Gymnastique volontaire

AMICALE LAIQUE CHALAISIENNE

8 rue d'Angoulême - 16210 CHALAIS
Tel. 06 23 18 00 94
Email. amicale-laique-de-chalais@orange.fr - Site Web. http://amicalechalais.free.fr

Une plaquette est disponible sur le site : info-jeunesse16.com, rubrique les bonnes adresses.

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Zumba
Gym fit : Gym douce, Gym Hiit, Gym Div'

Publics, jours et horaires sur le site

AMICALE LAIQUE D'ANGOULEME - ALA

14 rue Marcel Paul - 16000 ANGOULEME
Tel. 05 45 95 64 03
Email. valerie.delacroix@amicale-laique-angouleme.fr - Site Web. https://www.amicale-laique-angouleme.fr/

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Atelier gymnastique douce.

le mardi de 9h15 à 10h15 avec Pascale Dreano à la ferme des valettes.

AMICALE LAIQUE DE CHAMPNIERS

1, Rue des Grises Musiciennes - Mairie - 16430 CHAMPNIERS
Tel. 0603891398
Email. amicalelaique.champniers@gmail.com

Une plaquette est disponible sur le site : info-jeunesse16.com, rubrique les bonnes adresses.

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Gym douce (renforcement doux), Pilates.

Lieu, jours et horaires, voir le site.

ANGOULEME GV

Siège social : 10 place Gustave Courbet - 16000 ANGOULEME
Tel. 06 41 10 10 99 - Portable. 06 41 10 10 99
Email. angoulemegv10@gmail.com - Site Web. http://www.sport-sante.fr

Une plaquette est disponible sur le site : info-jeunesse16.com, rubrique les bonnes adresses.

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Activités : Gym diversifiée, pour tous publics (Renforcement musculaire, postural, cardio, abdominaux, étirements, Fit Ball,), lundi, et jeudi, Pilates le mercredi soir, Gym douce le mardi matin, Séance APA (Activités Physiques Adaptées) le jeudi de 14h00 à 15h00.

Lieux de pratique : Espace Louis Aragon Ma Campagne, Salle omnisports Grand Font, CSCS Rives de Charente.

Pour toutes informations complémentaires, prendre directement contact avec le club.

ASSOCIATION CULTURELLE DETENTE LOISIRS - ACDL

Maison des Jeunes et de la Culture, 42 rue nationale - 16440 ROULLET
SAINT ESTEPHE
Tel. 05 17 20 04 45
Email. acdlroullet@gmail.com - Site Web. http://www.acdlroullet.fr

Une plaquette est disponible sur le site : info-jeunesse16.com, rubrique les bonnes adresses.

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Gym Fitness
Animateur Bernard ZITOUNI CHANEDIERAS: 06 41 39 01 88

- Gym - Aérobic Salsa: le lundi et le vendredi
- Stretching Yoga: le mercredi (pour adultes)
- Fessiers Abdos et séances de Pilates: le vendredi (pour adultes)
- Pilates thérapeutique: le vendredi (pour adultes)

horaire et lieu sur le site.

ASSOCIATION EXPRESSIONS

L'Esplanade, 19 bis avenue de l'Union - 16710 SAINT YRIEIX SUR CHARENTE
Tel. 05 45 93 14 97
Email. expressions16@wanadoo.fr - Site Web. http://www.expressions16.fr

Une plaquette est disponible sur le site : info-jeunesse16.com, rubrique les bonnes adresses.

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Gym diversifiée

ASSOCIATION POUR LE DEVELOPPEMENT DE L'ANIMATION AU NORD CHARENTE - ADANC

5 rue des Puits - 16240 BRETTES
Tel. 05 45 31 16 36 - Fax. 05 45 31 16 36
Email. adancbrettes@gmail.com - Site Web. http://www.adanc.com

Une plaquette est disponible sur le site : info-jeunesse16.com, rubrique les bonnes adresses.

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Gym form' (FOUQUEURE-LA FAYE)
Gym douce (LA FAYE-FOUQUEURE)
Line et country Dance :
-niveau DEBUTANT (LA FAYE - VARS)
-niveau MOYEN (FOUQUEURE- VARS)
-niveau INTER/AVANCE (FOUQUEURE)

BIBLIOTHEQUE MUNICIPALE

5 impasse du bourg - 16400 PUYMOYEN
Tel. 05 45 64 72 93 - Portable. 06 80 68 85 14
Email. bibliotheque@puymoyen.fr - Site Web. http://www.puymoyen.fr

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Gym détente
Voir jours et horaires sur le site internet.

BRIE LOISIRS ET CULTURE

42, ruette Saint-Medard, Le bourg - 16590 BRIE
Tel. 05 45 69 82 10 - Portable. 0545698210
Email. association.blc@orange.fr - Site Web. http://www.blc.brie.fr

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Gym-Fit : Salle des fêtes de Brie
Contact Christelle Dudoit : 06 11 49 68 60

Zumba Adultes (à partir de 13 ans)
Zumba kids pour les 4/7 ans et 8/12 ans.
Contact : Julie Glangetas au 06.58.49.83.85

CENTRE D'ANIMATION DE COGNAC

9A place Cagouillet - 16100 COGNAC
Tel. 05 45 32 17 28
Email. accueil@centre-animation.com - Site Web. http://centre-animation.com

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Fitness
Maintien corporel
Gym pilates

Publics, jours et horaires, voir notre site

CENTRE D'ANIMATION LOISIRS ET CULTURE DE CHAMPAGNE MOUTON - CALCCM

1place des Tilleuils - 16350 CHAMPAGNE MOUTON
Tel. 05 45 31 92 93 - Portable. 06 41 17 84 85
Email. calccm@wanadoo.fr - Site Web. https://www.facebook.com/calccm.champagnemouton/?locale=fr_FR

Une plaquette est disponible sur le site : info-jeunesse16.com, rubrique les bonnes adresses.

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Plaquette jointe

CENTRE SOCIAL CULTUREL ET SPORTIF AMICALE LAIQUE DU GOND PONTOUVRE - CSCS

Avenue du Général de Gaulle - 16160 GOND PONTOUVRE
Tel. 05 45 68 18 78 - Portable. 05 45 68 18 78
Email. algp16.asso@gmail.com - Site Web. http://www.cscs-algond.org

Une plaquette est disponible sur le site : info-jeunesse16.com, rubrique les bonnes adresses.

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Gym sport santé :
Jeudi de 17h à 18h ou 18h à 19h
Salle polyvalente du centre social
Coût est de 100 € par an + 5 € adhésion

Pilates :
Vendredi de 18h à 19h
Salle polyvalente du centre social
Coût est de 175 € par an + 5 € adhésion

Tai chi chuan :
Jeudi de 18h à 19h cours débutants
Jeudi de 19h à 20h15 cours confirmés
Espace Jean charcot
Coût est de 220 € par an + 5 € adhésion

CENTRE SOCIAL CULTUREL ET SPORTIF FOYER LAIQUE D'EDUCATION PERMANENTE - EPICERIE SOCIALE - CSCS FLEP

9 boulevard Léon Blum, BP 60018 - 16800 SOYAUX
Tel. 05 45 93 11 58 - Portable. 0650577984
Email. cscs.soyaux@orange.fr - Site Web. http://www.cscsflep.com

CENTRE SOCIAL KALEIDOSCOPE - KALEIDOSCOPE

1 place de l'Egalité - 16470 SAINT MICHEL
Tel. 05 45 91 72 49
Email. accueil@kaleidoscope-saintmichel.fr - Site Web.
https://kaleidoscope-saintmichel.com/

Une plaquette est disponible sur le site : info-jeunesse16.com, rubrique les bonnes adresses.

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Gymnastique le lundi et le jeudi pour les adultes

Horaire et lieu voir sur la plaquette

CENTRE SOCIO CULTUREL ET SPORTIF AMICALE LAIQUE DE SAINT YRIEIX SUR CHARENTE - CSCS AL

19 bis Avenue de l'Union, L'esplanade - 16710 SAINT YRIEIX SUR CHARENTE
Tel. 05 45 92 14 82 - Portable. 0545921482
Email. accueil@cscsal-aredien.com - Site Web.
https://www.cscsal-aredien.com

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Gym entretien inter-âges.
Gym douce adultes et seniors.

Publics, jours et horaires, voir le site internet.

COMITE DEPARTEMENTAL D'EDUCATION PHYSIQUE ET DE GYMNASTIQUE VOLONTAIRE - CODEP GV 16

Domaine de la Combe, 241 rue des Mesniers, Maison départementale des sports - 16710 SAINT-YRIEIX SUR CHARENTE
Tel. 05 45 25 32 51
Email. codep.epgv.charente@wanadoo.fr - Site Web. http://www.sport-sante.fr/accueil/

ACTIVITES DE CET ORGANISME

-Le CODEP de la Charente favorise la création et le fonctionnement des associations. Il informe le public sur les avantages de pratiquer une activité.

CSCS - EFFERVESCENTRE

3 route du sergent sourbé - 16440 ROULLET SAINT ESTEPHE
Tel. 05 45 67 84 38 - Portable. 07 88 88 40 94
Email. contact@effervescentre.fr - Site Web. http://www.effervescentre.fr

Une plaquette est disponible sur le site : info-jeunesse16.com, rubrique les bonnes adresses.

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Ouverture du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h à 17h.
Ouvert à tous.

Accompagnement à l'emploi :
- Aide à la recherche d'emploi (CV, Lettre de motivation, préparation à l'entretien d'embauche...)

Espace FRANCE SERVICE

Cet accompagnement peut être collectif (programme à demander auprès de la référente : social@effervescentre.fr), ou en individuel sur rendez-vous et par téléphone.

CSCS - MJC RIVES DE CHARENTE - CSCS - MJC RIVES DE CHARENTE

5 chemin du Halage - 16000 ANGOULEME
Tel. 05 45 94 81 03
Email. secretariat@cscs-rivesdecharente.com - Site Web.
http://www.cscs-rivesdecharente.com

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Gym Douce pour adultes le mardi de 14h30 à 15h30

ENERGYM

Place Genainville - 16400 PUYMOYEN
Tel. 05 45 65 09 29 - Portable. 06 07 64 64 93
Email. energy16400@gmail.com

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Gymnastique volontaire (à partir de 16 ans).

FOYER D'ANIMATION PUYMOYEN

8 impasse de la Prairie - 16400 PUYMOYEN
Tel. 06.20.72.49.63 - Portable. 0677061025
Email. rand.eauxclaires@orange.fr - Site Web. https://www.puymoyen.fr/associations/

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Gym détente.

GV DES RIFFAUDS

Les Riffauds, 441 route des arnauds - 16600 RUELLE SUR TOUVRE
Tel. 05 45 65 44 07 - Portable. 06 19 43 98 88
Email. gvdesriffauds@laposte.net

ACTIVITES DE CET ORGANISME

UNE SEANCE LE LUNDI DE 19 h à 20 h

UNE SEANCE LE JEUDI DE 19 H A 20 H

GV MAGNAC SUR TOUVRE

3 rue Henri Rousseau - 16600 MAGNAC SUR TOUVRE
Tel. 05 45 68 00 55
Email. gvtouvre@gmail.com

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Gymnastique volontaire adulte, hommes et femmes.

GYMNASTIQUE VOLONTAIRE CHARENTE

235 Rue des Mesniers, Maison des sports - 16710 Saint-Yriex-Sur-Charente
Tel. 05 45 25 32 51
Email. epgv.charente@laposte.net

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Publics, jours et horaires, prendre contacte contacter directement le club.

GYMNASTIQUE VOLONTAIRE SENIORS ST CYBARD

5 Chemin du Halage - 16000 ANGOULEME
Tel. 06 71 28 48 21 - Portable. 06 71 28 48 21
Email. josete.guibert@orange.fr

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Gymnastique douce pour seniors

lundi de 14h30 à 15h30 et le jeudi de 10h à 11h

KHI DAO BALZAC / VINDELLE

Appt C56 des Balcons de Bellevue, 4, impasse des Rossignols - 16000 ANGOULÊME
Tel. 05 45 67 08 18 ou 06 88 75 43 29 - Portable. 06 88 75 43 29
Email. VVD-TLTSP-16@hotmail.fr - Site Web. https://vietvodao-charente.fr/menu/accueil.html

Une plaquette est disponible sur le site : info-jeunesse16.com, rubrique les bonnes adresses.

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Gymnastique d'entretien (assouplissements, musculation douce, exercices respiratoires et énergétiques, recherche du bien-être et de l'harmonie).
Cours pour adultes et adolescents (à partir de 15 ans), tout près d'Angoulême, le jeudi de 18h00 à 19h00 à la salle des fêtes de Balzac (à côté de la mairie), le mercredi de 17h45 à 19h00 et le vendredi de 18h00 à 19h15 à l'ancienne salle des fêtes de Vindelle (à côté de la mairie).

LA GV DES AINES DE SAINT MICHEL

31 Les Hauts de Chantoiseau, Chez DESVARD M. - 16470 SAINT MICHEL
Tel. 05 45 91 60 86 - Portable. 06 35 13 16 18
Email. marie.soudanas@orange.fr

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Publics, jours et horaires, contacter directement le club.

MAISON DES JEUNES ET DE LA CULTURE JULES BERRY - MJC

3 place Simon Dugaleix - 16440 MOUTHIERS SUR BOEME
Tel. 05 45 21 48 76
Email. mjc-jules-berry@orange.fr

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Culture physique tous publics
STRONG BY ZUMBA à partir de 16 ans

Lieux et horaires dans le site.

MAISON DES JEUNES ET DE LA CULTURE SERGE GAINSBOURG - MJC

6 place de l'Eglise - 16730 FLEAC
Tel. 05 45 91 24 39
Email. secretariat@mjcsgainsbourg.com - Site Web.
http://www.mjcsgainsbourg.com

Une plaquette est disponible sur le site : info-jeunesse16.com, rubrique les bonnes adresses.

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Equilibre motricité séniors
RGM renforcement musculaire général/CAF cuisse abdo-fessiers/Step
Gym douce
Gym pilate
Qi Gong
Stretching
Swiss Ball

Publics, jours et horaires, voir plaquette ci-jointe.

MJC DE BARBEZIEUX - MJC

3 route de la Cigogne - 16300 BARBEZIEUX SAINT HILAIRE
Tel. 05 45 78 21 86
Email. mjcdebarbezieux@wanadoo.fr - Site Web.
https://mjcdebarbezieux.wixsite.com/mjcb

Une plaquette est disponible sur le site : info-jeunesse16.com, rubrique les bonnes adresses.

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Baby gym.
Plus d'information sur la plaquette ci-jointe.

SPORT ATTITUDE

Mairie - 16400 Voeuil et giget
Tel. 07 70 25 46 77
Email. sportattitude@yahoo.com

ACTIVITES DE CET ORGANISME

sreatching postural accessible à tous
gym douce entre le yoga et le pilate
souplesse tonification renforcement musculaire

UNIVERSITE POPULAIRE DE RUELLE SUR TOUVRE - UP RUELLE

Centre culturel, Place du Champ de Mars - 16600 RUELLE SUR TOUVRE
Tel. 05 45 65 59 59
Email. upr.ruelle@wanadoo.fr - Site Web. http://up.ruelle16.free.fr/

Une plaquette est disponible sur le site : info-jeunesse16.com, rubrique les bonnes adresses.

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Gymnastique d'entretien & pilates - Yoga
Publics, jours et horaires voir site internet.

VITAGYM

35 boulevard des Ecasseaux - 16340 L'ISLE D'ESPAGNAC
Tel. 05 45 68 41 48 - Portable. 0783426056
Email. vitagym16@laposte.net

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Tout public, gym tonique et musculaire ,le lundi de 18h à19h et le jeudi de 20h15à21h15,avec 2 nouvelles animatrices en pleine forme (salle Georges BRASSENS), pour toutes informations contacter le club.
Gym Pilate le lundi et le jeudi matin de 10h30 à 11h30 et le jeudi de 19h à 20h (Grandes salles Brafard).
Gym fit lundi de 17h30 à 18h30 et jeudi de 20h15 à 21h15.
Cours de corps et esprit les lundis de 11h30 à 12h30.

Ce document est le complément départemental - Charente - aux fiches nationales Actuel-CIDJ

Les fiches sont éditées par le Centre Information Jeunesse d'Angoulême avec la collaboration d'INFO16 à Cognac

Centre Information Jeunesse Angoulême - 4 rue de la Place du Champ de Mars - 16000 ANGOULEME - Tél. 05 45 37 07 30 - Fax. 05 45 37 07 31
Courriel. cijangouleme@info-jeunesse16.com - Site Internet. www.info-jeunesse16.com

INFO 16 - 53 rue d'Angoulême - 16100 COGNAC - Tél. 05 45 82 62 00 - Fax. 05 45 82 58 95
Courriel. info16cognac@wanadoo.fr - Site Internet. www.info16cognac.fr