

Pusey



Sport culture loisirs

www.pusey.fr

Associations

Chant

Commémorations

Club loisirs

Peinture

Gymnastique douce

Chasse

Tricot

Danse moderne

Animation du village

Scrabble

Step

Marche

Feldenkrais

Football

Dessin

Tennis de table

Théâtre

Vélo

Couture

BMX

Randonnée

Yoga

Poésie

Pêche

Jeux de société

Patchwork

VTT

Qi gong

Gymnastique tonique

2012 - 2013

Sommaire

PUSEY ACTI-SPORT	p 3
- multisports	
- danse moderne	
- tennis de table	
- randonnée	p 4
- qi gong	
- gymnastique douce et tonique	
- step	p 5
ASSOCIATION DETENTE PUSEY (ADP)	p 6
- feldenkrais	
- tai-chi	
- yoga	
- marche	p 7
- vélo	
- jeux de société	
CLUB CYCLISTE DU PAYS DE VESOUL HAUTE-SAONE	p 8
FOOTBALL CLUB DU LAC	p 8
ASSOCIATION COMMUNALE DE PECHE	p 8
LES AMIS DES ARTS ET DES LETTRES	p 9
- scrabble	
- théâtre	
- peinture, dessin	
- petit bricolage	
- café artistique	p 10
- club poésie	
- club expression	
LES PETITES MAINS	p 11
LE CLUB LOISIRS DES AINES DE PUSEY	p 11
SECTION DES ANCIENS COMBATTANTS PUSEY CHARMOILLE PUSY	p 12
ASSOCIATION COMMUNALE DE CHASSE DE PUSEY	p 12
COMITE DES FETES	p 12

MULTISPORTS

Pour les enfants de 6 à 11 ans (scolarisés en primaire)
à la Maison des associations de Pusey

le mercredi de 14 h 00 à 15 h 30



DANSE MODERNE

Pour les enfants à partir de 5 ans
à la Maison des associations de Pusey

le samedi

- de 13 h à 14 h 30 pour les petit(e)s et moyen(ne)s
- de 13 h 30 à 15 h pour les intermédiaires
- de 14 h 30 à 16 h pour les adolescent(e)s

(3 séances de danse par mois, un planning des répétitions sera distribué à la rentrée)



TENNIS DE TABLE

A partir de 8 ans
à la Maison des associations de Pusey

- Apprentissage
Apprentissage de la technique avec une animatrice de l'école de tennis de table le mardi de 18 h 00 à 19 h 00 à partir du 18 septembre 2012
- Loisir
Jeu pour le plaisir, rencontres sans compétition le vendredi de 18 h 00 à 20 h 00 à partir du 7 septembre 2012



RANDONNEE

Des sorties variées sont proposées le dimanche à la journée ou à la demi-journée. Départ place de la mairie de Pusey.

Pour plus de renseignements et pour vous procurer le programme des randonnées, veuillez contacter René DURAIN au 03 84 76 41 19.

L'association est affiliée à la Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Chaque adhérent de la section a la possibilité de prendre une licence à cette Fédération.



QI GONG (Tchi-Kong)

Pour adolescents et adultes
à la Maison des associations de Pusey

Qi = énergie vital, Gong = travail, discipline.

Il fait partie des arts martiaux chinois. 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. Avec la pratique régulière, la personne découvre rapidement un plus haut niveau d'énergie et de résistance, moins de stress et un plus grand calme. La santé s'améliore car le Qi Gong apporte un bénéfice direct du 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.

le mardi de 16 h 15 à 17 h 45



GYMNASTIQUE DOUCE ET TONIQUE

Pour adolescents et adultes
à la Maison des associations de Pusey

- Douce : le mercredi de 17 h 45 à 19 h 00
- Tonique : le mercredi de 19 h 15 à 20 h 30



STEP

Pour adolescents et adultes
à la Maison des associations de Pusey

le mercredi de 20 h 30 à 21 h 45

IMPORTANT : tarif réduit pour plusieurs activités pratiquées par la même personne parmi la gymnastique douce, la gymnastique tonique, le step et le Qi gong.



MEMBRES DU COMITE DIRECTEUR

COUCHUT Martine, FRADE Michèle, GALLECIEUR Gérard, LOIGEROT Annie, SIMON Nicole, TISSERAND Catherine

Présidente :	MATROT Marie-Claude	Tel : 03.84.76.14.78
Vice-Président :	DURAIN René	Tel : 03.84.76.41.19
Secrétaire :	GALLECIER Andrée	Tel : 03.84.76.47.31
Trésorière :	GRANDJEAN Christiane	Tel : 03.84.76.04.87

FELDENKRAIS

Pour adolescents et adultes
à la Maison des associations de Pusey

La Méthode Feldenkrais est une activité qui permet de prendre conscience du mouvement de son corps dans l'espace et fait découvrir son incidence sur les douleurs du quotidien.

Le mercredi de 18 h 30 à 19 h 30



TAI-CHI

Pour adolescents et adultes
à la Maison des associations de Pusey

Dérivé des arts martiaux, le tai-chi est un ensemble de mouvements exécutés avec lenteur et précision dans un ordre préétabli. Il met aussi l'accent sur la maîtrise de la respiration.

Le mercredi de 19 h 45 à 20 h 45

Pour plus de renseignements, contacter
Mme GUILLAUME Bernadette au 03.84.76.49.29

Séances animées par Loïc Deschamps



YOGA

Pour adolescents et adultes
à la Maison des associations de Pusey

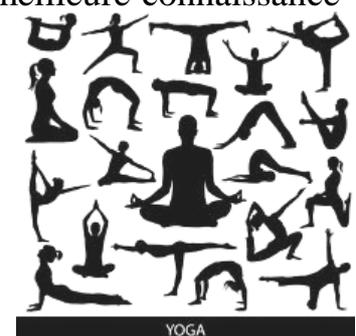
Une activité accessible à tous qui ne demande aucune disposition physique ou souplesse particulière. La pratique régulière apporte une meilleure connaissance de soi, un mieux-être.

Le mardi de 17 h 15 à 18 h 45 avec Patrice ROLLIN

Le jeudi de 18 h 00 à 19 h 30 avec Michèle BALANDIER

Le vendredi de 9 h 30 à 11 h 00 avec Patrice ROLLIN

Pour plus de renseignements, contacter
Mme ROLIN Louise au 03.84.76.47.82



MARCHE

- Des randonnées de 12 km sont organisées le mercredi
Départ à 13 h 45 Maison des Associations
Pour plus de renseignements, contacter Mme TOUBHANS Violette au 06.45.65.29.22

- Des randonnées de 8 km sont organisées le vendredi
Circuit plus court au rythme moins soutenu
Départ à 14 h 00 Maison des Associations



Pour plus de renseignements, contacter M. et Mme ROLIN Roger et Louise au 03.84.76.47.82

VELO

le jeudi à 14 h 00 randonnée de 50 kilomètres environ
Rendez-vous devant la Maison des Associations.

Pour plus de renseignements, contacter
M. CLERC Denis au 03.84.76.48.13



JEUX DE SOCIETE

Des soirées jeux, ouvertes à tous et gratuites, sont proposées le 1^{er} vendredi de chaque mois d'octobre à avril à 20h15.

Pour plus de renseignements, contacter
Mme JOINEAU Georgette au 03.84.75.77.86



Président de l'association :
M. PAGET Michel à contacter au 03.84.76.44.08.
Adresse mail : paget.michel@orange.fr

CLUB CYCLISTE DU PAYS DE VESOUL HAUTE-SAONE

Pratique du cyclisme : BMX, route et VTT

Président de l'association :

M. GRILLOT Stéphane à contacter au 03.84.76.29.05

Site de l'association : <http://ccpvhs.com/>



FOOTBALL CLUB DU LAC

Le Football Club du Lac (FCL), né de la fusion des clubs de Montigny, Pusey et Vaivre a été porté sur les fonts baptismaux le 6 juin 2008.

Siège social : Mairie de Vaivre-et-Montoille

Président du club :

M. PEROZ Claude

Adresse mail : puseyvaivrefcl.foot@sfr.fr

Site du club : <http://fcl-vaivre-pusey-montigny.footeo.com>

Tél : 03.84.76.06.78 (Stade de Vaivre) et 09.65.33.55.48 (Stade de Pusey).

Couleurs du club : maillots rouges, shorts noirs et bas rouges.

District de la Haute-Saône : <http://haute-saone.fff.fr/>



ASSOCIATION COMMUNALE DE PECHE

Pusey a aussi son étang !

L'objet de l'association est de favoriser, développer et promouvoir la gestion de l'étang de Pusey.

Pour plus de renseignements ou acheter une carte, contacter :

M. Georges BOZZOLO 98 Rue Gustave Courtois à PUSEY

M. Rémy LEGENDRE 61 Rue Gustave Courtois à PUSEY

Le magasin TERRITOIRE PECHE Zone Oasis à PUSEY vous propose des cartes à la journée.

Président de l'association :

M. FROIDEVAL Laurent à contacter au 03.84.75.18.63



LES AMIS DES ARTS ET DES LETTRES

SCRABBLE

Pour tous

A la Maison des associations de Pusey

Le mercredi de 18 h 00 à 20 h 00



THEATRE

A partir de 8 ans

A la Maison des associations de Pusey

Le mercredi en période scolaire de 14 h 00 à 15 h 15



PEINTURE, DESSIN

A la Maison des associations de Pusey

- Pour adultes
le lundi de 10 h 00 à 12 h 00

- Pour enfants à partir de 6 ans
le mercredi de 15 h 30 à 16 h 30



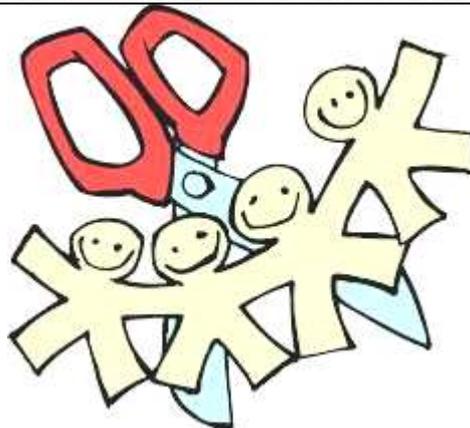
PETIT BRICOLAGE

Pour les enfants à partir de 5 ans

A la Maison des Associations

Petit bricolage : carton, découpage, collage, coloriage, volume ... etc

Tous les mercredis en période scolaire de 14h00 à 15h00.



CAFE ARTISTIQUE

Pour adolescents et adultes
A la Maison des associations de Pusey

Rencontre de personnes qui souhaitent parler de l'art en général et de littérature en particulier.

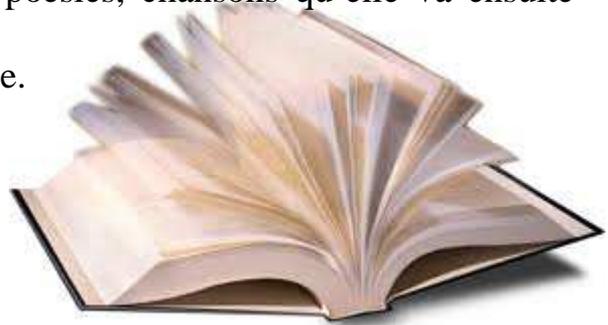
Le lundi après-midi une fois par mois de 14 h 00 à 16 h 30 ou de 17 h 00 à 19h00 en alternance.



CLUB POESIE

Pour adultes
A la Maison des associations de Pusey

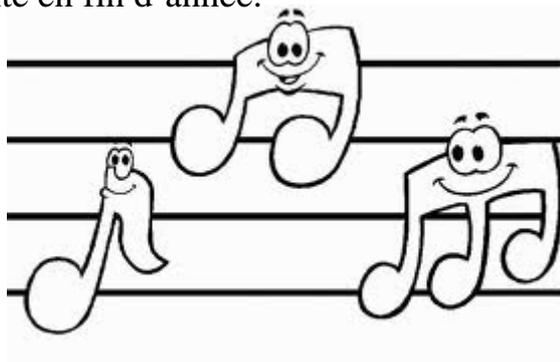
Cette association monte un spectacle de poésies, chansons qu'elle va ensuite présenter dans les écoles primaires.
Toute personne intéressée sera la bienvenue.



CLUB EXPRESSION

Pour adultes
A la Maison des associations de Pusey

Un spectacle composé de chansons, poésies et lectures de textes est monté de toute pièce et présenté en fin d'année.



Président de l'association :
M. GRANDJEAN Gilles à contacter au 03.84.76.04.87

LES PETITES MAINS

Cette association est spécialisée dans le patchwork, le tricot, le crochet. Le patchwork consiste à assembler des tissus de tailles, formes et couleurs différentes pour réaliser différents types d'ouvrages selon des techniques diverses.

Les lundis de 20 h 15 à 22 h 00

Les vendredis de 14 h 00 à 16 h 00

Tous les 15 jours selon le calendrier disponible sur le site.



Présidente de l'association :

Mme WILLEMIN Danielle à contacter au 03.84.76.45.01

Site de l'association : <http://patchpusey.blogspot.com>

LE CLUB LOISIRS DES AINES DE PUSEY

Les aînés de la commune se réunissent pour des jeux divers tous les lundis de 14h 00 à 18 h 00.

Présidente de l'association :

Mme VERZEROLI Cécile à contacter au 03.84.76.54.22



SECTION DES ANCIENS COMBATTANTS DE PUSEY CHARMOILLE PUSY ET EPENOUX

Participe aux cérémonies commémoratives patriotiques.

Président de l'association :
M. SAUGET Jean-Marie à contacter au 03.84.76.56.11



ASSOCIATION COMMUNALE DE CHASSE DE PUSEY

Président de l'association :
M. MERCADIER Gérard à contacter au 03.84.76.63.82



COMITE DES FETES

Groupe d'animation du village :
Galette des rois, vide greniers, soirée du 13/14 juillet, réveillon...



Présidente du comité :
Mme CHAUDEY Maryline
Contacter Cheminées PY au 03.84.76.54.63 (heures de bureau)
www.pusey.fr

