

Livret des Associations de La Couture

Livret des Associations de La Couture

La Couture en Vadrouille Club de randonnée pédestre p.3

Présidente: Mme Réjane EDOUART
☎ 06 89 09 41 47

LCBC BASKET Club La Couture p.4

Président : Mr Matthieu ALLART
☎ 06 48 69 89 22

Bibliothèque Municipale p.5

Renseignements en mairie
☎ 03 21 26 79 23

Les peintres du Bas Pays d'Artois p.6

Présidente : Mme Edith BUFFART
☎ 06 22 98 68 81

Ecole municipale de musique p.7

Renseignements : Mr Eric CAUDRON
☎ 06 51 90 74 21

Association Généalogique p.8

Présidente: Mme Danièle
BEAUCOURT
☎ 03 21 26 78 77

Association des parents d'élèves de La Couture p.8

Présidente: Mme Karine BELHAOUANE
☎ 06 80 50 28 79

CRAZY TEAM Club de danse dynamique p.9

Renseignements : Mme Maryline NINA
☎ 07 69 64 57 08

TEMPS DANSE Club de danse de Salon p.10

Présidente : Mme Nadine WATTEZ
☎ 03 21 26 14 69

Cours d'informatique pour tous p.11

Renseignements en mairie
☎ 03 21 26 79 23

La Couture Football Club p.12

Président : Mr Christophe LELONG
☎ 07 81 55 66 96

ACAMA - Club de judo p.13

Président : Mr Gérard GUILBAUT
☎ 06 22 72 47 81

Amitié et détente Club de Pétanque p.14

Président : Mr Bernard TURPAIN
☎ 03 21 25 61 78

Telescope p.14

Présidente :
Mme Catherine BRION VINCENT
☎ 06 06 89 80 06

La Gym La Couturoise p.15

Présidente : Mme Julie CORNU
☎ 07.84.50.49.14

T.T.L.R.V - Tennis de Table p.16

Président : Mr Dominique CARDON
☎ 03 21 27 29 37

Badminton La Couture p.17

Président : Mr Cyrille CEUTERICKX
☎ 06.25.73.29.01

Tennis Club Richebourg - La Couture p.18

Correspondant de La Couture :
Mr ASSET
☎ 03 21 27 08 85

Les Archers La Couturois Club de tir à l'arc p.19

Président : Mr Bertrand FRANCOIS
☎ 06 11 12 51 78

La Couture Champs de Culture p.20

Présidente : Mme Anne SERNICLAY
☎ 06 78 09 56 09

Amicale des Anciens élèves p.21

Président : Mr René BLONDIAUX
☎ 03 21 56 78 95

Le Comité des Fêtes p.21

Présidente : Mme Francine LEGRAND
☎ 03.21.64.31.61

Le Damier Club du Bas Pays d'Artois p.22

Président : Mr Gérard SERNICLAY
☎ 03.21.26.78.73

La Couture Création p.22

Présidente : Mme Nicole BOUTE
☎ 03.21.02.36.37

Le Club du 3^{ème} âge p.22

Présidente :
Mme Reine-Marie DISSAUX
☎ 03.21.27.83.49

La Couture Volley Ball Club p.23

Présidente : Mme Aurore PUJOL
☎ 06 58 95 38 64

Club des Supporters du LCFC p.23

Présidente : Mme Gaëlle MARQUILLY
☎ 06 89 06 68 14

Malpermesita.com p.23

Présidente : Mme Juliette MORAND
☎ 06 49 77 51 33

Préparez la rentrée

Sports - loisirs - détente



Raymond GAQUERE,
Maire de La Couture

→ e'Edito du Maire

AU SOMMAIRE

- P3 LA COUTURE EN VADROUILLE
- P4 LA COUTURE BASKET CLUB
- P5 BIBLIOTHÈQUE MUNICIPALE
- P6 LES PEINTRES DU BAS PAYS D'ARTOIS
- P7 ÉCOLE MUNICIPALE DE MUSIQUE
- P8 ASSOCIATION DE GÉNÉALOGIE DE LA COUTURE
- P8 ASSOCIATION DES PARENTS D'ÉLÈVES
- P9 CRAZY TEAM
- P10 LA COUTURE TEMPS DANSE
- P11 COURS D'INFORMATIQUE POUR TOUS
- P12 LA COUTURE FOOTBALL CLUB
- P13 ACAMA JUDO CLUB DE LA COUTURE
- P14 CLUB DE PÉTANQUE AMITIÉ & DÉTENTE
- P14 LE TÉLÉSCOPE
- P15 LE CLUB DE GYM DE LA COUTURE
- P16 T.T.L.R.V - TENNIS DE TABLE
- P17 LE CLUB DE BADMINTON
- P18 L'ÉCOLE DE TENNIS DU TCRL
- P19 LES ARCHERS LA COUTOUAIS
- P20 LA COUTURE CHAMPS DE CULTURE
- P21 AMICALE DES ANCIENS ÉLÈVES
- P21 LE COMITÉ DES FÊTES
- P22 LE DAMIER CLUB DU BAS PAYS D'ARTOIS
- P22 LA COUTURE CRÉATION
- P22 LE CLUB DU 3^{ÈME} ÂGE
- P23 LA COUTURE VOLLEY BALL CLUB
- P23 CLUB DES SUPPORTERS DU LCFC
- P23 MALPERMESITA

Madame, Monsieur,
Par leur diversité et leur dynamisme, les associations sont des lieux d'évasion, de découverte mais surtout des lieux d'expérimentation démocratiques, citoyennes et sociales.

Vous trouverez dans les pages suivantes les renseignements utiles à une nouvelle année associative. La diversité de l'offre vous surprendra, que vous recherchiez la détente, le sport d'entretien, la compétition, le jeu de l'esprit, le sport collectif ou individuel.

N'hésitez pas à rencontrer les responsables de club, ils sauront vous faire partager leur passion.

La vitalité de la vie associative s'appuie presque uniquement sur des bénévoles. Qu'ils soient ici chaleureusement remerciés.

Bonne rentrée

R. GAQUERE

La Couture VOLLEY BALL CLUB

Le **LCVBC** est un club qui propose, en collaboration avec le comité départemental du Pas-de-Calais et la Fédération Française, **la pratique du volley ball** dans une ambiance conviviale, chaleureuse et familiale. C'est une discipline ouverte à tous et à tous âges.



Entraînements :

Le mercredi de 14h00 à 16h00 à la salle des sports

>>> REPRISE LE 13 SEPTEMBRE 2017

RENSEIGNEMENTS : Aurore PUJOL Présidente

☎ 06 58 95 38 64 - ✉ : lcvbc62@gmail.com



CLUB des SUPPORTERS de La Couture FOOTBALL CLUB

Présidente : **Mme Gaëlle MARQUILLY** ☎ 06 89 06 68 14

MALPERMESITA

Née de l'hiatus pris volontairement par le label Lillois Kaotoxin, Malpermesita a pour but de **produire et de distribuer des CDs, vynils et cassettes** dans un univers **Rock/Metal**.

Nous souhaitons **organiser** et pérenniser une **Foire aux Disques** sur la commune, en attendant de démarrer l'organisation d'événementiels plus larges.



MALPERMESITA
RECORDS

RENSEIGNEMENTS : Juliette MORAND Présidente

☎ 06 49 77 51 33

✉ : info@malpermesita.com

Le DAMIER CLUB du Bas Pays d'Artois



ENTRAÎNEMENTS ET COMPÉTITION
Tous les samedis de 15h à 18h30

Cybercentre
(cour de l'ancienne école)
Adhésion gratuite au club.

RENSEIGNEMENTS
Gérard SERNICLAY
☎ 03 21 26 78 73



La COUTURE CRÉATION

Point de croix, broderie, couture, tricot, crochet,
machine à tricoter...

> Participation au salon de Noël 2017 <

L'association se réunit :

tous les lundis de 14h30 à 17h30

M^{me} BOUTE Nicole,
Présidente
☎ 03 21 02 36 37
☎ 06 86 32 00 39

Le CLUB DU 3^{ÈME} ÂGE

Le Club du 3^{ème} âge a été **créé en 1978**, il a pour objet l'organisation des loisirs des personnes du 3^{ème} âge. Il compte, à ce jour, **150 adhérents**. Il se réunit 3 jeudis par mois où les joueurs de cartes et les scrabbleurs notamment **s'adonnent à leur passe-temps**.

Le Club propose également **des sorties culturelles ou récréatives ainsi que des voyages** qui sont organisés par la Fédération des Aînés Ruraux à laquelle il est affilié.

M^{me} Reine-Marie DISSAUX
Présidente
☎ 03 21 27 83 49

La Couture EN VADROUILLE

La Couture en vadrouille est une association de **randonnée pédestre** née en 2002. Elle est affiliée à la FFRP (Fédération Française de Randonnée Pédestre).



RENSEIGNEMENTS
Réjane EDOUART ☎ 06 89 09 41 47

Sortie rando pédestre	Mardi matin	distance 8 à 12 km RDV 9h00 Salle des Sports
	Lundi matin	RDV 9h00 Place de l'Église
Sorties marche nordique	Mercredi après-midi	RDV 18h30 Place de l'Église
	De Mars à Octobre Vendredi matin	RDV 9h15 terril de Verquigneul
	Dimanche matin	RDV 10h00 Place de l'Église
Sortie Rando Douce	Jeudi matin	RDV 9h00 Salle des Sports

prêt de bâtons les 3 premières séances

LCBC

LA COUTURE BASKET CLUB

La Couture BASKET CLUB

Président & Entraîneur : Mathieu Allart 06 48 69 89 22
 Entraîneur Sénior : Cédric Palade 06 26 49 37 12
 Les entraînements ont lieu à la salle des sports de La Couture.



ENTRAÎNEMENTS : LES MERCREDIS		PRIX DES LICENCES
de 16h15 à 17h30	Mini Basket	25€
	Mini poussins	
	Poussins	
de 20h30 à 22h30	Seniors	100€
	BASKET DE LOISIR : LES VENDREDIS	
de 20h30 à 22h30		65€

Possibilité de paiement en 2 ou 3 fois à l'ordre de LCBC

RENSEIGNEMENTS :
 ☎ 06 48 69 89 22
www.lacouturebasket.club
 ou à la salle des sports
 les mercredis de 16h15 à 17h30

 <https://www.facebook.com/lacouturebasketclub/>



Amicale des ANCIENS ÉLÈVES



Nous sommes tous d'anciens élèves... d'ici et d'ailleurs.

Vous avez un peu de temps libre à offrir, rejoignez l'Amicale !

Contact : tél. 03 21 56 78 95

Fondateur et Président d'honneur :
René DHAISNE,
 Maire Honoraire de La Couture

Président
René BLONDIAUX
 465 rue de la Neuve Voie
 62136 La Couture

Depuis 1964, avec tous ceux qui ont à cœur de la soutenir, l'Amicale des Anciens Elèves œuvre pour les écoles de La Couture. Les bienfaits réalisés, par les manifestations qu'elle organise chaque année, sont donnés pour aider au financement des projets mis en place par les enseignants. En plus, chaque écolier reçoit un colis de Noël confectionné dans la pure tradition de notre région qui est remis, pour les plus petits, en présence du Père Noël.

Moment fort de l'association : soirée couscous-cassoulet le samedi 10 février 2018

Le COMITÉ des FÊTES



Le C.O.F organise de nombreuses manifestations toute l'année :

- Terroir :** 1er dimanche de septembre
- Marché de Noël :** Samedi 02 & dimanche 03 décembre 2017
- Arbre de Noël :** Samedi 16 décembre 2017
- Brocante d'hiver :** 3ème dimanche de janvier
- Bourse aux armes :** 1er dimanche de février
- Brocante et foulées du Bas Pays :** 2e week-end de Juillet.

Renseignements:
Francine LEGRAND
 ☎ 03 21 64 31 61

La COUTURE CHAMPS de CULTURES



S'amuser en se cultivant ou l'inverse.....

L'Association L3C est un espace convivial de rencontre et d'échanges intergénérationnel. Elle lutte contre l'individualisme et privilégie le partage des passions dans des domaines très variés (lecture, musique, théâtre, histoire locale, visites, gastronomie, voyages...)

L3C est porteur de projets culturels dans les domaines de la lecture, l'écriture...

- **Appels à projets** (Région, département, communauté d'agglo)
- **Editions «Loisne et Lawe, Le village de La Couture à travers la grande Guerre»** de F. CARPENTIER-2014
« **Les troupes portugaises en France – 1917-1919** »
B. LECOMTE 4ème trimestre 2017
- **Interventions d'auteurs**, de dessinateurs dans le cadre du Salon du Livre et de la BD auprès des enfants des écoles

LES MOMENTS FORTS :

- 📖 **Le Salon du Livre et de la BD**, en février, qui réunit plus de 150 exposants chaque année: auteurs, éditeurs, associations culturelles, dessinateurs, libraires etc... en partenariat avec la municipalité. Prochaine édition: 17 et 18 février 2018.
- 📖 **Le repas portugais**, lors de la commémoration de la Bataille de la Lys.
- 📖 **Découverte du Portugal** : voyage de 7 jours à Porto en 2017 dans le cadre des relations franco-portugaises (ouvert à tous, les réservations sont faites en décembre dernier délai).
- 📖 **Des visites** (musée, tourisme et patrimoine), des sorties en famille, spectacles, restaurant, etc..



www.l3clacouture.com

✉ lacouturecc@orange.fr

Contact :
M^{me} Anne SERNICLAY

Présidente

☎ 06 78 09 56 09

La BIBLIOTHÈQUE MUNICIPALE

La Bibliothèque Municipale se situe derrière l'église .

Mercredi
🕒 13h30 - 18h30

Jeudi (1er de chaque mois)
🕒 13h30 - 14h30

Vendredi (Période scolaire)
🕒 9h - 12h et 13h30 - 16h

Gratuit pour les moins de 15 ans
Carte Familiale 5.50 €/an

RENSEIGNEMENTS ☎ 03 21 26 79 23



Les peintres du BAS PAYS D'ARTOIS

Association loi 1901

**L'ASSOCIATION «LES PEINTRES DU BAS PAYS D'ARTOIS»
EST INSTALLÉE DANS LA COUR DE L'ANCIENNE ÉCOLE PRIMAIRE.**

Elle propose:

➔ **L'organisation d'expositions** d'Art Contemporain, d'arts visuels, de salons de peinture, rencontres d'artistes et d'une exposition annuelle des travaux des adhérents.

➔ **L'animation d'ateliers de pratique artistique ouverts à tous les publics**

Chaque atelier, axé sur le plaisir de créer, permet au débutant ou au confirmé de pouvoir s'exprimer librement, de développer sa créativité autour de projets artistiques communs ou individuels selon les méthodes et techniques traditionnelles : dessin, pastel, aquarelle, huile et acrylique...

➔ **Son but est de développer et d'épanouir le goût pour la peinture** souvent sans formation préalable, ni don particulier, et d'**éveiller ainsi rapidement la fibre artistique qui sommeille en chacun de nous!**

TARIFS INSCRIPTIONS

Cotisation annuelle :

Lacouturois : 15 euros

Extérieur : 20 euros

Participation aux frais:

➔ **Adultes: 110€** la carte de 10 séances

➔ **Jeunes (jusqu'à 18 ans): 90€** la carte de 10 séances

Tarif dégressif à partir de 2 inscriptions.

Tout le matériel est fourni par l'association

Présidente : Edith BUFFART

☎ 06 22 98 68 81

Renseignements et inscriptions
pendant les ateliers

HORAIRES

Mercredi de 16h00 à 20h00



Les ARCHERS La Couturois

CLUB AFFILIÉ À LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE TIR À L'ARC.



Découvrez LE TIR À L'ARC !

Un sport bon pour le corps et bon pour l'esprit, un sport éducatif et créateur de lien social.

Cette saison 2017-2018 s'annonce riche en nouveautés : Plus de disciplines, plus d'animations, de nouvelles rencontres et de nouveaux challenges...

ENTRAÎNEMENTS :

LUNDI de 17h30 à 19h30
Adultes et Famille

MERCREDI de 18h00 à 19h30
Jeunes

VENDREDI de 18h00 à 20h00
Adultes

SAMEDI de 8h00 à 10h00
Animateurs et compétiteurs

SAMEDI de 10h00 à 12h00
Jeunes

DIMANCHE de 10h00 à 12h00
Famille



ENVIE DE DÉCOUVRIR LE TIR À L'ARC

L'association vous propose :

- 3 essais gratuits et sans engagement
- Le prêt de matériel
- L'initiation avec l'un de nos animateurs.



NOUS CONTACTER OU SUIVRE L'ACTUALITÉ DU CLUB :



www.tiralarc62.fr

www.facebook.com/lesarcherslacouturois

➔ **PRÉSIDENT :** Bertrand FRANCOIS
☎ 06 11 12 51 78

VOUS UTILISEZ LE MESSAGER DE FACEBOOK SUR VOTRE SMARTPHONE.
Allez dans l'onglet «contacts» et scannez ce code pour nous contacter directement.



L'école de **TENNIS** du TCRL

L'école de tennis du TCRL accueille des joueurs désireux de progresser. Elle propose des cours par groupe de niveau et par âge, y compris pour les adultes. Le TCRL dispense **28 heures d'enseignement par semaine.**

Il propose également **des stages de tennis lors des vacances scolaires.**

De nombreuses formules sont à votre disposition, **à compter de 75 € par an (hors licence)**, formule «tennis loisir» qui donne accès à toutes les infrastructures du club.



INFORMATIONS

<http://www.club.fft.fr/tcrl.richebourg/>

École municipale **DE MUSIQUE** de La Couture

L'École Municipale de Musique de La Couture **dirigée par Mr Caudron**, propose une formation incluant l'enseignement instrumental, la formation musicale ainsi que la pratique collective (orchestre de jeunes, ensembles de guitares).

La finalité de cet enseignement est de former des musiciens complets et autonomes menant à la pratique amateur. Pour ce faire, elle présente un cursus pédagogique débutant par le 1er cycle (dès 7 ans) jusqu'au 3ème cycle de formation musicale et instrumentale.

Un jardin musical accueille également les enfants de 5 à 7 ans.

LES FORMATIONS INSTRUMENTALES ACTUELLEMENT REPRÉSENTÉES SONT

saxophone
flûte traversière
batterie
piano
guitare en cours collectif
synthétiseur

LA FORMATION INDIVIDUELLE

La formation individuelle se présente sous la forme d'un **cours de 30 minutes** par semaine d'instrument et d'un cours de **formation musicale en collectif d'une heure** par semaine.



RENSEIGNEMENTS :
M^R ERIC CAUDRON
☎ 06 51 90 74 21



Les tarifs seront disponibles lors des inscriptions le lundi 11 septembre 2017 à 18h00 à l'école de Musique (Cour de l'ancienne école)



Association **GÉNÉALOGIE** De la Couture

A la recherche de vos ancêtres ?

L' A.G.L vous propose aide, conseils ainsi qu'un large éventail de relevés et 6 lecteurs microfilms afin de mener à bien vos recherches.

RENSEIGNEMENTS
M^{ME} BEAUCOURT
☎ 03 21 26 78 77

Association des **Parents** **d'Élèves** de la Couture



RENSEIGNEMENTS :

Karine BELHAOUANE
Présidente
☎ 06 80 50 28 79

Rosine DUPONT
Secrétaire
☎ 06 09 37 50 51

✉ apelc62@gmail.com

📘 www.facebook.com/lacoutureAPELC

L'association des parents d'élèves de la Couture est une association désireuse de rassembler les parents d'élèves de l'école publique maternelle et élémentaire Saint Exupéry.

Le but est d'organiser, en collaboration avec les enseignants et la commune, des manifestations et des ventes destinées à subventionner différents projets d'école (spectacles, sorties scolaires, classe découverte, matériels...).

A titre d'exemple, l'APELC a versé 5000 € à l'école de La Couture pour l'année scolaire 2015/2016.

C'est grâce à la volonté et à l'investissement de bénévoles, pour la plupart en activité, que cette association existe. Vous êtes les bienvenus si vous souhaitez vous joindre à nous ! La bonne humeur est toujours au rendez-vous!

Même si votre aide est ponctuelle ou si vous ne pouvez participer de manière directe, vous pouvez le faire de manière indirecte en communiquant sur nos manifestations et nos ventes auprès de votre famille, de vos proches et de vos amis.

Le club de **BADMINTON** LA COUTUROIS



ENVIE DE PRATIQUER LE BADMINTON ?

L'association vous offre :

➔ 2 séances de découverte gratuites



Séances :
Les lundis et Jeudis soirs
de 19h30 à 21h30

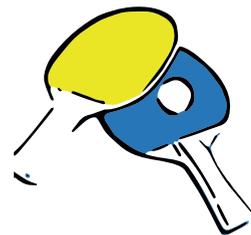
Président :
Cyrille CEUTERICKX
RENSEIGNEMENTS

☎ 06 25 73 29 01

✉ badisteslacouturois@gmail.com

TTLRV

Club de Tennis de Table
de La Couture



Vous souhaitez... :
vous initier au tennis de table ?
Pratiquer la compétition... ?
Ou tout simplement,
exercer une activité sportive
tout en vous amusant... ?

REJOIGNEZ LE CLUB DE TENNIS DE TABLE DE LA COUTURE!
Rue Bento Roma (derrière la pharmacie)

ENTRAINEMENTS :



Le **mardi** et le **vendredi** de **19h à 21h**
Le **mercredi** de **15h à 17h**

Dès 7 ans, notre formateur, Guillaume,
vous guidera pour vos 1ères balles et,
si vous le souhaitez, vous amènera à la
compétition.



CONTACTS

Dominique CARDON

☎ 03 21 27 29 37

☎ 06 95 52 50 41

✉ domi.cardon@aliceadsl.fr

Guillaume BAILLEUX

☎ 03 21 25 48 32

✉ guillaume.bailleux@sfr.fr



CRAZY TEAM

DANSE MODERNE

Club de danse moderne pour les 5 ans à 40 ans et plus.

Vous recherchez un club de danse convivial ?
Venez découvrir la CRAZY TEAM.
Tout au long de l'année nous apprenons des
chorégraphies que nous restituons lors d'un grand
gala en fin d'année.

RENSEIGNEMENTS
M^{ME} NINA

VICE PRÉSIDENTE & ANIMATRICE

☎ 07 69 64 57 08

➔ CrazyTeamOfficiel@outlook.fr



LE MERCREDI
À LA SALLE DES FÊTES
(À L'EXCEPTION DES
VACANCES)

16h à 17h

PETITS
(5/6 ans)

17h à 18h

MOYENS GRANDS
(7-/9 ans)

18h à 19h

GRANDS
(9/13 ans)

19h15 à 20h30

ADOS / ADULTES



La Couture TEMPS DANSE

Présidente Nadine WATTEZ

L'association **La Couture Temps Danse** organise des cours de danse de salon : **chaque mardi de 19h30 à 20h30 et de 20h30 à 21h30 suivant le niveau.**

Avec au programme : tango, rock, paso-doble, valse viennoise, valse anglaise, cha-cha-cha, rumba....

Les séances animées par Denise, monitrice de danse, se déroulent dans la bonne humeur et la convivialité, dans la **salle des Fêtes de La Couture rue du Rietz.**

Elles ont lieu toute l'année sauf durant la période de Noël et les mois de Juillet et Août.

Des séances « portes ouvertes » début septembre vous permettent de prendre contact avec l'association et de participer au cours sans engagement.

Rejoignez-nous le mardi 5 septembre 2017.

RENSEIGNEMENTS : ☎ 03 21. 26 14 69



Le Club de GYM La Couturoise



Pour un bien-être dans le corps et dans la tête. Dans une ambiance conviviale et à votre rythme, nous vous proposons de découvrir nos différentes activités

➔ BABY GYM

salle Dervaux
15 MOIS À 2 ANS
(SUIVANT L'AUTONOMIE ET LA MOTRICITÉ DE L'ENFANT)
Samedi de 10h15 à 11h00

➔ BABY GYM

salle Dervaux
2 ANS À LA PETITE SECTION DE MATERNELLE
Samedi de 11h15 à 12h00

➔ GYM ENFANTS :

salle Dervaux
MOYENNE & GRANDE SECTION DE MATERNELLE
Jeudi de 16h50 à 17h50

➔ EVEIL GYMNIQUE :

salle Dervaux
CLASSES PRIMAIRES
Jeudi de 17h50 à 18h50

➔ GYM AGRES :

salle des Sports
À PARTIR DU CP
Lundi de 17h30 à 19h
Mardi de 17h30 à 19h
Mercredi de 13h30 à 14h30 & de 14h15 à 16h

➔ STEP :

salle des Sports
Mercredi de 19h à 20h

➔ ZUMBA :

(Sous réserve de modification)
salle des Sports
Mardi de 19h15 à 20h15

➔ GYM ENTRETIEN

ADULTES :
salle Dervaux
Jeudi de 19h à 20h
Samedi de 9h à 10h

➔ GYM SENIORS :

salle Dervaux
Mercredi de 10h20 à 11h20

RENSEIGNEMENTS :

M^{me} Julie CORNU Présidente

☎ 07 84 50 49 14

gymlacouturoise62@gmail.com

Reprise des cours à partir du 5 septembre 2017

f gymlacouturoise

Le Club de pétanque AMITIÉ & DÉTENTE



Le club de pétanque "Amitié et Détente" a été créé en 1992, il compte près de **70 adhérents** qui se réunissent **les mardis, jeudis et samedis de 14h30 à 20h**, pour passer une après-midi de jeu, de détente et de bonne humeur.

L'été, d'avril à octobre, sur des terrains en extérieur à Vieille-Chapelle rue de Loisne, et l'hiver en salle au stade de La Couture.

Pour les amateurs de compétition, des concours, ouverts à tous, inter-sociétaires et vétérans sont organisés.

Pour les personnes désireuses de nous rejoindre, le club est ouvert à tous de 7 à 77 ans et plus. N'hésitez pas à nous rendre une petite visite vous serez les bienvenus.

 Les mardis, jeudis et samedis de 14h30 à 20h	 RENSEIGNEMENTS Bernard TURPAIN 03 21 25 61 78	 amitie.detente@sfr.fr
---	---	--

Le TELESCOPE

Il s'agit d'une association dont le but principal est la promotion de la culture irlandaise dans notre région par le biais de rencontres sportives et l'organisation de séjours linguistiques et culturels avec le village de Letterfrack situé dans le Connemara au nord-ouest de l'Irlande

RENSEIGNEMENTS :
M^{me} Catherine BRION VINCENT
 06 06 89 80 06

Cours D'INFORMATIQUE pour tous

Au Cyber Centre (Cour de l'école primaire)

Tous les mardis	Groupe 1 débutant	14h00 - 16h00	2H00 Niveau Débutant total Faux débutant initié
	Groupe 2 faux débutant	16H00-18H00	2H00 Niveau Débutant total Faux débutant initié
	Groupe 3 faux débutant	18H00-20H00	2H00 Niveau Débutant total Faux débutant initié

PROGRAMME GÉNÉRAL

-  **Découverte de l'ordinateur en général** : Notions de base pour maîtriser son PC et le vocabulaire
-  **Découverte de l'Internet** : Navigateur-Moteurs de recherche
-  **Découverte de l'environnement informatique** : ADSL-Périphériques informatiques
-  **Apprentissage du clavier et appréhension de la souris**
-  **Découverte de Windows** : XP-Vista-Seven et des interfaces logicielles
-  **Messagerie internet** : Fonctionnement-Création de boites mail-Envoi-Réception de mails
-  **Les logiciels informatiques** : Tableur-Traitement de texte-Photographie...
-  **Protection du PC sur Internet et en local** : Antivirus-Firewall-Notions de base pour se protéger
-  **Notions de Protection parentale** : Protéger ses enfants de certains sites Internet
-  **Acquisition de photos numériques** : impression des photos numériques-Vidéo
-  **Appréhension de «l'Anglais» (informatique Niveau débutant) pour mieux comprendre les messages.**
-  **Enregistrer des CD-DVD de données, de musique etc**

ANIMATION DES COURS :
Michel NOTREDAME
Professeur Architecture-Réseaux-Systèmes

TARIF : 30 € L'ANNÉE

RENSEIGNEMENTS EN MAIRIE
 03 21 26 79 23

La Couture FOOTBALL Club



LES CONTACTS DU CLUB

✉ E-mail officiel : La Couture.fc.541935@ligue59-62.fr
Site internet : www.Lacouturefc.fr

Président
LELONG Christophe
☎ 07 81 55 66 96

Consultant
VAN LANDUYT Jimmy

Vice-Président
MORIEUX Laurent
☎ 07 60 39 97 15

Trésorier
CANTRE Jean-Luc
☎ 06 75 65 17 21

LES HORAIRES D'ENTRAÎNEMENTS

U9	Mercredi 16h00 à 17h00	
U10 - U11	Lundi 18h00 à 19h30	Mercredi 13h30 à 15h30
U12 - U13	Lundi 18h00 à 19h30	Mercredi 17h30 à 19h15
U15 - U18	Lundi 19h30 à 21h00	Mercredi 19h30 à 21h00
Séniors A Séniors et vétérans	Mercredi 19h30 à 21h00	Jeudi 19h30 à 21h00



Reprise des entraînements jeunes le mercredi 6 septembre 2017

ACAMA, le judo club de La Couture



HORAIRES DES COURS saison 2017/2018

LUNDI de 17h30 à 18h30	BABY-JUDO avec Méline GUILBAUT (garçons et filles nés en 2012 / 2013)
MERCREDI de 16h30 à 17h45	JUDO avec Emilie COUSIN (garçons et filles nés en 2009 / 2010 / 2011)
MERCREDI de 17h45 à 19h00	JUDO avec Gérard GUILBAUT (pour garçons et filles nés en 2008 et avant)
 VENDREDI de 18h15 à 19h30	JUDO avec Benoit VANDEPUTTE (garçons et filles nés de 2002 à 2006)
MARDI de 18h45 à 20h15	JUDO COMPÉTITION avec Gérard GUILBAUT et Olivier CRAMMER pour BENJAMINS / MINIMES / CADETS / JUNIORS / SENIORS (garçons et filles nés en 2006 et avant)
MERCREDI de 19h30 à 21h	JUJITSU LOISIR • Préparation ceinture NOIRE E.T. • KATA avec Gérard GUILBAUT / Thierry JORIS / Eric DUCROCCQ / François BERTHET / Stanilas LÉBOUC (garçons et filles nés en 2004 et avant)
LUNDI de 18h30 à 20h00	MUSCULATION et ENTRAÎNEMENT PHYSIQUE avec Salvatore TUZZOLINO pour CADETS / JUNIORS / SENIORS (garçons et filles nés en 2002 et avant)
 VENDREDI de 19h30 à 21h00	JUJITSU FIGHTING (Pieds - Poings • Judo) avec Avinash BISSEUR (garçons et filles nés en 2004 et avant)

Non compétiteur - 1 cours par semaine / Compétiteur - 2 cours au minimum par semaine dont 1 cours en section « compétition »

La saison démarre le 4 septembre 2017 et se termine le 24 juin 2018.

RENSEIGNEMENTS

Visitez notre site ACAMA : acama.fr
acamajudojujitsu62@free.fr
www.facebook.com/
ACAMA JUDO (Page : Ligue Sportive)
Dojo Antoine Dervaux
Rue Bento Roma - 62136 La Couture

➔ **PRÉSIDENT & ENTRAÎNEUR :**
Gérard GUILBAUT
☎ 06 22 72 47 81

➔ **DIRECTEUR TECHNIQUE :**
Méline GUILBAUT
☎ 06 07 09 10 99