82  
yogainnopain@gmail.com  
Yogainnopain.com  
facebook : Yognp / Instagram : yogainnopain

Reprise : 5 septembre 2022

## VTT

### VTT CLUB DE GATTIÈRES

Gattières

€ de 160 à 350 € en fonction des licences

Sorties VTT  
Samedi après-midi en période scolaire

Pré-inscriptions en ligne sur le site  
<https://vttgattieres.kalisport.com/pre-inscription> avec  
la liste des documents à fournir  
à partir de la mi-août

### VTT CLUB DE GATTIERES

Carole TRUNTSCHKA  
Patrice LE HENRY  
Tel : 06 26 25 82 93 / 06 68 28 24 49  
vttgattieres@free.fr

Reprise : 1<sup>er</sup> week-end de septembre

## Nature

### MARCHE HARMONIQUE, SPORTIVE

Secteur Gattières/ Vence

€ <https://www.facebook.com/nutri.ekilibre>  
<https://www.facebook.com/Associationekilibre>

Marche avec bâtons nordiques (Petits dénivelés)  
Lundi après-midi à partir de 13h30

Marche avec bâtons nordiques sur terrains plats  
Mercredi matin à partir de 9h30

Marche conviviale, afghane, botanique, land art  
Vendredi matin à partir de 9h30

Marche avec bâtons nordiques sur terrains plats  
Samedi matin à partir de 9h30

Programme hebdomadaire envoyé  
par mail aux adhérents

### EKI' LIBRE

Véronique FRANCONI  
animatrice marche harmonique,  
conseils en nutrition  
Tél. 06 01 80 11 67  
Veronique.franconi@gmail.com

Reprise : Septembre 2022

### SORTIES NATURE

Littoral, moyen et haut pays

€ à partir de 20€/ par sortie (Adultes)  
5€ (- de 12 ans)

Sorties nature tous les week-end  
(samedi et dimanche) et jours fériés  
Sorties Nature (adultes et enfants) – Littoral,  
moyen et haut pays. Éducation à l'environnement,  
sortie nature découvertes des plantes  
comestibles et médicinales. Rencontre avec  
la flore et la faune du département, notions  
de géologie, contes et légendes

Sorties nature Yoga et sophrologie

Programme hebdomadaire envoyé par mail  
sur demande et aux adhérents

### NATUR'AME

Cécilia MONTINI  
Tél 06 50 80 65 21  
Email. cecilia.montini@bbox.fr

### RANDONNÉES, SPORTS ET EXPRESSIONS CORPORELLES, ANIMATIONS PONCTUELLES, ATELIERS LINGUISTIQUES, D'ART, CULTURE ET LOISIRS

Pays Vençois

Vous venez de vous installer à Vence ou dans  
le Pays Vençois (La Colle-sur-Loup, Course-  
goules, Gattières, La Gaude, Saint-Jeannet,  
Saint-Paul-de-Vence et Tourrettes-sur-Loup)  
et vous cherchez des contacts humains, des  
activités variées, sources de rencontres  
amicales, des renseignements pratiques,  
des adresses utiles...

En un mot, vous voulez vous intégrer de la  
meilleure façon possible dans votre nouvel  
environnement. Ou bien, il se peut que vous  
habitez la région depuis moins de trois ans  
ou peut-être plus, et que vous n'avez pas eu  
l'opportunité de vous y intégrer pleinement...  
Quoi qu'il en soit, n'hésitez pas, venez nous voir !

### AFV VENCE

Tél. 04 93 58 36 71  
avfaccueilvence@gmail.com  
161 chemin de Sainte-Anne – 06140 Vence