Les Activités de la Saison 2026-2027

09/11/26

Dénomination ARSA	DISPO	Créneau	Jour-Horaire	Lieu	Jauge	Cotisations supplémentai	Animatrices/ Animateurs
Activ Mémoire		1	Mardi de 14h 00 à 15h 30	Salle des Fêtes La Pallice, 42 bd Emile Delmas, La Rochelle	35		Référent : Alain Brault, Josette Roussier,Gilles Doray, Didier Pain-Blavec
		2	Mardi de 15h 30 à 17h 00	Salle des Fêtes La Pallice, 42 bd Emile Delmas, La Rochelle	35		
Aquagym		1	Jeudi à 9h 00	Parc Aquatique Palmilud de Périgny Arrivée à 8h45	35	1 chèque de 20€ à l'ordre de	Référente : Claudine Coste, Esther Memain, Josette Roussier, Marie-Chantal Halloche
		2	Vendredi à 9h 00		35		
Aviron de mer		1	Vendredi de 13h 45 à 17h 00	Club Aviron Mer, Av de la Capitainerie, La Rochelle	50	7€ la séance chèque au club d'aviron carnet de 5	Référent : Eric Fant
Aviron en salle	4	4	Mercredi de 9h 30 à 10h 30	Club Aviron Salle, Av de la Capitainerie, La Rochelle	110	7€ la séance chèque au club d'aviron carnet de 5	Référent : Joël Brubach
		1	Mercredi de 10h 30 à 11h 30				
		2	Vendredi de 14h 00 à 15h 00				
		3	Vendredi de 15h00 à 16h00				
Badminton		1	Lundi de 16h 00 à 18h 00	Gymnase Falorni, rue de Roux (Les Minimes), La Rochelle	45,00		Référente : Suzette Raude, Souriya Chareunphol
		2	Vendredi de 16h 00 à 18h 00	Gymnase Falorni, rue de Roux (Les Minimes), La Rochelle	45		
Bowling		1	Mardi de 14h 00 à 16h 00	Family Fun Park, avenue du Fief Rose, Lagord	20	La partie : 3€ location	Référent : Dominique Grandou
	11	2	Jeudi de 10h 00 à 12h 00	Bowling des Minimes, avenue Michel Crépeau, La Rochelle	20	2 parties : 7,50€ location	
Chorale	21	1	Mercredi de 14h 00 à 15h 30	Salle de la Muse à Laleu, 24 rue de la Muse, La Rochelle	45	3 chèques de 45€ à l'ordre de	Référente : Suzanne Guinaudeau Cheffe de Cœur : Corinne Fiquet
	24	2	Vendredi de 11h 00 à 12h 30	Salle de Tasdon, av Emile Normandin, La Rochelle	45		
Danse Salon, Ligne, Country		1	Lundi de 14h 00 à 16h 00 danse de salon en couple uniquement	Salle de St Eloi, 46 rue Basse de St Eloi, La Rochelle	30		Référente : Annick Goudé et Animatrice
		2	Lundi de 16h 00 à 18h 00 danses en ligne (disco rétro)		30		
		3	Mardi de 10h 00 à 12h 00 danses en ligne (disco rétro)	Salle de la Passerelle, Mireuil, La Rochelle	25		
		4	Mercredi de 14h 00 à 17h 00 danses en ligne (musique Country)	Salle René Petit, rue du Prado (Petit Marseille), La Rochelle	30		Référente : Annick Goudé Rolande Herpe
		5	Jeudi de 14h 00 à 16h 00 danses en ligne (musique Country)	Salle de la Passerelle, Mireuil, La Rochelle	25		Référente : Annick Goudé et Animatrice
		6	Vendredi de 14h 00 à 16h 30 danse en ligne	Salle de Tasdon, av Emile Normandin, La Rochelle	30		Référente : Annick Goudé Michelle Mignon
Gym Danse	10	1	Lundi de 14h 00 à 15h15	Salle de la Muse à Laleu, 24 rue de la Muse, la Rochelle	35		Référente : Marie-Chantal Halloche et Animatrice animatrice Ivy Bertrand assistante Mireille Poussade
	7	2	Lundi de 15h30 à 17h 30	Salle de la Muse à Laleu, 24 rue de la Muse, la Rochelle	35		
Gym Douce		1	Lundi de 9h 30 à 10h 30	Salle du Prieuré, 48 Av Antoine de St Exupéry, La Rochelle	30		Référente : Françoise Courtois, Nicole Tristant
		2	Lundi de 10h 45 à 11h 45	Salle du Prieuré, 48 Av Antoine de St Exupéry, La Rochelle	30		Référente : Françoise Courtois, Brigitte Sallais
		3	Jeudi de 9h 30 à 10h 30	Salle France Vatré, 90 Rue du Vélodrome, La Rochelle	40		Référente : Françoise Courtois, Nicole Tristant
		4	Jeudi de 10h 45 à 11h 45	Salle France Vatré, 90 Rue du Vélodrome, La Rochelle	40		Référente : Françoise Courtois, Philippe Toullet
Gymnastique Tonique		1	Lundi de 9h 45 à 10h 45	Salle France Vatré, 90 Rue du Vélodrome, La Rochelle	40		Référente : Françoise Courtois, Josette Roussier
	1	2	Lundi de 11h à 12h	Salle France Vatré, 90 Rue du Vélodrome, La Rochelle	40		Référente : Françoise Courtois, Ivy Bertrand
		3	Mardi de 9h 15 à 10h 15	Salle France Vatré, 90 Rue du Vélodrome, La Rochelle	40		Référente : Françoise Courtois, Carole Drozdowski
		4	Mardi de 10h 30 à 11h 30	Salle France Vatré, 90 Rue du Vélodrome, La Rochelle	40		Référente : Françoise Courtois, Françoise Courtois
	12	5	Mardi de 11h 45 à 12h 45	Salle France Vatré, 90 Rue du Vélodrome, La Rochelle	40		Référente : Françoise Courtois, M-C Halloche
		6	Mardi de 14h 30 à 15h 30	Salle France Vatré, 90 Rue du Vélodrome, La Rochelle	40		Référente : Françoise Courtois, Philippe Toullet
	24	8	Mardi de 17h 00 à 18h 00 *Renforcement musculaire*	Salle France Vatré, 90 Rue du Vélodrome, La Rochelle	40		Référente : Françoise Courtois, José Lopez
		9	Mardi de 9h 45 h à 10h 45	Salle Bongraine, 99 rue Nicolas Gargot, La Rochelle	18		Référente : Françoise Courtois, Marie Pitteloup
		10	Mardi de 11h 00 à 12h 00	Salle Bongraine, 99 rue Nicolas Gargot, La Rochelle	18		Référente : Françoise Courtois, Carole Drozdowski
		11	Jeudi de 11h 00 à 12h 00	Gymnase de Laleu, Rue du Bois Fleuri, La Rochelle	50		Référente : Françoise Courtois, Esther Mémain
	3	12	Vendredi de 11h 00 à 12h 00	Gymnase de Laleu, Rue du Bois Fleuri, La Rochelle	50		Référente : Françoise Courtois, M-C Halloche

Dénomination ARSA		Créneau	Jour-Horaire	Lieu	Jauge	Cotisations supplémentaires	Animatrices/ Animateurs
Jeux de Société		1	Jeudi de 15h 30 à 18h 00	Salle des Fêtes La Pallice, 42 bd Emile Delmas, La Rochelle	24		**Référente : Arine Lespinas**
Marche Aquatique		1	Mardi ou jeudi après midi à consulter sur le site rubrique actualités	Centre Aquatique de Châtelaillon-Plage	55	30 € chèque à l'ordre de l'Arsa	**Référent : Bernard Gasteuil** Gilles Hernu, **Christian Gauvrit, Gérard Micholet**
Marche Nordique		1	Vendredi de 9h 30 à 12h 00	RDV indiqué pour chaque trimestre sur le site (rubrique Actualités)	140		**Référente : Martine Eveillé** Joël Lopès da Silva, Alain Brault , Bernard Gasteuil, Lucien Texier, Gilles Hernu, Monique Gasteuil, Patricia Trouble
Pétanque		1	Mardi et Jeudi de 14h 00 à 17h 00	Terrain du Clos Margat, Villeneuve les Salines, La Rochelle	50		**Référente : Suzette Raude** Jean-Luc Quintard
Pickle-Ball		1	Vendredi 13h 45 à 14h 45	Gymnase Falorni, rue de Roux (Les Minimes), La Rochelle	20		**Référente : Suzette Raude** Rubens Treissac, Patrick Eveno
		2	Vendredi 14h 45 à 15h 45	Gymnase Falorni, rue de Roux (Les Minimes), La Rochelle	20		
Ping-Pong		1	Mardi de 9h 30 à 11h 30	Gymnase Falorni, rue de Roux (Les Minimes), La Rochelle	55	20 € chèque à l'ordre de l'ARSA	**Référent : Patrick Tamisier** Michel Bretaudeau
		2	Vendredi de 9h 30 à 11h 30	Gymnase Falorni, rue de Roux (Les Minimes), La Rochelle	55		
QI Gong		1	Mardi de 13h 45 à 14h 45	Salle Vendôme, rue du Moulin de Vendôme, Lagord	20		**Référent : Jacky Elie** Marie-Rose Jurysik
		2	Vendredi de 9h 15 à 10h 30	Salle du Prieuré, 48 Av Antoine de St Exupéry, La Rochelle	30		**Référent : Jacky Elie** et Animateur
	14	4	Mercredi de 16h 00 à 17h 15	Salle de la Muse à Laleu, 24 rue de la Muse, la Rochelle	35		**Référent : Jacky Elie** et Animateur
QI Gong avec bâton		3	Mardi de 9h 30 à 11h 00	Salle René Petit, rue du Prado (Petit Marseille), La Rochelle	25		**Référent : Jacky Elie** et Animateur
Rand'Odouce	**2**	1	Lundi à 14h 15	RDV indiqué pour chaque trimestre sur le site (rubrique Actualités)	60		**Référente : Josette Roussier** Denis Roussier, Bernard Gasteuil, Hélène Bouton
Rando Littoral 4/8/12kms	**2**	1	Lundi à 9h 00	RDV indiqué pour chaque trimestre sur le site (rubrique Actualités) Référente : Michèle Pain-Plavec	75		**Animateurs :** Martine Eveillé, Monique Gasteuil, Gilles Hernu, Denis Roussier, Patricia Trouble, Joël Lopès da Silva , Sylvie Massot, Christian Perret
Rando Terre&Mer 10 et 12kms		1	Lundi à 14h 00	RDV indiqué pour chaque trimestre sur le site (rubrique Actualités) Référent : Bernard Gasteuil	125		
SMS		1	Jeudi de 14h 30 à 16h 00	Salle René Petit, rue du Prado (Petit Marseille), La Rochelle	25		**Référentes : Josette Roussier, Christine Guichard** Marie-Chantal Halloche, Carole Drozdowski, Philippe Toullet
Taï Chi Petite forme de Pékin et initiation Tai Chi Bang		1	Jeudi de 9h 00 à 10h 00	Salle René Petit, rue du Prado (Petit Marseille), La Rochelle	30		**Référente : Christine Guichard** Nicole Beignon
Taï Chi Style Yang Forme 37 et Taï Chi Bang « La flûte des 8 immortels »		2	Jeudi de 10h 30 à 11h 30	Salle René Petit, rue du Prado (Petit Marseille), La Rochelle	30		**Référente : Christine Guichard** Nicole Beignon
Taï Chi Style Yang ancien Forme 108		3	Vendredi de 10h 45 à 12h 15	Salle du Prieuré, 48 Av Antoine de St Exupéry, La Rochelle	30		**Référente : Christine Guichard** Jacky Elie
Tennis	**7**	1	Vendredi de 8h 30 à 12h 00	Gymnase Falorni, rue de Roux (Les Minimes), La Rochelle	20		**Référent : Gérard Angot** et Animateur
Théâtre		1	Jeudi de 14h 00 à 15h 30 une semaine sur deux	Salle des Fêtes La Pallice, 42 bd Emile Delmas, La Rochelle	20		**Référente : Anne-Marie Amarot**
Vélo balade et route		1	Mercredi : départ à 14h 00	Parking du Collège Beauregard, rue de l'Artillerie, La Rochelle	110		**Référents : Michel Paillard, Guy Fraigneau** Jean-Louis et Marie-Claude Andreu, Annie Bouchereau, Joël Brubach, Eric Fant, Marie-Hélène Gutierrez, Josette Roussier, Roger Larsonneur, Annie Martin
Voile		1	Pour toutes informations	Contacter Eric FANT : Tél : 07-71-76-00-97 ou par mail : eric.fant@orange.fr	35		**Référent : Eric Fant**
Yoga	**7**	1	Lundi de 15h 30 à 17h 00	Salle de La Trompette 130 bis Av du Lieutenant -Colonel Bernier, La Rochelle	20	Cotisation annuelle : 175€ à payer à	**Référente : Anne Beuter** Dragana Djuric
		2	Jeudi de 11h 00 à 12h 30	Salle d'activité mairie annexe de la Passerelle, Place de l'Europe, quartier Mireuil, La Rochelle	20	Cotisation annuelle : 175€	**Référente : Anne Beuter** Agathe Catinat