

## À PROPOS DE L'INSCRIPTION

Remise de 50 € à partir de 3 activités  
au sein d'une même famille,  
(hors carte SPORTS ET CULTURE de NCPA).

L'assurance individuelle est obligatoire.

Le certificat médical n'est plus obligatoire pour  
les activités physiques sans compétition.

# CONTACTS

## ASCA

Place du commandant Kieffer  
14860 AMFREVILLE  
06.81.53.70.75 / 06.11.18.13.11  
asca14860@hotmail.fr  
site internet : <https://asca14.fr>



# PROGRAMME DES ACTIVITÉS

## 2023/2024

## À PROPOS DES COURS

1 cours d'essai gratuit  
Activités organisées sous réserve  
d'un nombre suffisant d'inscriptions.

Pas de cours pendant les vacances scolaires.

Les cours sont annulés les jours fériés  
ou en cas de maladie de l'intervenant  
et ne seront pas rattrapés.

Les enfants doivent être remis et récupérés  
auprès de l'intervenant et non déposés devant la  
salle (sauf autorisation écrite de partir seul)

## INSCRIPTIONS AU FORUM DES ASSOCIATIONS

**SAMEDI 9 SEPTEMBRE**  
**9H00-12H30**

**SALLE POLYVALENTE-AMFREVILLE**

**PAIEMENT PAR CB POSSIBLE**

En s'inscrivant à une activité, vous devenez  
adhérent de l'ASCA, association à but non lucratif,  
gérée par des BÉNÉVOLES et soutenue par les  
Mairies d'Amfreville,, Gonneville-en-Auge,  
et Ranville

<https://asca14.fr>



**DÉBUT DES ACTIVITÉS:**  
**SEMAINE DU**  
**LUNDI 18 SEPTEMBRE**

## ARTS PLASTIQUES

Avec Ingrid - Salle des associations

**Adultes:** Lundi 14h30/16h30 - 200€

**6/8 ans:** Lundi 17h00/18h00 - 150€

**9/12 ans:** Lundi 18h00/19h00 - 150€



## GITARE

Avec Sylvain - Salle des associations

180€- 200€ avec prêt de guitare

Groupes de 4 élèves

**Débutants:** Mercredi 11h/11h30 - 11h30/12h-12h/12h30

**Un an de guitare :** Mercredi 13h/13h30

**Plus d'un an :** Mercredi 13h30/14h

**Cours particulier:** Mercredi 14h/14h30 - 14h30/15h (500€)



## CIRQUE

Avec Franck - Salle polyvalente

**6/8 ans:** Mardi 17h15 /18h15 - 150€

**9/12 ans:** Mardi 18h15/19h15 - 150€



## THÉÂTRE

Association "Papillon noir" - Avec Heïdi

Salle associations

**6/9 ans -** Vendredi 17h00/17h45 - 150€

**10/12 ans -** Vendredi 17h45/18h45 - 150€

**+ 12 ans -** Vendredi 18h45/20h00 - 150€



## ÉCHECS

Avec Ludovic - salle des associations

**Enfants**

Jeudi 17h30/18h30 - 120€



## MARCHE NORDIQUE

Avec Marie-Christine - 150€

**Adultes -** RV salle polyvalente

Lundi 10h30/12h00

Jeudi 18h30/20h00

**NOUVEAU**



## FITNESS DANCE

DOJO de Ranville

**4/6 ans**

Mercredi 14h45/15h30-120€ Avec Armonie

**6/10 ans**

Mercredi 14h00/14h45 -120€ Avec Armonie

Salle polyvalente d'Amfreville

**6/10 ans**

Mercredi 18h15/19h00 -120€ Avec Armonie

**Adultes- Renforcement musculaire**

Mercredi 19h00/19h45-120€ Avec Allison

**Adultes- Fitness dance**

Mercredi 19h45/20h30-120€ Avec Allison

**Adultes- Body zen**

Mercredi 20h30/21h15 -120€ Avec Allison



**NOUVEAU**



### Tarif spécial

Fitness + renforcement musculaire : 180€

Fitness + body zen : 180€

Fitness + renforcement musculaire + body zen : 260€

## BABY GYM

Avec Pierre-André- Salle polyvalente

**3/5 ans**

Mercredi -10h00/10h45 - 110 €



**6/10 ans**

Mercredi 10h45/11h30 - 110 €



## PILATES Avec Magali

**Adultes- 160€**

Au dojo de Ranville

Lundi 17h00/18h00 - 19h00/20h00 - 20h00/21h00

Salle polyvalente

Mardi 17h00/18h00 - 18h00/19h00

19h30/20h30 - 20h30/21h30

**Seniors / Femmes enceintes - 160€**

Salle polyvalente

Jeudi 9h30/10h30



## DANSE CLASSIQUE

Avec Arnaud / Salle polyvalente

**Classique 1 CP/CE1**

Jeudi 17h00/18h00 - 150€

**Classique 2 CE2/CM1/CM2**

Jeudi 18h00/19h00 - 150€

**Classique 3 6ème et plus**

Jeudi 19h00/20h00 - 150€



## DANSE CONTEMPORAINE

Avec Arnaud / Salle polyvalente

**Eveil - Moyenne section**

Lundi 17h00/17h45 - 130€

**Initiation - Grande section / CP**

Lundi 17h45/18h30 - 130€

**Contemporaine 1 - CM1/CM2/6ème/5ème**

Lundi 18h30/19h30 - 150€

**Contemporaine 2 - 4ème/3ème/2nde**

Lundi 19h30/20h30 - 150€

**Contemporaine 3 - 1ère à adultes**

Lundi 20h30/21h30 - 150€



## DANSE MODERN JAZZ

Avec Magali - Dojo de Ranville

**Modern Jazz CE1-CM2**

Lundi 18h00/19h00 - 150€



## BREAKDANCE

Avec Bouba - Salle de Gonnevillle en auge

**6/8 ans**

Jeudi 18h15/19h15 - 150€

**9/16 ans**

Jeudi 19h15/20h15 - 150€



## SOPHROLOGIE

Salle de Gonnevillle en auge Avec Eric

**Adultes**

Mercredi 19h15/20h15 - 150 €

