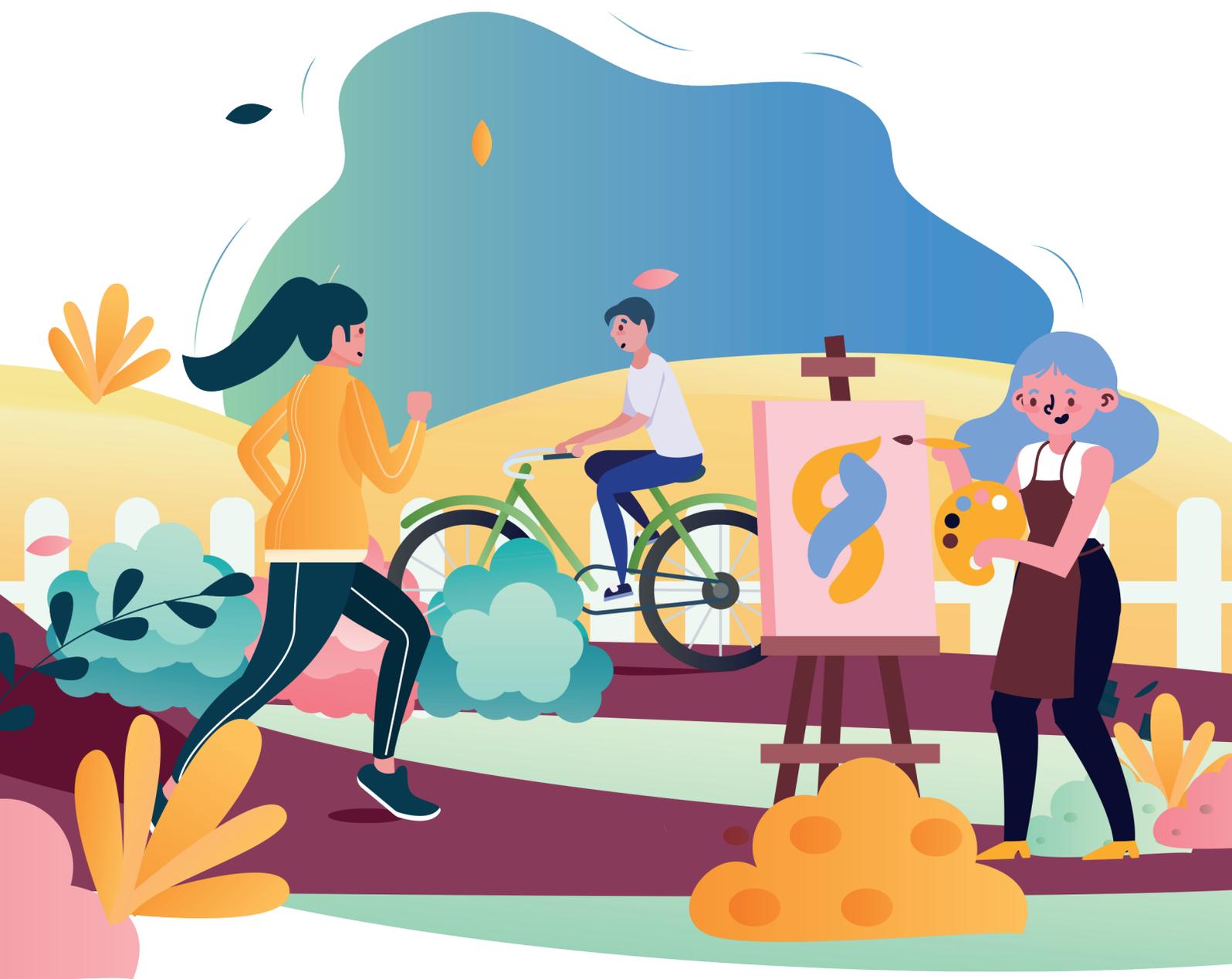




Guide de l'association **SPORT & CULTURE** municipaux

2019 - 2020



**Ce guide vous présente l'ensemble des activités que propose
l'Association Sport et Culture Municipaux - ASCM -
Réparties en différentes sections, les activités sont placées sous la responsabilité de
bénévoles qui se font un plaisir de vous accueillir.
Les séances sont animées par des intervenants qualifiés
pour vous proposer une offre de qualité.**

**A savoir : Les inscriptions aux différentes activités de l'ASCM doivent se faire auprès
des responsables de section.**

EN PRATIQUE

La carte d'adhérent A.S.C.M. pour la saison 2019 / 2020 est de 7 €.
L'A.S.C.M. est couverte par une assurance qui ne comporte pas de garantie liée au
risque d'accident corporel individuel. Les sections, dont l'activité impose l'adhésion
à une fédération, doivent s'assurer des garanties liées à la licence correspondante.
Toutefois, il est demandé à l'adhérent d'avoir une assurance responsabilité civile.

CARTE FAMILLE

Pour 3 membres (et plus) d'une même famille (parents/enfants) il existe une carte famille
au prix de 20 €.

Après la troisième adhésion, les suivantes seront gratuites.
Une carte sera délivrée uniquement au bureau de l'A.S.C.M.
le mardi de 17h à 19h au 29 rue du Dr. Pons.

SOMMAIRE

Associations sportives.....p 4 à 11
Associations de danse.....p 12 à 14
Associations culturelles.....p 15 à 19

**L'Assemblée générale
de l'ASCM :
VENDREDI 20 SEPTEMBRE 2019
à 19h
Salle Bernadette Lafont**

Ordre du jour :
- Bilan des activités
- Bilan financier
- Renouvellement du Bureau

La réunion sera suivie par un
moment de convivialité autour
d'un apéritif dînatoire

FOOTBALL

CATÉGORIES JEUNES

U6/U7/U8 et U9 : nés en 2014/2013/2012/2011, reprise le 4 septembre à 14h

U10 / U11: nés en 2010 et 2009, reprise le 21 août à 14h

U12 / U13 : nés en 2008 et 2007, reprise le 26 août à 17h

U14 /U15 : nés en 2006 et 2005, reprise le 19 août à 18h

Cotisation annuelle : 130 € (équipement compris)

Contacts : Rezoug TAIBI au 06 26 37 71 85

Vanessa CALLOUET au 06 47 86 43 32

Yves QUESADA au 06 88 09 24 47

CATÉGORIES VÉTÉRANS

Reprise le vendredi 6 septembre à 19h avec l'assemblée générale.

Cotisation : 150 € (repas d'après match compris).

Contact : Jean-Yves SANSONE au 07 89 89 03 01

La section football remercie tous ses partenaires pour leur soutien :

Mairie de Saint-Just

Allez et Cie

Boulangerie Solignac

Bouscaren Auto Ecole

SARL Bernard Gay

Abbisol Galichet

Batirenove Noyé

Restaurant Le Mystic

SMN Nicollin

Cofruid'Oc

Carrosserie Crespy

Groupe Suez

Groupama Sud

Traiteur Fruit d'Oc

Bar de l'Esplanade

GD Façades Ghannou

Mr Bricolage

Presto Pizza

Gedimat Lunel

Calvet Immobilier

Bec Frères

Sté SAD Arnold

Chenil du Canal Ribes

Garage Roux

JUDO

Les cours sont dispensés par deux professeurs titulaires du BEES 1° degré JUDO (Brevet d'état d'éducateur sportif).

Horaires :

Lundi

17h30–18h30 enfants nés en 2010 et 2011 (Poussins)

18h30-19h30 enfants nés en 2008 et 2009 (Benjamins)

19h30-21h00 nés en 2007 et avant (Minimes et +)

Mercredi

10h00-11h00 enfants nés en 2012 et 2013 (Pré poussins)

11h00-12h00 enfants nés en 2009, 2010 et 2011 (Poussins et Benjamins1)

13h45-14h45 enfants nés en 2007, 2008 et 2009 (Benjamins et Minimes1)

14h45-15h45 enfants nés en 2014 et 2015 (Babys)

Vendredi

17h15-18h15 enfants nés en 2014 et 2015 (Babys)

18h15-19h15 enfants nés en 2012 et 2013 (Pré poussins)

19h15-20h45 nés en 2007 et avant (Minimes et +)

Cotisations :

Enfants nés en 2014 et 2015 (1h par semaine) : 150 € + 7 € carte ASCM

Enfants nés en 2012 et avant (2h par semaine) : 195€ + 7 € carte ASCM

2 inscriptions : 330 € + 14 € carte ASCM

3 inscriptions : 390 € + 20 € carte ASCM (carte famille)

Ceinture noire : 80 euros + 7 € carte ASCM

Contacts : Wilfrid SERRANO 06 19 26 77 55
Sébastien LEFEVRE 06 87 57 76 73



MARCHE LOISIR



La MARCHE LOISIR s'adresse aux personnes ayant envie de marcher 2 fois par semaine, environ 2 heures, avec ou sans bâtons, autour de Saint-Just et des villages environnants. Chacun marche à son rythme, dans une ambiance conviviale.

Les sorties sont le mercredi matin et le samedi matin à 9h devant les cours de tennis.

Cotisation : 10 € + 7 € carte ASCM (si vous ne faites pas partie d'une autre section ASCM).

Contact : Hugues PREBET au 04 67 71 28 25

MUSCULATION

Inscriptions à la salle de musculation (1er étage salle René Valette).

Documents à fournir : certificat médical, attestation d'assurance (responsabilité civile), 2 photos d'identité récentes et cotisation.

Cotisation : 100 € par an + 7€ carte ASCM

Contacts : Pascal KOSOWSKI au 06 18 15 47 20

Maxime PUERTAS au 06 52 12 79 28

Stéphane QUESADA au 06 50 59 42 93

RANDONNÉE

La section randonnées vous propose 2 sorties par mois à partir du mois d'octobre. Le niveau des randonnées est de « moyen » à « sportif ».

Cotisation (indicatif) : 20 € + 7 € carte ASCM

Contacts : Karl PEUTHER : 06 09 69 01 05

Jean RICARD : 06 99 27 11 54

RETRAITE SPORTIVE

Vous désirez bouger sans danger, vous entretenir, vous muscler, la section Retraite Sportive propose des exercices variés et adaptés à vos capacités : gym douce, renforcement musculaire, équilibre, souplesse.

Horaires : le lundi et le vendredi de 10h à 11h

Cotisation : 75 € + 7 € carte ASCM

Reprise : le lundi 9 septembre à 10h

Cours de découverte : lundi 9 et vendredi 13 septembre

Contact : Emma au 06 22 70 60 58

SAINT-JUST AVENTURE

La section vélo Saint-Just Aventure rassemble des vététistes et des passionnés de la route.

Elle propose des sorties chaque week-end et éventuellement en semaine, où chacun peut participer à son rythme.

Cotisation : 25 € + 7 € carte ASCM

Contact : Michel CHAREYRON au 04 67 83 85 31

Et sur www.saintjustaventure.com



SAINT-JUST DO IT

Saint-Just Do It a la vocation de rassembler ceux qui aiment profiter de la nature avec leurs baskets. Coureurs et marcheurs de tous niveaux parcourent les routes, les chemins de notre petite Camargue ou bien les collines de la garrigue environnante.

La course à pied : le mercredi soir autour du stade de Lunel et le weekend pour une sortie plus longue. Certains se contactent via le groupe Facebook de la section pour organiser des sorties ponctuelles.

2 fois par an la section propose une dizaine de séances de coaching pour travailler du renforcement musculaire, du fractionné court ou long.

Les coureurs participent en groupe à des courses comme l'Oenotrail, la course des Capitelles à Saussines ou l'Hivernatrail...Sans parler du Barathon, à découvrir absolument...

La marche nordique : séances dans la semaine ou le weekend. Ces sorties sont l'occasion d'allier le sport (marche accélérée avec des bâtons de marche spécifiques) et la découverte de la région.

La marche nordique, c'est bon pour le corps, le cœur et l'esprit. Alors, prêt à nous rejoindre ?

L'ASCM Saint-Just Do It participe à la vie du village :

- le défi romain du mercredi de la fête locale : parcours avec embuches pour petits et grands.

- le Téléthon : sortie avec marcheurs et coureurs dans le cadre du week-end caritatif.

Et tout ceci se passe dans la bonne humeur, la convivialité, et la détente.

Contact : Georges BERTELOOT au 06 12 09 29 86



SAINT-JUST SPORT EVER

L'ASCM Saint-Just Sport Ever, née en 2017 est une association organisatrice d'événements sportifs comme la course « Les Foulées de la pomme ». Au fil du temps, elle se renforce et devient également, une association sportive. Un groupe de passionnés de sport nature compétiteur se forme avec une séance de fractionnés est effectuée une fois par semaine.

Prochain rendez-vous : Les Foulées de la pomme le 10 novembre 2019.

Saint-Just Sport Ever c'est la convivialité mêlée au sport.

Cotisation : 30 €

Contact : Eric SANSONE au 06 74 10 27 11

Inscriptions : Myriam ISNARD : secretariat.stjustsportever@gmail.com



TENNIS

Tarifs adhésion 2019 / 2020 : 1 adulte : 68 €/an, 1 enfant : 40 €/an, 1 adulte et 1 enfant : 96 €/an, 1 adulte et deux enfants : 116 €/an, 1 couple : 121 €/an, 1 couple et 1 enfant : 156 €/an (carte ASCM de 7 € non comprise).
Licence obligatoire comprise.

Cours collectifs jeunes et animations sur 25 semaines (carte ASCM de 7 € à ajouter) :

Découverte « baby tennis » : enfants de 3/5 ans, 1h par semaine : 140 €/an

Découverte mini tennis : enfants de 5/7 ans, 1h par semaine : 140 €/an

Initiation et perfectionnement : enfants à partir de 7 ans, 1h30 par semaine : 180€/an.

Entraînement : 3h30 par semaine (2x 1h45) : 298 €/an.

Les cours collectifs jeunes et adultes sont dispensés par Julien JAUSSOIN, diplômé d'Etat, aidé par Norbert RUBIO, diplômé assistant moniteur de tennis.

Cours collectifs adultes : différentes formules proposées.

Préparation physique tennis : en mini groupe ou en individuel.

Permanences inscriptions : les 24, 28 et 31 août et les 4 et 7 septembre de 10h à 12h et de 17h à 19h (19h30 le 28/08).

Inscriptions avec facilité de paiement. Certificat médical obligatoire.

Possibilité de paiement en plusieurs fois.

SAMEDI 7 SEPTEMBRE de 10h à 17h : JOURNEE DES SPORTS avec jeux pour petits et grands en partenariat avec Décathlon.

Changement de clefs le 01/09

Contacts : Norbert RUBIO au 06 33 48 75 45

Julien JAUSSOIN au 06 77 05 19 74

Régis au 06 99 27 11 29 (pour préparation physique)





TENNIS DE TABLE

Le ping pong c'est un jeu. Le tennis de table c'est un sport à part entière. Venez faire un essai pendant 1h dès le début septembre et vous comprendrez tout.

On se retrouve une fois par semaine le jeudi de 18h à 20h à la salle René Valette autour de Pierre, notre coach, pour une mise en forme et un entraînement.

Nous ne sommes pas un club qui prépare la compétition, quoi que ... Mais nous jouons pour le plaisir et pour mouiller le maillot.

Nous accueillons les adultes et les enfants à partir de 12 ans.

Régulièrement nous rencontrons d'autres clubs voisins pour comparer nos talents dans un climat très convivial.

Venez nous rejoindre, vous serez agréablement surpris.

Reprise : jeudi 5 septembre.

Contacts : Claude au 06 84 15 80 57

Rémy au 06 33 71 78 69

Pierre au 06 15 78 97 42

Patrick au 06 09 57 50 91

VITAGYM

Activité de la forme, vous propose 5 heures de cours par semaine dynamiques et accessibles à tous.

Cotisation : 145€ (138€ + 7 € carte ASCM) possibilité de paiement en 3 fois (chèques remis à l'inscription).

Reprise : le 9 septembre.

Horaires : Lundi : 18h-19h: Gym cardio

20h30-21h30: Renforcement musculaire

Mercredi: 20h30-21h30 Body sculpt

Jeudi: 18h45 - 19h45 Gym cardio

20h30- 21 30 STEP / LIA/ ZUMBA

Contacts : Sylvie Poncet-Montagne au 04 67 71 83 50

Isabelle Jusserandot au 06 40 39 70 82

Marie-Pierre Fortier au 06 81 05 42 25

Emmanuelle Sultana au 06 08 54 53 97

DANSE

La section danse accueille les enfants à partir de 4 ans pour des cours d'éveil. Les enfants de 6 ans participent aux cours de classique et de jazz. Tout au long de l'année les enfants apprennent à se repérer dans l'espace, découvrent leur corps et le mettent en mouvement sur des musiques rythmées et variées. La danse classique leur apporte la beauté du geste, le respect de l'espace de danse de chacun et leur sculpte un joli corps. La saison se clôture par le traditionnel gala de danse qui a lieu fin juin dans la salle René Valette.

Inscription : le 6/09 de 16h30 à 19h00 dans la salle de danse.

Reprise : le mardi 10 septembre après l'école dans la salle de danse (1er étage salle René Valette, côté supérette)

Cotisations :

1 cours par semaine (groupe d'éveil à partir de 4 ans et groupes d'adultes): 43 € le trimestre ou 129 € l'année : le mercredi après-midi pour les éveils et le mardi soir pour les adultes.

2 cours par semaine : 1h de classique et 1h de jazz pour les groupes élémentaires, moyens et ados : 52 € le trimestre ou 156 € l'année : le mardi soir et le mercredi après midi.

3 cours par semaine : 1h de jazz et 2h de classique pour le groupe supérieur : 62 € le trimestre ou 186 € l'année : le mardi soir et le samedi après-midi.

Les tarifs ne comprennent pas la carte d'adhésion ASCM à 7€.

Les chèques seront encaissés en 3 fois, les échéances se feront en octobre, novembre et décembre.

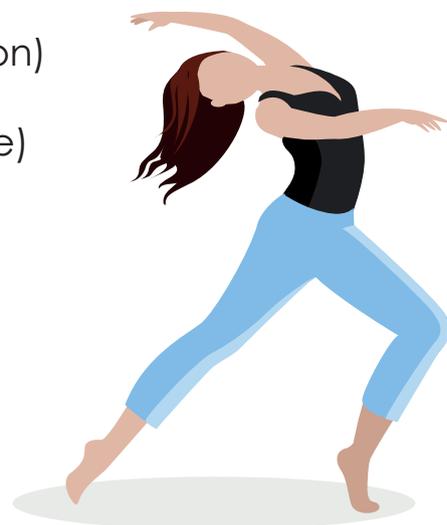
Le certificat médical et l'attestation d'assurance responsabilité civile sont obligatoires.

Contacts : Iseut Bertolini (responsable de la section)

aux 04 67 83 98 51 / 06 09 57 69 51

Valérie Marbouty (professeur de danse)

aux 04 67 71 99 90 / 06 81 57 79 42





DANSE AFRO CARIBÉENNE

Les cours sont dispensés par Evelyne Geffry, professeur de danse, qui vous propose : reggaeton, salsa, kuduro, ... Les cours sont accessibles à tous dans une ambiance conviviale et dynamique.

La section participe aux événements du village : les Foulées de la Pomme, le Téléthon et le carnaval.

Inscriptions et reprise : le 9 Septembre de 19h15 à 20h15, salle des Sports.

Horaires : le Lundi de 19h15 à 20h15.

Cotisations : 130 € l'année + 7 € Carte ASCM.

Possibilité de paiement en 3 fois (chèque remis à l'inscription).

Contact : Stéphanie Wucher au 06 77 16 76 94

EM'ART DANSE MODERN JAZZ

Les cours sont dispensés par Emma et Iliana titulaires du Diplôme d'Etat de Danse, désireuses de transmettre leur amour de la Danse aux adultes et aux enfants dès l'âge de 4 ans !

Cours d'Eveil pour les enfants nés à partir 2015.

Les cours proposent l'apprentissage de la technique Modern- Jazz pour les enfants, ados et adultes tous niveaux.

Cours de Pilates : le vendredi de 19h30 à 20h30 avec Iliana professeure certifiée, à partir 15 ans.

La méthode Pilates est une gymnastique douce du corps visant à renforcer vos abdominaux, tonifier votre corps et à obtenir un dos en bonne santé. Le Pilates développe, assouplit le corps uniformément et corrige la posture. Il est conseillé pour tous.

Inscriptions anciennes adhérentes : le 30 août de 17h à 19h.

Inscriptions nouvelles adhérentes : le 3 septembre de 17h à 19h (sous réserve de places disponibles).

Reprise : le 10 Septembre

Cotisation (carte 7 € ASCM incluse) : Eveil / Initiation : 138€

Adultes : 1h30 par semaine : 170 €

Autres cours Danse : 2h par semaine : 186 € | 3h par semaine : 237 €

Pilates : 1h par semaine : 192 €

Contacts : 06 22 70 60 58 | emartdanse@outlook.fr | www.emart.fr

ROCK'N ROLL & DANSES DE SALON

La section propose des cours de danse rock'n roll, de danses de salon (Valse, Paso Doble, Tango, Cha Cha), de danses Latines (Salsa Cubaine, Bachata, Merengue, Zouk, Samba) et de danses rétro (Valse Musette, Java, Polka, Boléro, Fox Trot, Madison).

Cours le jeudi soir à la salle du Lavoir (32 séances d'une heure par cours).
Il n'y a pas cours pendant les vacances scolaires.
7 participants sont nécessaires pour pouvoir ouvrir un cours.

Cotisation : 180 € par an.

Pour les inscriptions en couple, une réduction de 15 % est appliquée sur la deuxième inscription. L'adhésion à l'ASCM est obligatoire.
Le règlement en trois chèques est accepté (remis à l'inscription).

Contact : Jean-Michel GEOFFROY au 06 12 13 72 16



ART ET CULTURE

La section fonctionne en étroite collaboration avec la commission culturelle municipale pour organiser les différentes manifestations culturelles et artistiques dans le village.

Piano

Pour adultes et enfants. Apprentissage du solfège et pratique du clavier. Cours ouverts aux débutants et aux confirmés.

Reprise des activités : début septembre.

Cotisation - Adhésion à l'ASCM (carte 7 €) obligatoire : 20 € les 45 minutes.

Contact : Thierry SCHROTZ Professeur Diplômé

Au 04 67 03 07 46 ou au 06 66 06 25 10

Eveil musical

François-Xavier DEBRAY, dit Fanfan, a étudié la musique au conservatoire, en faculté et en école de jazz. Musicien pluri-instrumentaliste (basses, contrebasses, guitares, trompette, euphonium, clavier, accordéon, percussions, ...), compositeur et interprète, il intervient auprès des enfants dans le cadre des spectacles et d'ateliers musicaux.

Cotisations - Adhésion à l'ASCM (carte 7 €) obligatoire :

Eveil musical (3 - 6 ans) : durée 1/2h par semaine en cours particuliers (dès 7 ans) : 450 € par an.

Guitare : durée 1/2h par semaine en cours particuliers (dès 7 ans) : 340 €

Basse : durée 1/2h par semaine en cours particuliers (dès 12 ans) : 340 €

Contact : Fanfan au 06 47 96 39 79

ART DÉCO

La section Art déco vous propose un voyage dans l'univers de la créativité. Vous pourrez découvrir différentes techniques artistiques comme la peinture à l'huile ou à l'eau, le collage, le pastel...et ainsi vous évader à travers vos propres créations. Cet atelier a pour objectif de partager nos idées et nos talents pour faire de ces moments des moments uniques.

Cotisation atelier pour adultes : 200 €/an (matériel et carte ASCM comprise)

L'atelier se déroule à la salle du lavoir, tous les lundis de 17h45 à 19h15

Contact : Claire DALBIGOT au 06 81 22 51 71

ARTISANAT

Horaires : le lundi et le mercredi de 14h à 17h, salle au dessus de la Poste.
Cotisation : 16 €/mois + 7€ carte A.S.C.M. Les peintures sont fournies par l'association.

Contacts : Paulette MANSARD au 06 13 49 23 59
Liliane CHANTEMESSE au 06 95 13 27 59

CHOEUR MÉLI MÉLO

Une nouvelle saison va s'ouvrir pour les choristes de MéliMélo avec manifestement autant de plaisir à partager dans le chant pour ceux qui composent ce chœur, qui soit dit en passant accueillerait chaleureusement ceux qui voudraient nous rejoindre. Le programme, le répertoire et les œuvres que nous travaillons sont très variés et divers ce qui permet à chacun de trouver plus facilement sa place. Le travail demandé par notre chef est certes exigeant mais il débouche sur une belle qualité musicale.

Reprise des cours le mardi 10 septembre à 20h30 salle Bernadette Lafont. Cette activité de chant est ouverte à tous sans obligation de connaître le solfège ou la musique. Les personnes intéressées peuvent assister aux répétitions.

Cotisation : 110 € + 7 € carte ASCM

Contacts : Jean-Luc Quissargues au 04 67 71 24 28
Évelyne Geynet au 04 67 71 50 14
Joëlle Ruivo au 04 67 83 16 14

Visitez le blog de Méli Mélo :
<http://melimelopaysdelunel.over-blog.com>



ESPACE JEUNESSE

Le club ado est ouvert aux jeunes Saint-Justois de 11 à 17 ans le mercredi, le vendredi ou le samedi (en fonction du programme) de 14h à 18h en période scolaire et du lundi au vendredi de 14h à 18h durant les vacances d'été. Les ados se retrouvent à l'espace jeunesse situé sur le complexe Manuel Amoros pour jouer, se divertir et participer à des activités de groupe. Des animations sont organisées tout au long de l'année : escape game, kayak/paddle, participation à la journée de l'environnement et à la fête votive, ... Le club proposera des mini camps pour les adhérents.

Contact : Pascal SIMORTE au 06 20 26 06 68

GROUPE FOLKLORIQUE LA FARIGOULE

La Farigoule a pour but de maintenir et de transmettre notre patrimoine culturel et nos traditions provençales.

Nous sommes fières de les partager par le costume, la musique et les danses. Très engagées, nous avons participé à différentes manifestations comme la traditionnelle Fête des associations, la course des Foulées de la pomme, le 5ème rassemblement de l'image taurine St Justoise, le Téléthon, la cérémonie des Mireieto en Arles (avec 3 nouvelles Mireieto), la fête de la Maio à Fourques, le défilé d'ouverture de la fête de Lunel, ainsi qu'à diverses manifestations de la Fête de St Just.

Notre groupe a également fait son 1er gala, qui a connu un vrai succès. Les inscriptions auront lieu le vendredi 6 septembre 2019 de 18h à 19h30 à la salle du lavoir.

Alors n'hésitez pas, venez nous rejoindre !

Horaires : les vendredis tous les 15 jours à la salle du lavoir.

3 cours : 17h30 à 18h15 (petites) 18h15 à 19h15 (moyennes) et 19h15 à 20h15 (grandes)

Cotisation : 30 € par personne + 7 € carte ASCM ou Famille : 50€ + 7 € carte ASCM.

Contacts : Maguelone : 06.89.51.25.39 / Céline : 06.20.75.24.99
Corinne : 06.67.25.31.60

LES CIGALES DU DARDAILLON

Les Cigales du Dardaillon ont pour but de vous faire partager toutes les traditions de notre région, et plus particulièrement le costume d'Arles de toutes les époques. Nous accueillons toutes les personnes amoureuses de notre région, de ses us et coutumes.

Concept : sensibiliser les enfants, les adolescents et les adultes hommes ou femmes, au port du costume et aux traditions régionales. Objectif : participer à l'animation et à la vie sociale du village.

Cotisation à définir lors des inscriptions.

Contact : Véronique OLIVIER au 06 42 42 60 33

LOISIRS ET JARDINAGE

Les jardins familiaux ont été mis en place et aménagés par la municipalité. Ils se situent à droite de l'espace de loisirs du Dardaillon, Il y a 24 parcelles de 55 m² environ, avec une demie armoire qui ferme à clés par parcelle pour ranger son matériel. L'eau est comprise dans la cotisation.

Cotisation : 50 € pour l'activité + 50 € de caution + 7 € carte ASCM

Contact : Gilles DOUCET au 06 09 66 54 73

Les parcelles disponibles sont attribuées par la municipalité de Saint-Just.



THÉÂTRE

La saison 2018 – 2019 a compté 11 adhérents.

Notre pièce en préparation, « Bon baisers du Stromboli », permet à tous les adhérents de participer.

Elle devrait être présentée aux Saint-Justois en avril 2020.

Depuis octobre 2017, la troupe s'est dotée d'un coach qui nous encadre et donne des conseils 1 lundi par mois.

Les répétitions ont lieu les lundi et jeudi de 20h30 à 22h.

Cotisation : 30 € (carte ASCM incluse).

Contact : Gérard KAPPLER au 06 80 99 59 78



L'ASCM

L'Association Sport et Culture Municipaux de Saint-Just c'est

**12 Sections sportives
13 Sections culturelles**

Et plus de 1 000 adhérents

**Président : Mr Yves QUESADA
Trésorier : Mr Hugues PREBET
Secrétaire : Mme Annie PREBET**

Permanences :
le mardi de 17h à 19h - Salle de l'ASCM
29, rue du Dr. Pons – 34400 SAINT-JUST

Tél : 04 67 83 93 84 / email : ascmstjust@orange.fr