

Les Activités de la Saison 2025-2026

Dénomination ARSA	Créneau	Jour-Horaire	Lieu	Jauge	Date de reprise	Cotisations supplémentaires	Animatrices/ Animateurs
Activ Mémoire	1	Mardi de 14 h 30 à 16 h	Salle des Fêtes La Pallice 42 bd Emile Delmas La Rochelle	40	09-sept.		Référent : Alain Brault , Josette Roussier, Gilles Doray, Didier Pain-Blavec
Aquagym Mercredi	1	Mercredi de 17 h à 17 h à 45 Arrivée à la piscine à 16 h 45	Parc Aquatique Palmilud de Périgny	40	24-sept.	Forfait 10 mois : 126€ 3 chèques de 42€ à l'ordre de l'Arsa	Référente : Esther Memain Josette Roussier, Marie-Chantal Halloche
Aviron de mer	1	Vendredi de 13 h 45 à 17 h	Av de la Capitainerie Club Aviron Mer, La Rochelle		Pas d'arrêt	30 € chèque au club d'aviron carnet de 5 séances	Référent : Eric Fant
Aviron en salle	1	Vendredi de 14 h à 15 h et de 15 h à 16 h	Av de la Capitainerie Club Aviron Mer La Rochelle		Pas d'arrêt	30 € chèque au club d'aviron carnet de 5 séances	Référent : Joël Brubach
Badminton	1	Lundi de 16 h à 18 h	Gymnase Falorni, rue de Roux (Les Minimes La Rochelle	40	08-sept.		Référente : Suzette Raude , Souriya Chareunphol
	2	Vendredi de 16 h à 18 h	Gymnase Falorni, rue de Roux (Les Minimes La Rochelle	40	12-sept.		
Bowling	1	Vendredi 14 h	Family Fun Park, avenue du Fief Rose Lagord		05-sept.	La partie : 3€ location chaussures : 2€	Référent : Alain Gérard
Danse Salon, Ligne, Country	1	Lundi de 14 h à 16 h danse de salon en couple	Salle de St Eloi, 46 rue Basse de St Eloi, La Rochelle	30	01-sept.		Référente : Annick Goudé
	2	Lundi de 16 h à 18h en ligne (disco-rétro)		30	01-sept.		
	3	Mardi de 10 h à 12 h en ligne (disco-rétro)	Salle de la Passerelle, Mireuil,	25	02-sept.		
	4	Mercredi de 14 h à 17 h danse en ligne	Salle René Petit, rue du Prado (Petit Marseille), La Rochelle	30	03-sept.		Référente : Annick Goudé Rolande Herpe
	5	Jeudi de 14 h à 15 h 30 Country (ultra débutants, débutants)	Salle de la Passerelle, Mireuil,	25	04-sept.		Référente : Annick Goudé
	6	Vendredi de 14 h à 16 h danse en ligne	Salle de Tasdon, av Emile Normandin, La Rochelle	40	12-sept.		Référente : Annick Goudé Michelle Mignon
Gym Danse	1	Mardi de 15 h 45 à 16 h 45	Salle France Vatré, 90 Rue du Vélodrome, La Rochelle	40	07-oct.		Référente : Marie-Chantal Halloche
	2	Mardi de 17 h à 18 h	Salle France Vatré, 90 Rue du Vélodrome, La Rochelle	40	07-oct.		Référente : Marie-Chantal Halloche
Gym Douce	1	Lundi de 9 h 30 à 10 h 30	Salle du Prieuré, 48 Av Antoine de St Exupéry, La Rochelle	30	15-sept.		Référente : Françoise Courtois , Nicole Tristant
	2	Lundi de 10 h 45 à 11 h 45	Salle du Prieuré, 48 Av Antoine de St Exupéry, La Rochelle	30	15-sept.		Référente : Françoise Courtois , Brigitte Sallais
	3	Jeudi de 10 h 45 à 11 h 45	Salle France Vatré, 90 Rue du Vélodrome, La Rochelle	40	18-sept.		Référente : Françoise Courtois , Philippe Toullet
	4	Vendredi de 9 h 30 à 10 h 30	Salle du Prieuré, 48 Av Antoine de St Exupéry, La Rochelle	30	19-sept.		Référente : Françoise Courtois , Nicole Tristant
Gymnastique Tonique	1	Lundi de 9 h 45 à 10 h 45	Salle France Vatré, 90 Rue du Vélodrome, La Rochelle	45	15-sept.		Référente : Françoise Courtois , Josette Roussier
	2	Lundi de 11 h à 12 h	Salle France Vatré, 90 Rue du Vélodrome, La Rochelle	45	15-sept.		Référente : Françoise Courtois , Marie-Chantal Halloche
	3	Lundi de 12 h à 13 h	Salle du Prieuré, 48 Av Antoine de St Exupéry, La Rochelle	30	15-sept.		Référente : Françoise Courtois , Esther Mémain
	4	Mardi de 9 h 15 à 10 h 15	Salle France Vatré, 90 Rue du Vélodrome, La Rochelle	45	16-sept.		Référente : Françoise Courtois , Carole Drozdowski
	5	Mardi de 10 h 30 à 11 h 30	Salle France Vatré, 90 Rue du Vélodrome, La Rochelle	45	16-sept.		Référente : Françoise Courtois , Françoise Courtois
	6	Mardi de 14 h 30 à 15 h 30	Salle France Vatré, 90 Rue du Vélodrome, La Rochelle	45	16-sept.		Référente : Françoise Courtois , Philippe Toullet
	7	Mardi de 9 h 45 à 10 h 45	Salle Bongraine, 99 rue Nicolas Gargot, La Rochelle	17	16-sept.		Référente : Françoise Courtois , Marie Pitteloud
	8	Mardi de 11 h à 12 h	Salle Bongraine, 99 rue Nicolas Gargot, La Rochelle	17	16-sept.		Référente : Françoise Courtois , Carole Drozdowski
	9	Jeudi de 11 h à 12 h	Gymnase de Laleu, Rue du bois Fleuri, La Rochelle	50	18-sept.		Référente : Françoise Courtois , Esther Mémain
	10	Vendredi de 11 h à 12 h	Gymnase de Laleu, Rue du bois Fleuri, La Rochelle	50	19-sept.		Référente : Françoise Courtois Marie-Chantal Halloche

Dénomination ARSA	Créneau	Jour-Horaire	Lieu	Jauge	Date de reprise	Cotisations supplémentaires	Animatrices/ Animateurs
Marche Aquatique	1	Date et Jour à consulter sur le site (rubrique Actualités)	Centre Aquatique de Châtelailon-Plage		18-sept.	30 € chèque à l'ordre de l'Arsa	Référent : Bernard Gasteuil Gérard Micholet, Gilles Hernu, Christian Gauvrit
Marche Nordique	1	Vendredi de 9 h 30 à 12 h	RDV indiqué pour chaque trimestre sur le site (rubrique Actualités)		12-sept.		Référente : Martine Eveillé Joël Lopès da Silva, Alain Brault, Bernard Gasteuil, Lucien Texier, Gilles Hernu, Monique Gasteuil, Gilles Doray, Patricia Trouble, Sylvie Touzeau
Pétanque	1	Mardi et Jeudi de 14 h à 17 h	Terrain du Clos Margat, Villeneuve les Salines, La Rochelle		Pas d'arrêt		Référente : Suzette Raude
Pickle-Ball	1	Vendredi 13 h 45 à 14 h 45	Gymnase Falorni, rue de Roux (Les Minimes), La Rochelle	20	12-sept.		Référente : Suzette Raude
	2	Vendredi 14 h 45 à 15 h 45	Gymnase Falorni, rue de Roux (Les Minimes), La Rochelle	20	12-sept.		
Ping-Pong	1	Mardi et Vendredi de 9 h 30 à 11 h 30	Gymnase Falorni, rue de Roux (Les Minimes), La Rochelle	40	Pas d'arrêt	20 € chèque à l'ordre de l'ARSA	Référent : Patrick Tamisier
QJ Gong	1	Jeudi de 9 h 15 à 10 h 30	Salle France Vatré, 90 Rue du Vélodrome, La Rochelle	35	11-sept.		Référent : Jacky Elie
QJ Gong avec bâton	2	Mardi de 9 h 30 à 10 h 45	Salle René Petit, rue du Prado (Petit Marseille), La Rochelle	25	09-sept.		
Rand'Odouce	1	Lundi à 14 h 15	RDV indiqué pour chaque trimestre sur le site (rubrique Actualités)		08-sept.		Référente : Josette Roussier Denis Roussier, Bernard Gasteuil, Hélène Bouton
Rando Littoral 4/8/12kms	1	Lundi à 9 h	RDV indiqué pour chaque trimestre sur le site (rubrique Actualités)		08-sept.		Référent : Bernard Gasteuil Gilles Doray, Martine Eveillé, Monique Gasteuil, Gérard Micholet, Gilles Hernu, Michelle Pain-Blavec, Denis Roussier, Patricia Trouble, Joël Lopès da Silva
Rando terre & mer 10 et 12kms	2	Lundi à 09H30 en septembre, 14 h 00, le reste de l'année	RDV indiqué pour chaque trimestre sur le site (rubrique Actualités)		08-sept.		
SMS	1	Jeudi de 14 h 30 à 16 h	Salle René Petit, rue du Prado (Petit Marseille), La Rochelle	20	04-sept.		Référentes : Josette Roussier, Christine Guichard Marie-Chantal Halloche, Carole Drozdowski, Philippe Toullet
Taï Chi Petite forme de Pékin et taï chi bang	1	Mardi de 13 h 45 à 14 h 45	Salle Vendôme, rue du Moulin de Vendome, Lagord	20	09-sept.		Référente : Christine Guichard Bernard Barszezak
Taï Chi Petite forme de Pékin et initiation Tai Chi Bang	2	Jeudi de 9 h 00 à 10 h	Salle René Petit, rue du Prado (Petit Marseille), La Rochelle	25	11-sept.		Référente : Christine Guichard Nicole Beignon
Taï Chi Style Yang Forme 37 et Tai Chi Bang « La flûte des 8 immortels »	3	Jeudi de 10 h 30 à 11 h 30	Salle René Petit, rue du Prado (Petit Marseille), La Rochelle	25	11-sept.		Référente : Christine Guichard Nicole Beignon
Taï Chi Style Yang ancien Forme 108	4	Vendredi de 10 h 45 à 12 h 15	Salle du Prieuré, 48 Av Antoine de St Exupéry, La Rochelle	30	12-sept.		Référente : Christine Guichard Jacky Elie
Tennis	1	Vendredi de 8h30 à 12h	Gymnase Falorni, rue de Roux (Les Minimes), La Rochelle	20	Pas d'arrêt		Référent : Gérard Angot
Vélo balade et route	1	Mercredi : départ à 14 h	Parking du Collège Beauregard, rue de l'Artillerie, La Rochelle		10-sept.		Référents : Michel Paillard, Guy Fraigneau Jean-Louis et Marie-Claude Andreu, Jean Arnaud, Odile Barreau, Annie Bouchereau, Joël Brubach, Michelle Dureu, Eric Fant, Marie-Hélène Gutierrez, Josette Roussier, Roger Larssonneur, Annie Martin
Voile	1	Pour toutes informations	Contacteur Eric FANT : Tél : 07-71-76-00-97 ou par mail : eric.fant@orange.fr				Référent : Eric Fant
Yoga	1	Lundi de 15 h 30 à 17 h 00	Salle de La Trompette 130 bis Av du Lieutenant -Colonel Bernier, La Rochelle	22	15-sept.	Cotisation annuelle : 170 € à payer à Dragana	Référente : Anne Beuter Dragana Djuric
	2	Jeudi de 11 h à 12 h 30	Salle d'activité mairie annexe de la Passerelle, Place de l'Europe, quartier Mireuil, La Rochelle	22	18-sept.	Cotisation annuelle : 170 € à payer à Agathe	Référente : Anne Beuter Agathe Catinat