Association
Sportive, Culturelle & Artistique

SAISON
2026 / 2027

PATRONAGE LAÏQUE DES ÉCOLES DE GRADIGNAN

15 bis place Bernard Roumégoux - 33170 Gradignan

05.56.89.16.59 plgasso@yahoo.fr

www.plg-33.com PLG Patronage Laïque de Gradignan

QUE RECHERCHEZ-VOUS ?

FONCTIONNEMENT DU PLG P.1

INFORMATIONS PRATIQUES P.2

RETENEZ CES DATES ! P.3

EVEIL DANSE P.4

DANSE CLASSIQUE P.4

DANSE CONTEMPORAINE P.5

DANSE JAZZ P.5

DANSE HIP HOP P.6

TARIF DANSE P.6

DANSE AFRICAINE P.7

DANSE ROCK / DANSES DE SALON SWING & LINDY-HOP / Danse en ligne GROUPE SOLO P.7

GYM BEBE P.8

GYMNASTIQUE EVOLUTION P.8

GYMNASTIQUE LOISIRS P.9

GYMNASTIQUE COMPETITION P.9

MUSIQUE : EVEIL MUSICAL P10

MUSIQUE : CHANT P10

MUSIQUE : PIANO P11

MUSIQUE : M.A.O. P11

MUSIQUE : BATTERIE P12

MUSIQUE : GUITARE P12

TARIFS MUSIQUE P13

THEATRE P14-15

ECHECS P15

ARTS PLASTIQUES P15

ANGLAIS P16

EVEIL AU SPORT P17

FITNESS P17

FOOTING CIRCUIT TRAINING P18

HOOP TONIC/MOBILITE P18

PILATES OU PILATES + STRETCHING - P19

JUDO P19

VOVINAM VIET VO DAO P20

YOGA P20

QI GONG P21

VOLLEYBALL P21

~~NATATION~~ P22

STAGES P23

SEJOURS VACANCES P24

REMERCIEMENTS

FONCTIONNEMENT DU P.L.G.

Les Adhérents :

Permettent à l'Association d'exister, ont une voix délibérative lors de l'Assemblée Générale

L'Assemblée Générale :

Décide des orientations du PLG et élit le Conseil d'Administration

Le Conseil d'Administration :

Elit les membres du Bureau

Le Bureau
Composé de bénévoles

La Présidente :

Laurence ESTRADE

Trésorier :	Secrétaire :
Eric ESTRADE	**Patrick LECORPS**
Trésorier adjoint :	Secrétaire adjointe :
Cyril BECKER	**Cécile BECKER**

Salariés

Intervenants extérieurs

Bénévoles

INFORMATIONS PRATIQUES

PATRONAGE LAÏQUE DE GRADIGNAN
15 bis place Bernard Roumégoux
33170 GRADIGNAN

Tél : 05 56 89 16 59
Mail : plgasso@yahoo.fr
Site internet : www.plg-33.com
PLG Patronage Laïque de Gradignan

Inscription

Les inscriptions se font au secrétariat du PLG sauf pour les cours individuels de musique et le volley-ball. Votre inscription deviendra définitive dès lors que votre dossier sera **COMPLET.**

- Un bulletin d'adhésion complété par vos soins,
- Un certificat médical est **OBLIGATOIRE** pour les mineurs pratiquant la gymnastique de compétition, le judo de compétition, le vovinam viet vo dao et le volley-ball. Il reste **OBLIGATOIRE** pour toute activité sportive pratiquée par des majeurs (sauf Qi Gong et Yoga).
- Le paiement intégral de l'adhésion à l'association du PLG et de la cotisation au dépôt du bulletin.

L'Adhésion au PLG

L'Adhésion au PLG est une adhésion familiale indépendante des cotisations spécifiques à chaque section. Elle se fait dès la 1ère inscription d'un membre de la famille à l'une des activités proposées. Le montant modeste et symbolique est de **32 €**. Elle vous donne le droit de participer à la vie associative, en particulier, à son assemblée générale annuelle où se définissent les grandes orientations de l'année. Elle permet la gestion de l'association et de l'assurance qui vous couvre lors de vos activités.

Cotisations

La cotisation se règle en totalité le jour de l'inscription. Le règlement en plusieurs fois est possible par chèque (jusqu'à 10 chèques remis d'octobre 2025 à juillet 2026). Sont également acceptés :

- Les espèces.
- Les chèques vacances (papier/connect).
- Le Pass'Sport pour certaines sections.
- Virement ou carte bancaire **EN UNE SEULE FOIS**.
- Une réduction est appliquée lorsque plusieurs enfants de la même famille pratiquent la **même activité.**

Pas de réduction pour les adultes.

Nombre de séances

Sauf pour les cours individuels de musique/chant pour lesquels il n'y a pas d'essai et l'engagement est ferme et annuel, vous n'êtes pas sûr de vous engager :

1 séance d'essai pour tout nouveau participant à l'activité.

Pour chaque activité sont prévues 30 séances – hors vacances scolaires, sauf pour la natation (22).

Remboursements

Un remboursement de la cotisation **est envisageable sous les conditions notées sur votre bulletin d'adhésion et sur notre site internet www.plg-33.com.**

Evènements à retenir !

Forum des Associations
Samedi 5 Septembre 2026 – Salle du Solarium – 24 rue du Solarium à Gradignan

Téléthon
Les 4 et 5 décembre 2026

Loto du P.L.G. - Attention le loto se fera cette année un dimanche après-midi courant Janvier 2027 (date à définir avec la Mairie) - Salle du Solarium - 24 rue du Solarium à Gradignan
Plus d'informations en cours de saison

Assemblée Générale Annuelle du P.L.G.
Mars 2026 **–** Siège du PLG 15 Bis place Roumégoux à Gradignan

Gala de Danse
Mai/Juin 2027 - Salle du Solarium – 24 rue du Solarium à Gradignan
Plus d'informations en cours de saison

Festival de Théâtre du PLG – Théâtre des 4 Saisons - Parc de Mandavit à Gradignan
Juin 2027

Festival des musiques acoustiques
Juin 2027 - Salle Chartreuse St Géry - Allées et promenades Fernand Lataste à Gradignan.
Plus d'informations en cours de saison

Exposition Arts Plastiques – Prieuré de Cayac
Juin 2027
Plus d'informations en cours de saison

DANSES

Classique, Contemporaine, Jazz, Hip-Hop, Africaine, Lindy-Hop
Enfants, Adolescents, Adultes - Filles et garçons

Par égard pour les animatrices et animateurs, merci de respecter les horaires

ÉVEIL DANSE 4/5 ANS - INITIATION DANSE 6/8 ANS

Salle de Danse du Château d'Ornon, 16 Impasse d'Ornon à Gradignan

Les cours d'éveil et d'initiation en danse sont communs à l'ensemble des élèves, quelle que soit la spécialité artistique vers laquelle ils s'orienteront à partir de 8/9 ans : le classique, le contemporain ou le jazz. En éveil (4/5 ans : moyennes et grandes sections de maternelle), l'enfant découvre son corps, explore l'espace, à travers des dispositifs ludiques favorisant l'expression et la créativité. En initiation (6/8 ans : du CP au CE2), l'enfant se familiarise avec le mouvement de plus en plus fin et précis mais toujours ludique et créatif. Les enfants sont incités à laisser libre cours à leur fantaisie, à leur élan, tout en étant guidés vers la maîtrise du geste dansé, en passant par le jeu, l'écoute musicale, l'improvisation, l'exploration.

Professeure Marjorie Macia - reprise le 07 sept. 2026

Lundi : Éveil 4/6 ans : 17h15 à 18h00 – 45 min
Jeudi : Initiation 7/9 ans : 17h30 à 18h30 – 1h
Vendredi : Éveil 4/6 ans : 17h15 à 18h – 45 min

Professeure Cathy O'Neill- reprise le 16 sept. 2026

Mercredi Éveil 4/5 ans - 10h à 11h – 1h
Initiation 6/8 ans : 11h à 12h – 1h

Professeure Karine Godinaud - reprise le 09 sept. 2026

Mercredi Éveil 4/6 ans : 15h00 à 15h45 – 45 min
Initiation 7/9 ans : de 14h00 à 15h00 - 1h

Professeure Cathy O'Neill - reprise le 19 sept. 2026

Samedi Éveil 4/5 ans : 10h à 10h45 – 45 min
Initiation 6/8 ans - 11h à 12h – 1h

DANSE CLASSIQUE – Professeure : Karine Godinaud

Salle de Danse du Château d'Ornon 16 Impasse d'Ornon à Gradignan

Les cours s'adressent aux enfants à partir de 9 ans, aux adolescents et adultes débutants ou confirmés. *Ils se composent d'un échauffement à la barre, d'une prise de conscience de l'espace avec différents déplacements, de l'apprentissage de la technique classique et d'une chorégraphie avec un accompagnement pour s'entraîner en vue du spectacle.*

Mercredi Enfants (10/12ans) : 15h45 à 17h00 – 1h15
Ados à partir de 13 ans : 17h00 à 18h30 – 1h30
Ados/Adultes (+ de 16 ans) : 18h30 à 20h00 – 1h30

Reprise des cours de danse classique le 09 sept. 2026

TARIFS PAGE 6

DANSES

Par égard pour les animatrices et animateurs, merci de respecter les horaires

DANSE CONTEMPORAINE - Professeure : Suzie Caillon

Salle de Danse du Château d'Ornon 16 Impasse d'Ornon à Gradignan

La danse contemporaine est une danse très créative, qui compte de nombreux styles. Ses principales caractéristiques techniques sont le travail au sol, la fluidité, l'utilisation du poids du corps dans le mouvement et la mobilité du buste. Elle explore l'espace et la matière, ainsi que toutes les possibilités corporelles, tout en s'appuyant sur un travail technique de préparation du corps. C'est aussi un espace d'expression et de liberté qui laisse beaucoup de place à l'improvisation et au ressenti.

Mardi Enfants (8/11 ans) : 17h45 - 18h45 – 1h
Ados (11/15 ans) : 18h45 - 20h00 – 1h15
Adultes (+ de 15 ans) - Cours technique intermédiaire : 20h00 - 21h30 -1h30

Reprise des cours de danse contemporaine le 15 sept. 2026

DANSE JAZZ - LYRICAL JAZZ – Professeure : Marjorie Macia

Salle de Danse du Château d'Ornon 16 Impasse d'Ornon à Gradignan

Les cours sont ouverts aux enfants, aux ados et aux adultes débutants ou confirmés. Ils se composent d'un échauffement, d'une prise de conscience de l'espace avec différents déplacements, de l'apprentissage de la technique, avec un accompagnement musical de tout genre et une variation qui clôture les séances. Des ateliers sont aussi créés pour développer la créativité en respectant le rythme et en tenant compte des possibilités de chacun. Ce qui diffère le Jazz des autres disciplines c'est, entre autres, le travail d'isolation des différentes parties du corps et le travail de coordination.

Lundi : Débutant (9/11 ans) : 18h00 à 19h – 1h
Jeudi : Ados (13/15 ans) : 18h30 à 20h – 1h30
Ados/adultes (+16 ans) - Débutant/intermédiaire : 20h à 21h30 – 1h30
Vendredi : Enfants (11/13 ans) - Intermédiaire : 18h à 19h – 1h
Ados/adultes (+ 16 ans) - Confirmés : 19h à 20h30 – 1h30
Cours technique – Préparation Concours – OUVERT A TOUS – 20h30 à 21h30 – 1h

Reprise des cours de jazz le 07 sept. 2026

TARIFS PAGE 6

DANSES

Par égard pour les animatrices et animateurs, merci de respecter les horaires

DANSE HIP HOP : Professeure : Kody

Salle Espace Jeunes du Parc de la Tannerie 139-141 rue de la croix de Monjous à Gradignan *La Danse hip hop est née dans les années 70 aux Etats Unis. Le breakdance (danse au sol) à New York et le Locking et Popping à Los Angeles (danses debout). Ces techniques hip hop Old School seront abordées de façon ludique tout en respectant le rythme et le style, sans oublier le freestyle (l'improvisation) ainsi que le L.A. Style.*

Mercredi **Enfants (6/8 ans) - découverte : 14h00 à 15h00 – 1h**
Enfants (9 /11 ans) : 15h00 à 16h00 – 1h
Ados (+ de 12 ans) : 16h00 à 17h30 – 1h30

Reprise des cours de Hip Hop le 09 sept. 2026

TARIFS

Classique – Contemporain – Jazz et Hip Hop

TARIF ANNUEL 2026-2027 Taxe Sacem incluse		
CLASSIQUE / CONTEMPORAINE / HIP HOP / JAZZ		
	De 4 à 17 ans	+ de 18 ans
45mn	187 €	
1h	231 €	258 €
1h15	283 €	314 €
1h30	313 €	346 €
ADHESION FAMILLE AU PLG 32 €		

DANSES

Par égard pour les animatrices et animateurs, merci de respecter les horaires

DANSE AFRICAINE – Professeur : Norbert Sènou (Danseur/Chorégraphe)

Salle Espace Jeunes du Parc de la Tannerie 139-141 rue de la croix de Monjous à Gradignan

Une pratique culturelle et artistique qui permet de découvrir, de s'initier, d'apprendre ou d'approfondir les fondamentaux des danses africaines. Au-delà de la technique, l'esprit dans lequel est pratiquée la danse en Afrique est transmis de façon ludique. Symbolique du mouvement, chants et cris favorisent le « lâcher-prise » et l'accent est mis sur le ressenti, la joie, le partage et le plaisir de danser.

Mardi Ados/adultes (+ de 16ans) : 18h30 à 20h00 – 1h30

Reprise des cours de danse africaine le 08 sept. 2026

TARIF ANNUEL 2026-2027 Taxe Sacem incluse Avec Percussionniste	
1h30	463 €
ADHESION FAMILLE AU PLG 32 €	

DANSE ROCK, DANSES DE SALON, SWING, LINDY-HOP

Salle Espace Jeunes du Parc de la Tannerie 139-141 rue de la croix de Monjous à Gradignan

Seul(e) ou à 2, venez danser dans une ambiance conviviale et décontractée. Vous pourrez acquérir des bases solides en Rock Swing et vous essayer aux danses de couples les plus pratiqués, pour être à l'aise en soirée. Quant aux danses en ligne, elles se pratiquent en groupe et se prêtent au jeu de tous les styles. Elles prennent leur source dans de nombreuses inspirations : disco, madison, swing, mais aussi cha-cha-cha, mambo, valse, tango, et autres danses du monde ! Nous abordons une à deux (courtes) chorégraphies par cours, après l'échauffement, pour un apprentissage en douceur et adapté à chacun(e). Le meilleur moyen de se mettre en joie pour la semaine !

Jeudi Danse selon la demande - en solo : 12h à 13h -1h

Vendredi Rock intermédiaire : 20h à 21h – 1h

Atelier Swing débutant : 21h à 22h – 1h

TARIF ANNUEL 2026-2027 Taxe Sacem incluse LINDY-HOP / ROCK / BALBOA – 1h	
Seul	269 €
Couple	488 €
Ligne SOLO	258 €
ADHESION FAMILLE AU PLG 32 €	

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE

Enfants et Adolescents

Professeures : Mallaury CHARMARTY, Kristell SORE, Aurélie LARHER

Matériel spécialement adapté pour chaque âge.

Gymnase du Parc de la Tannerie 139-141 rue de la croix de Monjous à Gradignan

VU LE SUCCES DE CES SECTIONS, AFIN DE PARTICIPER AUX COURS / ESSAIS :

RÉINSCRIPTION OU PRÉINSCRIPTION OBLIGATOIRES

BEBE GYM - 45 min

Pour les 2 à 3 ans.

La Bébé-gym contribue au développement harmonieux de la motricité des jeunes enfants, elle favorise l'éveil psychomoteur, utilise les particularités des activités gymniques par une approche ludique et pédagogique. Particulièrement respectueuse des rythmes de l'enfant, les petits apprennent à jouer ensemble, à prendre confiance et à respecter des règles.

La présence d'un parent lors des séances est obligatoire

Mercredi ou Samedi à partir du 09 ou 12 Septembre 2026 - hors vacances scolaires

Mercredi de 9h00 à 9h45

OU

Samedi de 9h00 à 9h45 OU de 9h45 à 10h30

TARIF ANNUEL 2026-2027
Bébé Gym – 45 min
1 enfant 187 €
Réduction à partir du 2ème enfant
ADHESION FAMILLE AU PLG 32 €

Par égard pour les animatrices et animateurs, merci de respecter les horaires

GYMNASTIQUE EVOLUTION – 1h

Pour les 4 à 5 ans.

Dans un environnement sécurisé, l'enfant imite l'adulte tout en réalisant son désir de découverte. Dans une recherche d'autonomie gestuelle, l'évolution permet de développer la coordination, l'adresse, l'équilibre et la créativité (travail avec les agrès de gymnastique…).

Mercredi à partir du 09 Septembre 2026 de 10h00 à 11h00 - hors vacances scolaires

TARIF ANNUEL 2026-2027
Evolution – 1 h
1 enfant 198 €
Réduction à partir du 2ème enfant
ADHESION FAMILLE AU PLG 32 €

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE

Par égard pour les animatrices, merci de respecter les horaires d'arrivée et de départ de vos enfants

GYMNASTIQUE LOISIRS – 2h

Initiation aux agrès et découverte générale de la gymnastique artistique avec placement du corps propre à la pratique sans but compétitif. Toutefois, suivant l'évolution et les progrès réalisés ainsi que des désirs de l'enfant, possibilité d'intégrer la section gymnastique de compétition en cours d'année ou l'année suivante.

Mercredi à partir du 09 Septembre 2026

TARIF ANNUEL 2026-2027
Gym Loisir – 2 h

1 enfant 239 €
Réduction à partir du 2ème enfant

ADHESION FAMILLE AU PLG 32 €

GYM LOISIR

De 6 à 9 ans de 11h00 à 13h00

GYM LOISIR ADOS

A partir de 10 ans de 13h30 à 15h30

GYMNASTIQUE COMPETITION à partir de 5 ans

La gymnastique artistique s'effectue sur 4 agrès : le saut, les barres asymétriques, la poutre et le sol. Au sein d'une équipe, votre enfant apprendra, à son rythme, à allier la technique sportive acrobatique à l'expression chorégraphique, tout en développant ses aptitudes motrices. La participation aux compétitions UFOLEP (2 à 3 par an minimum) est obligatoire.

Les enfants qui souhaitent faire de la gymnastique de compétition devront d'abord se présenter en gymnastique loisirs et seront éventuellement redirigés vers la gym de compétition après évaluation.

TARIF ANNUEL 2026-2027

Gym Compétition

1 enfant 285 € (licence comprise)
+ de 18 ans – 1 COURS 263 €
+ de 18 ans – 2 COURS 320 €
Réduction à partir du 2ème enfant
Justaucorps et veste de compétition obligatoire

ADHESION FAMILLE AU PLG 32 €

Les entrainements s'effectuent le mardi et le jeudi

A partir du mardi 1er septembre 2026

Hors vacances scolaires

17h - 21h30 : plusieurs équipes de compétitions

NOUVEAU

GYM + DE 16 ANS - ADULTES -Créneaux à définir à la rentrée – 1h30

Renforcement musculaire, pratique agrès…

Mardi et Jeudi

MUSIQUE

ATTENTION SAUF POUR L'EVEIL - PAS DE COURS D'ESSAI SUR CETTE SECTION SAUF UN EN GROUPES VOCAUX

Par égard pour les animatrices et animateurs, merci de respecter les horaires

EVEIL MUSICAL – Cours collectif de 45 min – Enfants de 5 à 6 ans

Cours collectif pour enfant. Initiation aux sons, aux rythmes, au chant, à partir d'activités ludiques et éveil au piano.

Professeure : Caroline Giuliani

Le mardi de 17h30 à 18h15 – hors vacances scolaires

A partir du 15 Septembre 2026 à Ecole Saint-Exupéry au centre-ville de Gradignan.

Si la section a du succès le groupe sera scindé en 2 (horaire 17h-17h45 et 17h45-18h30)

Enfants à partir de 7 ans, adolescents et adultes

CHANT - Cours individuels de 30 min / 45mn ou en Atelier de 30 ou 45 min-Enfants - Adolescents - Adultes

Au sein du PLG, vous avez la possibilité de prendre des cours de chant individuels de 30 mn ou de cours de 45 mn. Plusieurs styles seront abordés selon vos désirs ou votre envie. Travail sur la respiration, les vocalises, l'interprétation. Vous aurez également la possibilité de participer si vous le désirez, aux différentes manifestations organisées tout au long de l'année comme celle de juin à la Chartreuse, Saint Géry. Dans ces prestations, des « passerelles » entre élèves et professeurs sont faites avec les différentes disciplines de l'école (le piano/ la guitare/ la danse…)

Professeure : Mathilde Berteau-Poncé

Lundi à partir du 14 septembre 2026 – Horaire à définir avec la professeure

Salle de Musique du Château d'Ornon, 16 Impasse d'Ornon à Gradignan.

Lundi de 14H30 à 20h00

Mardi de 14H30 à 19H15

hors vacances scolaires

Duo/Trio Vocal Enfants– 30 min	Atelier Chant Ados / Adultes - 45 min	Cours Individuel – 30 ou 45 min
Mardi – Horaire à définir	Mardi de 19H15-20H00	Lundi ou Mardi

TARIF PAGE 13

INSCRIPTION : VOIR AVEC LE PROFESSEUR POUR L'ATTRIBUTION D'UN CRENEAU AVANT DE VENIR AU SECRETARIAT FINALISER L'INSCRIPTION

MUSIQUE

Enfants à partir de 7 ans, adolescents et adultes

Pour les cours individuel – pas de cours d'essai

Par égard pour les animatrices et animateurs, merci de respecter les horaires

PIANO - Cours individuels de 30 à 45 min – Tous publics – Tous niveaux – Tous styles

Apprenez à jouer du piano ou perfectionnez-vous, tout en vous faisant plaisir.
Tous les styles sont possibles selon les désirs de l'élève. Enseignement personnalisé. Possibilité de duo. Le solfège est intégré dans le cours.

Professeures : Mathilde Berteau-Poncé, **Salle de Musique du Château d'Ornon, 16 Impasse d'Ornon** à Gradignan.
Caroline Giuliani - **Ecole Saint-Exupéry au centre-ville de Gradignan**.

Reprise à partir du lundi 14 septembre 2026

Avec **Mathilde BERTEAU-PONCE**	Avec **Caroline GIULIANI**
Lundi de 14h30 à 20h00	**Lundi 17h00 à 20h00**
Mardi de 14h30 à 19h15	**Mardi de 18h00 à 20h00**
	Mercredi de 13h30 à 20h00

M.A.O (Musique Assistée par Ordinateur) – Cours individuels ou collectifs de 1h
Ordinateur non fourni

La M.A.O est un outil qui ne nécessite pas de pratique musicale au préalable et ne s'adresse pas non plus à un style de musique en particulier.
Notre atelier a pour objectif de vous apprendre ou de vous perfectionner à l'utilisation de logiciels de composition et d'enregistrement musical afin de créer votre propre morceau de musique dans le style de votre choix.
Utiliser des outils de traitement de son, enregistrer tous types d'instruments réels ou virtuels (piano, guitare, basse, batterie, boite à rythme, voix, etc.…), les mixer, produire des arrangements.
Pour la création numérique, l'utilisation des plug-ins, des samples, des effets et traitements, ainsi qu'à agencer et optimiser des sessions pour le live et les ingénieurs du son qui les diffuseront.

Professeur : Finn SALLY

Lundi, Mardi, à partir de 16h30

A partir du Lundi 14 septembre 2026

Hors vacances scolaires

Lundi et Mardi - Bâtiment du Siège du PLG Au centre-ville de Gradignan

TARIF PAGE 13

INSCRIPTION : VOIR AVEC LE PROFESSEUR POUR L'ATTRIBUTION D'UN CRENEAU AVANT DE VENIR AU SECRETARIAT FINALISER L'INSCRIPTION

MUSIQUE

ATTENTION SAUF POUR L'EVEIL - PAS DE COURS D'ESSAI SUR CETTE SECTION SAUF UN EN GROUPES VOCAUX

Enfants à partir de 7 ans, adolescents et adultes

Pour les cours individuel – pas de cours d'essai

Par égard pour les animatrices et animateurs, merci de respecter les horaires

BATTERIE - Cours individuels de 30 à 45 minutes – Tous publics

Apprenez la batterie ou perfectionnez-vous.
Les cours s'adressent aux enfants comme aux adultes, aux débutants comme aux musiciens confirmés.
L'objectif est d'acquérir les connaissances nécessaires et la technique instrumentale.

Professeur : **Finn SALLY**

A partir du mercredi 16 septembre 2026

Mercredi de 9h00 à 20h30 Jeudi et Vendredi de 16h30 à 21h30

Hors vacances scolaires

Salle de Musique du Château d'Ornon, Impasse d'Ornon à Gradignan.

GUITARE - Cours individuels de 30 à 45 minutes – Tous publics – Tous niveaux – Tous styles

Apprenez à jouer de la guitare ou perfectionnez-vous.
Les cours s'adressent aux enfants comme aux adultes, aux débutants comme aux musiciens confirmés.
L'objectif est d'acquérir les connaissances nécessaires et la technique instrumentale.
Au programme, technique et répertoire de la Guitare Classique, Electrique, Basse, Ukulélé et Banjo, etc.

Professeur : Finn SALLY - A partir du Lundi 14 septembre 2026

Guitare Classique, Electrique & Basse, Ukulélé	
Lundi et Mardi à partir de 16h30 – hors vacances scolaires **A partir du 14 Septembre 2026** **Bâtiment du Secrétariat du PLG** **Au centre-ville de Gradignan**	**Mercredi de 9h00 à 20h30** **Jeudi et Vendredi à partir de 16h30** – hors vacances scolaires **A partir du 16 Septembre 2026** **Salle de Musique du Château d'Ornon,** **16 Impasse d'Ornon à Gradignan**

TARIF PAGE 13

INSCRIPTION : VOIR AVEC LE PROFESSEUR POUR L'ATTRIBUTION D'UN CRENEAU AVANT DE VENIR AU SECRETARIAT FINALISER L'INSCRIPTION

MUSIQUE

Enfants à partir de 7 ans, adolescents et adultes

Pour les cours individuel – pas de cours d'essai

ATTENTION SAUF POUR L'EVEIL - PAS DE COURS D'ESSAI SUR CETTE SECTION SAUF UN EN GROUPES VOCAUX

TARIFS

INSCRIPTION : VOIR AVEC LE PROFESSEUR POUR L'ATTRIBUTION D'UN CRENEAU AVANT DE VENIR AU SECRETARIAT FINALISER VOTRE INSCRIPTION

SAISON 2026 – 2027

TARIF ANNUEL

CHANT				BATTERIE / PIANO / GUITARE		
		- de 18 ans	Adultes			
Individuel	30 min	588 €	771 €	Enfant	30 min	588 €
Individuel	45min	879 €	1152 €	Enfant	45 min	879 €
Duo ado – Adulte	45 min	444 €	567 €	Adulte	30 min	771 €
				Adulte	45 min	1152 €
Enfant	30 min	297 €				

M.A.O (Musique Assistée par Ordinateur) Ordinateur non fourni					
		- de 18 ans	Adultes		
Individuel	1h	645 €	858 €	EVEIL MUSICAL	231 €
Groupe	1h	588 €	753 €		

ADHESION FAMILLE AU PLG 32 €

THÉÂTRE - de 1h à 2h - Salle de théâtre Ornon, 16 Impasse d'Ornon à Gradignan

Pour les enfants à partir de 7 ans (CE1), les adolescents et les adultes. Afin d'apprendre à interpréter un rôle, par le biais d'exercices autour de la voix, du corps, de la concentration. Pour explorer sa sensibilité, son imaginaire, ses émotions et exprimer sa créativité, grâce aux exercices d'improvisation. Enfin, pour vivre une aventure collective, basée sur le partage et l'écoute, en participant au spectacle qui sera présenté au festival le Samedi **5 ou 13 juin 2027** au Théâtre des Quatre Saisons à Gradignan, et rencontrer le public. Réalisation d'un stage autour de la vidéo et du jeu d'acteur pendant les vacances de printemps sur la base du volontariat. Voir Stage Court métrage p 21.

Professeure : Elisabeth BOURDON-DARNAULT

Mardi à partir du 22 Septembre 2026

Initiation de Moyenne et grande section maternelle de 17h15 à 18h15 – 1h

Adultes de 19h30 à 21h30 – 2h00

Mercredi de 10h à 11h30 - CP – CE2 - 6/8 ans – 1h30 – Nouveau créneau

Hors vacances scolaires

Par égard pour les animatrices et animateurs, merci de respecter les horaires

Professeur : Ludovic BOURDON

Mercredi - hors vacances scolaires

A partir du 23 Septembre 2026

Primaires à partir de 7 ans de 12h45 à 14h15 – 1h30

6ème - 5ème de 14h15 à 16h00 – 1h45

4ème - 3ème de 16h00 à 18h00 – 2h00

Lycéens et Etudiants de 18h00 à 20h00 – 2h00

Adultes de 20h30 à 22h30 – 2h00

THEATRE - COMBAT SCENIQUE

Professeur : Jean-Joseph MARTIN GONTHIER

Apprenez les techniques de combat de spectacle et de cinéma, et découvrez les techniques de cascades du spectacle et du cinéma. Cours à la fois sportif et artistique.

Jeudi - hors vacances scolaires

A partir du 24 Septembre 2026

A partir de 12 ans/Adultes : de 18h45 à 20h45 – 2h

Atelier d'improvisation

Faites du théâtre en toute décontraction. Exploration de l'impro : atelier d'improvisation, créations de formats, impros longues…

Professeur : Jody FOIX

Lundi - hors vacances scolaires

A partir du 21 Septembre 2026

Ados (11/15 ans) : 17h30 à 19h – 1h30

Lycéens/adultes : 19h à 21h – 2h

TARIF ANNUEL 2026-2027

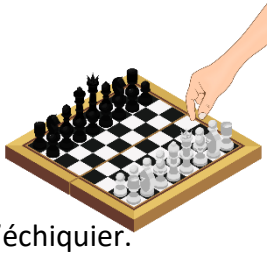
De 3 à 6 ans (CP) – 1h - 167 €
Primaires - 1h30 - 247 €
6ème à 5ème – 1h45 - 289 €
4ème à 3ème – 2h00 - 329 €
Lycéens/Etudiants - 2h00 -329 €
12 à 17 ans – 2h00 - 329 €
Adultes – 2h00 - 384 €
Impro 11/15 ans – 1h30 – 150 €
Impro plus de 16 ans – 2h00 - 221€
ADHESION FAMILLE AU PLG 32 €

Par égard pour les animatrices et animateurs, merci de respecter les horaires

THÉÂTRE (SUITE)

Les samedis, des RDV mensuels seront organisés autour de « **spectacle épique** ». Les informations seront communiquées à l'ensemble des élèves des différents ateliers.
Les soirées du samedi : régulièrement, des soirées autour du théâtre, des jeux de rôles, de *murder party*, seront organisées. Le calendrier vous sera communiqué au début du mois d'octobre.
Stages : 2 à 3 stages de théâtre vous seront proposés au cours de l'année, le temps d'un samedi ou d'un week-end, sur différentes thématiques : mime, *commedia dell'arte*, répertoire classique, etc…
Également, **un stage de préparation à l'oral du bac et du brevet** sera organisé.

***les horaires seront susceptibles d'être aménagées en fonction des effectifs et participant(e)s.**



ECHECS – 1h

Pour les enfants à partir du CP et adultes.
Découvrir les échecs, jeu des rois, ou roi des jeux, de manière ludique.
Sport, jeu ou art, les échecs sont accessibles à tous : chacun trouvera sa place sur l'échiquier.
Les déplacements des pièces, les tactiques et stratégies seront vus progressivement avec un animateur expérimenté.

TARIF ANNUEL 2026-2027

Enfant	**211 €**
Adultes	**248 €**

ADHESION FAMILLE AU PLG 32 €

Samedi - hors vacances scolaires
A partir du 19 septembre 2026
Bâtiment du Secrétariat du PLG au centre-ville de Gradignan.
A partir de 6 ans de 11h00 à 12h00

ARTS PLASTIQUES – de 1h15 à 1h45 - Pour les enfants de 5 ans à 15 ans

L'atelier d'arts plastiques est un lieu d'éveil et de sensibilisation au monde. Il se propose d'offrir un espace pour découvrir et développer des outils d'expression. À travers l'exploration de différentes techniques et projets, dans lesquels les enfants sont invités à définir ensemble certaines attentes, chacun sera guidé pour trouver ses propres ressources créatives.

TARIF ANNUEL 2026-2027

5 à 7 ans – 1h15	**194 €**
8 à 10 ans – 1h30	**231 €**
11 à 15 ans – 1h45	**269 €**

Réduction à partir du 2ème enfant

ADHESION FAMILLE AU PLG 32 €

Professeure : Amélie RULETA
Mercredi - hors vacances scolaires
A partir du 09 Septembre 2026
Ecole Primaire Saint-Exupéry au centre-ville de Gradignan
De 5 à 7 ans : de 15h15 à 16h30 – 1h15
De 8 à 10 ans : de 16h30 à 18h00 – 1h30
De 11 à 15 ans : de 13h30 à 15h15 – 1h45

Par égard pour les animatrices et animateurs, merci de respecter les horaires

ANGLAIS

Bâtiment du Secrétariat du PLG au centre-ville de Gradignan

Pour les enfants à partir du CP et les adultes

Cours enfant - 1h : les enfants s'éveillent avec plaisir de la langue grâce à des activités manuelles, des jeux, lectures d'albums, des chansons et la découverte des traditions culturelles anglophones.

Cours adultes niveau pré-intermédiaire (anciens débutants) – 1h30 : vous avez quelques bases en anglais OU en espagnol mais vous manquez de pratique ou bien tout ceci est un peu loin. A partir d'une méthode basée sur la vie quotidienne, la culture et les loisirs, vous pourrez enrichir votre vocabulaire et consolider vos bases.

Cours adultes niveau pré-intermédiaire/intermédiaire – 1h30 : si vous êtes un peu plus à l'aise, venez rejoindre les participants de ce groupe. Nous aborderons également des sujets de la vie quotidienne, culture et loisirs au travers de mises en situations et conversations.
Tout ceci dans une ambiance conviviale et détendue.
Pour les cours adultes, nous utilisons des ouvrages et supports audios

ANGLAIS : Mercredi - hors vacances scolaires

A partir du 9 Septembre 2026

Enfants du CP au CM2 de 16h00 à 17h00 – 1h

Adultes niveau débutant de 17h00 à 18h30 – 1h30

Adultes niveau intermédiaire de 18h30 à 20h00 – 1h30

Professeure : Virginie MATHIEU

TARIF ANNUEL 2026-2027

Enfant	**195 €**
Adultes	**322 €**

ADHESION FAMILLE AU PLG 32

Par égard pour les animatrices et animateurs, merci de respecter les horaires

EVEIL AU SPORT – 1h

Pour les enfants de 3 à 6 ans

Au travers de plusieurs ateliers, l'enfant pourra développer ses capacités motrices et investir son schéma corporel.
Les ateliers aussi bien moteurs que d'expression ou de perception.
Parcours et travail avec les agrès de gymnastique.

Professeur : Goran TRENTINI

Vendredi de 17h15 à 18h15 - Hors vacances scolaires

Début des cours vendredi 11 septembre 2026

Pavillon des Sports – Cité Jardin 2 rue Alfred de Vigny à Gradignan

TARIF ANNUEL 2026-2027

1 enfant	**198 €**
Réduction à partir du 2ème enfant	

ADHESION FAMILLE AU PLG 32 €

FITNESS – 1h

Pour les adolescents et les adultes.

Enchaînements toniques et dynamiques de pas simples visant à travailler la coordination, le renforcement musculaire et le cardio respiratoire. Etirements et assouplissements visant à développer la récupération et la souplesse. Retour au calme et relaxation par un travail de respiration.
Travail en musique dans une ambiance détendue, ***en respectant les capacités et le rythme de chacun.***

Professeur : Goran TRENTINI

Vendredi de 18h15 à 19h15 - hors vacances scolaires

A partir du 11 Septembre 2026

Pavillon des Sports – Cité Jardin 2 rue Alfred de Vigny à Gradignan

TARIF ANNUEL 2026-2027

Enfant	**231 €**
Adulte	**258 €**

ADHESION FAMILLE AU PLG 32 €

Par égard pour les animatrices et animateurs, merci de respecter les horaires

FOOTING CIRCUIT TRAINING – 1h

Footing entrecoupé de petites sessions de Fitness. L'objectif est d'améliorer toutes les capacités physiques et motrices dans une ambiance féminine, conviviale, détendue et bienveillante.

Professeure : Alice Roubeix

Parc de Cayac – Prieuré de Cayac, RDV au kiosque pour le départ. Parcours évolutif

Activité exclusivement féminine.

TARIF ANNUEL 2026-2027
SPORTS EN EXTERIEUR

Adulte - 1h	**198 €**

ADHESION FAMILLE AU PLG 32 €

Mardi de 19h00 à 20h00

A partir du 8 Septembre 2026 - hors vacances scolaires

HOOPTONIC®/MOBILITE – 45 min + 15 min – En salle

Professeure : Alice Roubeix

A partir de 10 ans et les adultes.

Entrez dans le cercle !

Au programme : CARDIO - RENFORCEMENT MUSCULAIRE - CERCEAU : remise en forme et de renforcement musculaire avec le cerceau en mains et à la taille, du déhanché, des chorégraphies, du hoopball sur fond de musiques entrainantes !

Résultats ?

Grâce au Hooptonic® on prend confiance en soi et en son corps car c'est un sport complet, où l'on progresse à chaque séance. La sangle abdominale est renforcée et affinée tout en douceur grâce au travail des muscles profonds. Une attention particulière est portée sur la posture pour adopter les bonnes habitudes. Tout au long de la séance, on brûle les calories, on améliore son endurance et son équilibre, on entretient sa souplesse et on travaille sa coordination.

C'est une excellente manière de reprendre une activité physique et être en forme car on fait du sport en s'amusant. Le HoopTonic® est bon pour le moral, on défie les lois de la gravité et le rire est de mise, c'est pourquoi on en redemande !

De plus cette méthode est ACCESSIBLE A TOUS même si vous n'avez jamais fait tourner un cerceau autour de votre taille ! En effet, vous bénéficiez des bonnes instructions et des bons gestes d'une instructrice certifiée. De plus les cerceaux fournis ont le poids et le diamètre idéal pour apprendre le hula hoop.

Gardez la ligne devient un jeu d'enfant !

Jeudi de 19h à 19h45/20h ou 20h/20h15 à 21h

A partir du 10 septembre 2026- hors vacances scolaires

Salle Espace Jeunes du Parc de la Tannerie 139-141 rue de la croix de Monjous à Gradignan

TARIF ANNUEL 2026-2027

Enfant - de 14 ans	**174 € + 57 €**
+ de 14 ans / Adulte	**195 € + 63 €**

ADHESION FAMILLE AU PLG 32 €

Par égard pour les animatrices et animateurs, merci de respecter les horaires

PILATES – 1h + STRETCHING - 1h30 (Proposé uniquement aux participant(e)s du Pilates)

Pour les adultes et séniors. – Prévoir tapis spécial Pilates

La méthode Joseph Pilates est dense et évolutive et ces ateliers sont adaptés pour tous public et tous niveaux comprenant des exercices en respiration et lents pour renforcement muscles profonds.
Le stretching, méthode d'étirement des muscles pour gagner en souplesse, sera utilisée en complément du renforcement musculaire offert par le Pilates.

Professeure : Virginie Biraud

Mardi 12h30 à 13h30 + STRETCHING de 13h30-14h00
Jeudi de 9h à 10h – Pilates Débutants
OU Vendredi 12h15-13h15+STRETCHING – >13h45
Mardi Inter-/Avancés – Jeudi ou Vendredi - Débutants

A partir du Mardi 8 Septembre 2026
Hors vacances scolaires

Salle Espace Jeunes du Parc de la Tannerie 139-141 rue de la croix de Monjous à Gradignan

TARIF ANNUEL 2026-2027

Pilates	**1h**	**258 €**
Pilates + Stretching	**1h30**	**385 €**

(Proposé uniquement aux participants du Pilates)

ADHESION FAMILLE AU PLG 32 €

JUDO

Le judo, **dès 4 ans,** débute par l'apprentissage des chutes avec l'évitement du contact de la tête avec le tapis. Un réflexe qui sera préservé durant toute une vie et qui permettra à nos jeunes pratiquants de se prémunir des chutes les plus périlleuses.
Pour les enfants, adolescents et adultes, pratiquer le judo permet d'améliorer sa coordination, sa précision, sa musculation ce qui offre au pratiquant la possibilité d'évoluer plus facilement s'il se dirige vers d'autres activités. Accès à la compétition pour ceux que le désirent (tournois FFJDA).

Professeur : Philippe Moffen

A partir du Mercredi 09 Septembre 2026 - hors vacances scolaires :
Le Mercredi et le Jeudi : Dojo Pierre Toupiac Avenue Jean Larrieu à Gradignan
Le Samedi : Dojo du Parc de la Tannerie 139-141 rue de la croix de Monjous à Gradignan

Le mercredi à partir de 11 ans de 17h30 à 19h00 – 1h30
Le jeudi de 7 à 10 ans de 18h30 à 19h30 – 1h OU
Le samedi de 7 à 10 ans de 10h00 à 11h00 – 1h
Le samedi de 4 à 6 ans de 11h00 à 12h00 – 1h
Elèves inscrits en compétition, le samedi de 12h00 à 13h30 – 1h30

TARIF ANNUEL 2026-2027
+ Licence FFJDA (46€) - non comprise dans le tarif

Enfant de – de 7 ans	**153 €**
1 enfant	**192 €**
Réduction à partir du 2ème enfant	
Adulte	**240 €**

ADHESION FAMILLE AU PLG 32 €

Par égard pour les animatrices et animateurs, merci de respecter les horaires

VOVINAM VIET VO DAO

Pour les enfants à partir de 13 ans et les adultes :

Art martial vietnamien, le Vovinam Viet Vo Dao est l'œuvre de tout un peuple engagé tout au long de l'histoire dans une lutte pour la préservation de son identité. Depuis sa fondation en 2879 avant J.C., des étapes clés ont assuré une lente maturation de ce qui allait devenir un art martial, conjuguant tradition et modernité.

Ses différentes techniques :

- Technique de pied -poing, de coude et de genou, projection, de clé, lutte vietnamienne,
- Technique d'armes (sabre, bâton, couteau, hallebarde, etc…)
- Etude de concentration, de recherche d'énergie interne, de souplesse, de relaxation, etc.

Ados	**153 €**
Adulte	**178 €**

ADHESION FAMILLE AU PLG 32 €

A partir du Mardi 25 Août 2026– hors vacances scolaires

Mardi de 20h00 à 21h45
Jeudi de 19h30 à 21h30

Mardi au Dojo du Parc de la Tannerie 139-141 rue de la croix de Monjous à Gradignan
Jeudi et Samedi au Dojo Pierre Toupiac Avenue Jean Larrieu à Gradignan

YOGA – 1h30 – Hatha Yoga

Pour les adultes.

Quel que soit votre âge, votre condition physique ou votre expérience. Il n'est pas nécessaire d'être souple ou sportif pour commencer : le yoga s'adapte à chacun et non l'inverse. Dans une ambiance bienveillante et sans jugement, nous explorerons des postures, des exercices de respiration et des moments de relaxation afin de : relâcher les tensions, améliorer la souplesse, renforcer le corps, apprendre à mieux respirer…

Chaque participant est invité à pratiquer à son rythme. Des adaptations sont proposées afin que chacun puisse profiter pleinement des bienfaits du yoga. Les séances sont pensées comme un moment pour prendre soin de soi, se reconnecter à son corps et partager un instant de convivialité.

Que vous soyez débutant ou déjà pratiquant, vous êtes le bienvenu.

Professeure : Chloé Quereix

Mardi ou Jeudi - hors vacances scolaires
A partir du mardi 8 Septembre 2026
Mardi de 9h15 à 10h45
Jeudi de 18h30 à 20h00

TARIF ANNUEL 2026-2027

1 séance / semaine	**387 €**
2 séances / semaine	**713 €**

ADHESION FAMILLE AU PLG 32 €

Pavillon des Sports – Cité Jardin 2 rue Alfred de Vigny à Gradignan

Par égard pour les animatrices et animateurs, merci de respecter les horaires

QI GONG – 1h

Pour les adultes.

Véritable gymnastique de santé et de longévité, il permet de réguler les activités fonctionnelles de l'organisme et de maintenir l'équilibre physique. La variété des techniques permet de pratiquer cette discipline à tout âge car il peut se pratiquer debout, assis, et même en position couchée pour les malades hospitalisés. Il n'existe aucune contre-indication à la pratique de cette discipline. Un entraînement doux et régulier permet de voir rapidement les bénéfices de la pratique sur la santé et sur l'émotionnel car le Qi Gong permet de renforcer, de faire circuler l'énergie vitale du corps.

Pour les cours, prévoir des vêtements amples et souples.

Professeure diplômée, 2ème Duan : Isabelle SIMON

TARIF ANNUEL 2026-2027	
Adulte	298 €
ADHESION FAMILLE AU PLG 32 €	

Mardi de 8h45 à 9h45

Ou Mercredi de 10h00 à 11h00

A partir du Mardi 15 Septembre 2026 – hors vacances scolaires

Salle Espace Jeunes du Parc de la Tannerie 139-141 rue de la croix de Monjous à Gradignan

VOLLEY BALL – 2h

Jeunes de 15 à 18 ans (avec entraineur)
Adultes ayant déjà une expérience du volley-ball

- Le cours de 15-18 ans est animé par un entraîneur permettant une réelle progression sur l'année.
- Le cours adulte vous propose une pratique du volley, en loisir uniquement. Cette pratique s'inscrit dans le cadre d'un entraînement hebdomadaire. Pour ceux qui le souhaitent, possibilité d'intégrer une équipe pour jouer des matchs en semaine.

Les séances sont constituées de différents moments : une phase d'échauffement, plusieurs phases d'exercices et une phase de match.

Lundi ou Vendredi à partir du lundi 31 août pour les adultes et du 18 Septembre pour les ados - hors vacances scolaires

Jeudi de 20h30 à 22h30 au Gymnase St Géry 5 Allée Promenades Fernand Lataste à Gradignan - Réservé pour les matchs

Adultes : Lundi de 20h30 à 22h30 au Gymnase St Géry

De **15** à **18 ans (2 groupes) : Vendredi de 19h45 à 22h45 à l'INJS Cours Général de Gaulle de Gradignan**

TARIF ANNUEL 2026-2027

Avec Licence		Sans Licence	
Adulte	105 €	Etudiant / 15 à 17 ans	90 €
Etudiant	98 €	Adulte	71 €
ADHESION FAMILLE AU PLG 32 €			

PROCHAINEMENT

NATATION – 1h

Piscine actuellement fermée pour travaux. Plus d'informations à venir prochainement.

Pour tous les publics
Afin d'apprendre à nager, à être bien dans l'eau, ne pas avoir peur et se perfectionner.

Tous les Samedis :
Enfants non débutants : **Samedi** de **14h00** à **15h00**
Enfants débutants : **Samedi** de **15h00** à **16h00**
Enfants non débutants / Initiation sauvetage / Adultes : **Samedi** de **16h00** à **17h00**

TARIF ANNUEL 2026-2027

A définir en fonction du prix de location du bassin

Rentrée **: Piscine actuellement fermée pour travaux. Plus d'informations à venir prochainement.**
22 séances dans l'année hors vacances scolaires - **Piscine universitaire, domaine du CREPS** à Talence

STAGES

Tarifs : *Tous les tarifs comprennent le transport, l'hébergement, le repas, les activités et les animations pour toute la durée du séjour.* ***Des arrhes -non remboursable en cas de désistement - correspondant à 20 % du montant du stage vous sera demandé à l'inscription. Encaissement immédiat.***

Vacances de printemps

Section Théâtre : Création d'un court métrage

Pour les inscrits à la section théâtre, le tournage d'un court métrage écrit par les élèves est proposé. Pendant 24 heures, découvrez l'envers du décor d'un plateau de tournage avec du matériel et des intervenants professionnels. Découvrez ensuite le résultat après montage, sur grand écran !

Période : **Vacances de printemps**
Durée : **24 heures**
Pour les 6è, 5è, 4è, 3è, 2nde, 1ère, Tnale, Etudiants et les Adultes.

Inscriptions directement en cours de Théâtre.

Stage de printemps

Les informations seront annoncées en cours de saison sur notre site : www.plg33.com

SEJOURS VACANCES

Tarifs : *Tous les tarifs comprennent le transport, l'hébergement, le repas, les activités et les animations pour toute la durée du séjour.* ***Des arrhes correspondant à environ 20 % du montant du stage vous seront demandées à l'inscription. Encaissement immédiat- NON REMBOURSABLE.***

Tous nos séjours sont encadrés par des animateurs diplômés

Vacances d'hiver
Séjour Ski

Ce séjour, dans un centre de vacances tout confort, est à 15 minutes des pistes et va permettre à votre enfant de maîtriser les bases du ski ou bien de se perfectionner grâce aux conseils des animateurs.
Au programme : 5 journées de ski, luge, batailles de boules de neige, veillées, convivialité, ...

Période : **2ème semaine des Vacances d'Hiver**
Durée : 7 jours
Pour les enfants de 7 à 17 ans
23 places disponibles
Inscriptions au secrétariat **à partir de fin Octobre**

Un questionnaire santé sera demandé pour permettre l'inscription

Vacances d'été
Séjour Robinson

Ce séjour permettra à votre enfant de gagner en autonomie en effectuant un retour à la vie « sauvage » avec un hébergement sous tente (cuisine en dur) dans une base de loisirs de groupe. Les enfants participeront à la vie collective avec montage et démontage des tentes, préparation des repas, etc….
Programme envisagé : construction de cabanes, activités extérieures selon le site, grands jeux nature, baignade, découverte ludique des environs ...
Une ambiance familiale qui ravit les enfants chaque année.

Période : **Deuxième ou Troisième semaine de juillet**
Durée : 5 jours
Pour les enfants de 6 à 12 ans
23 places disponibles

Inscriptions au secrétariat **à partir de fin Mars**

Un questionnaire santé et un brevet de natation sont demandés pour permettre l'inscription

NOTES

no

REMERCIEMENTS

ville de **gradignan**

Le PLG est subventionné par la Ville de Gradignan

Nous remercions chaleureusement l'ensemble des services de la Mairie de Gradignan pour leur soutien et leur aide tout au long de l'année

Merci à toutes les familles adhérentes, à tous nos professeurs ainsi qu'à tous les partenaires qui nous soutiennent tout au long de la saison.