

...Petits et grands choisissez votre activité !

*Tennis de
table*

Qi Gong

Gym

*reprise en
septembre*

Tai chi

Step

Zumba

*Danse
moderne*

Très bonne saison 2015-2016



*Maison Municipale
et des Associations
Rue du Breuil
70000 PUSEY*

Merci de faire confiance à nos partenaires locaux

le lundi

ZUMBA avec Aline

à partir de 14 ans,
de 20 h à 21 h, à compter du 14 septembre 2015.



Le mardi...

QI GONG (Tchi-Kong) avec Alain

Qi = énergie vitale, Gong = travail, discipline

à partir de 14 ans,

de 17 h 15 à 18 h 15, à compter du 15 septembre 2015.

C'est un ensemble de mouvements précis qui aident le corps à se relaxer et à se concentrer. Les exercices travaillent à la fois la respiration, l'étirement des muscles et des tendons, l'équilibre.

Le Qi Gong apporte un bénéfice direct au système immunitaire. Il permet d'améliorer et de maintenir la santé et la longévité. Il convient aussi bien aux personnes stressées, qu'aux personnes fatiguées.

TAI CHI avec Bénédicte et Alain

à partir de 14 ans,

de 18 h 15 à 19 h 15, à compter du 15 septembre 2015.

C'est à la fois une gym de santé et un art martial non violent. Cet art du mouvement ouvre sur une écoute subtile de notre être dans toutes ses dimensions.

Votre Centre Commercial

E.Leclerc  PUSEY

 VOYAGES E.Leclerc 	 le manège à bijoux <small>ASSOCIÉS</small>
 Location E.Leclerc 	 espace culturel E.Leclerc 

ZAC de l'Oasis 70000 PUSEY Tél. 03.84.97.30.30

CHEZ E.LECLERC

VOUS SAVEZ QUE VOUS ACHETEZ MOINS CHER...

.....

... *Le mardi*

TENNIS DE TABLE avec Anne et Gilles

de 18 h à 19 h : à partir de 8 ans, apprentissage de la technique avec une animatrice de l'école de tennis de table.

de 19 h à 20 h : à partir de 12 ans, loisir, jeu pour le plaisir, rencontres sans compétition (possibilité de jouer le mardi et le jeudi).

Date de démarrage de ces deux séances de tennis de table :
15 septembre 2015.

PHOTO 70

4 rue LEBLOND 70000 VESOUL

03.84.76.29.36



PHOTOGRAPHE
Mr LABATTUT Alain
06.47.89.75.52



MARIAGE - PORTRAIT - SCOLAIRE
REPORTAGES DIVERS - IDENTITES
LIVRE ALBUM SUR PLACE

photo70vesoul@orange.fr

Ouvert du mardi au samedi de 9h30 à 12h et de 14h à 18h30



SPORT BOWLING



Ouvert tous les jours à 14H
Le dimanche dès 10H

- Bowling
- Bar
- Billards
- Salle de jeux



WWW.SPORT-BOWLING.FR
- En face du cinéma Majestic -

Le mercredi

GYMNASTIQUE & STEP avec Alex

à partir de 14 ans,

- de 17 h 45 à 19 h 00 : gymnastique douce
- de 19 h 15 à 20 h 30 : gymnastique tonique
- de 20 h 30 à 21 h 45 : step

Les trois activités démarreront le **16 septembre 2015**.



La Rochère
www.larochere.com
Venez découvrir 5 siècles d'art verrier



ENTREPRISE GÉNÉRALE DE CHAUFFAGE

victoire

CHAUFFAGE CENTRAL - SANITAIRE

71 rue Gustave Courtois - PUSEY - 03 84 76 40 47



L'Atelier de Sylvie

Couture - Confection - Retouches
(Habillement - Ameublement)

ETHEVE Sylvie
4 B RUE SAINT GEORGES
70000 VESOUL

06 81 55 21 92

l.atelier.de.sylvie70@gmail.com

Le jeudi

TENNIS DE TABLE LOISIR avec Gilles

Jeu pour le plaisir, rencontres sans compétition

à partir de 12 ans,

de 18 h à 20 h, à compter du 10 septembre 2015.

(Possibilité de jouer le mardi et le jeudi)



Le samedi

DANSE MODERNE avec Anaïs

à partir de 5 ans,

- de 13 h 30 à 14 h 30 pour les petit(e)s et moyen(ne)s
- de 14 h 30 à 15 h 30 pour les plus âgé(e)s

1^{ère} séance le 19 septembre 2015.

DÉPANNAGE ÉLECTROMÉNAGER

SPRINT70

65, rue Gustave Courtois
70000 PUSEY

T 03 84 76 45 03 Didier Valade
F 03 84 76 46 93
e sprint-70@wanadoo.fr



H. et C. Springaux

Boulangerie
Pâtisserie
70000 Pusey
Tél. 03 84 76 42 77




ATHERME

ENTRETIEN - DEPANNAGE - GESTION
Chauffage - Climatisation - Energies renouvelables
2 rue Gustave Courtois 70000 PUSEY – tel: 03 84 75 84 76

COTISATIONS

Activités	Habitants de Pusey		Autres personnes	
	Annuelles	Trimestrielles	Annuelles	Trimestrielles
Zumba	65 €	3 x 22 €	68 €	3 x 23 €
Qi Gong et Tai Chi*	65 €	3 x 22 €	68 €	3 x 23 €
Tennis de table apprentissage	55 €	3 x 19 €	58 €	3 x 20 €
Tennis de table loisir	12 €	---	12 €	---
Gymnastique	65 €	3 x 22 €	68 €	3 x 23 €
Step	65 €	3 x 22 €	68 €	3 x 23 €
Danse moderne	55 €	3 x 19 €	58 €	3 x 20 €

* Possibilité de participer soit à l'une de ces activités, soit aux deux pour le même tarif.

Une réduction sera accordée aux familles à partir de la deuxième activité "enfants".

Tarif réduit pour les adultes qui pratiquent 2 activités (cotisation : 105 €/ an ou 35 €/trimestre pour les habitants de Pusey – 108 €/an ou 36 €/trimestre pour les autres personnes).

Pour toutes les activités, deux séances d'essai sont gratuites.

Pour toutes les activités, un certificat médical spécifique à l'activité pratiquée est obligatoire aussi bien pour les enfants que pour les adultes.

MEMBRES DU COMITÉ DIRECTEUR

COUCHUT Martine, DUPALUT Anaïs, FRADE Michèle, GALLECIER Gérard, LOIGEROT Annie, PEQUIGNOT CANEY Marie-Christine, SCHMITT Guillaîne, TISSERAND Catherine

Présidente : MATROT Marie-Claude Tel : 03.84.76.14.78

Trésorière : GRANDJEAN Christiane Tel : 03.84.76.04.87

Secrétaire : GALLECIER Marie-Andrée Tel : 03.84.76.47.31