

■ BRETTE

L'Adanc a calé son programme

L'Association pour le développement de l'animation du Nord-Charente (Adanc) débutera ses activités de country line dance, de gym et de zumba fitness lundi 8 septembre. Avec des nouveautés: expression gymnique d'éveil corporel et musical (6-9 ans) le mercredi à la salle des fêtes de La Faye (14h30-15h30) puis gym enfants 4-5 ans de 15h45 à 16h30; gym douce le mardi de 18h à 19h et gym form' le mardi de 19h à 20h à la salle des fêtes de Fouqueure. Ces séances sont encadrées par des animatrices professionnelles, Sylvie Damy-Berger et Catherine Cox, aidées de Marie-Laure Rivaux, animatrice des cours de country line dance d'Alloue.

Zumba fitness: lundi (18h30-19h15) à Melle (79), salle des fêtes Jacques-Prévert; mardi (19h30-20h15), salle des fêtes de La Faye.

Gym activ' (aérobic, renforcement musculaire, stretching): mardi (18h15-19h15) à La Faye; jeudi (18h30-19h30), salle polyvalente de Maine-de-Boixe.

Gym form' (renforcement musculaire, stretching): lundi (18h30-19h30) à La Faye; mardi (19h-20h), salle des fêtes de Fouqueure; jeudi (19h-20h), salle des fêtes de Verteuil-sur-Charente.

Gym douce: mardi (16h-17h) à La Faye; mardi (18h-19h) à Fouqueure.

Gym enfants 6-9 ans (expression gymnique-éveil corporel et musical): mercredi (14h30-15h30) à La Faye.

Gym enfants 4-5 ans: mercredi (15h45-16h30) à La Faye.

Danse country enfants 8-12 ans: mardi (17h15-18h15) à La Faye.

Country line dance adultes. Niveau débutant: lundi (19h30-20h30) à Melle (79); lundi (19h30-20h30) à La Faye; mardi (19h-20h), salle des fêtes d'Alloue.

Niveau débutant-moyen: mercredi (20h30-22h), salle des fêtes Verdille.

Niveau moyen-novice: jeudi (19h30-20h30) à Maine-de-Boixe; mardi (20h-21h) à Alloue; jeudi (20h-21h) à Verteuil-sur-Charente. Niveau moyen-intermédiaire: lundi (20h30-21h30) à Melle (79); mercredi (19h-20h), salle des fêtes de Gourville.

Niveau intermédiaire: lundi (20h30-21h30) à La Faye.

Niveau intermédiaire-avancé: jeudi (20h30-21h30) à Maine-de-Boixe. Deux séances d'essai sans engagement sont proposées.

À partir du 12 septembre, Sylvie Damy-Berger animera un cours de gym douce destiné aux seniors le vendredi (10h30-11h30) pour l'association Nanteuil Loisirs Détente à la salle des fêtes de Nanteuil-en-Vallée.

À partir du 10 septembre, Catherine Cox animera deux séances de country line dance pour le Club Horse Side à la salle des fêtes de Vars le mercredi: 19h30-20h45 pour le niveau débutant; 20h45-22h pour le niveau novice-moyen.

Contact: 05 45 31 16 36; www.adanc.com; adancbrettes@orange.fr



Les tout-petits aussi ont droit à leurs séances de gym, ici avec Catherine Cox et Marie-Laure Rivaux.

Photo Cl