Les Activités de la Saison 2026-2027

09/11/26

Dénomination ARSA	DISPO	Créneau	Jour-Horaire	Lieu	Jauge	Cotisations supplémentai	Animatrices/ Animateurs
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 séances	Référent : Joël Brubach
Bowling	11	2	Jeudi de 10h 00 à 12h 00	Bowling des Minimes, avenue Michel Crépeau, La Rochelle	20	2 parties : 7,50€ location chaussures comprise	
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 l'ARSA	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		
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 Tonique	1	2	Lundi de 11h à 12h	Salle France Vatré, 90 Rue du Vélodrome, La Rochelle	40		Référente : Françoise Courtois, Ivy Bertrand
	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
	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
	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
Qi gong	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
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		Référents : Bernard Gasteuil et Michèle Pain-blavec. **Animateurs :** Martine Eveillé, Monique Gasteuil, Gilles Hernu, Denis Roussier, Patricia Trouble, Joël Lopès da Silva , Sylvie Massot, Christian Perret
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
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 Dragana	Référente : Anne Beuter Dragana Djuric