

# ACLAM Mornant



Activités sportives, culturelles et de loisirs  
pour tous...

**Nouveautés 2024/2025**

**Upcycling**

**Danse en ligne latine ados**

**Tai Chi**



→ Reprise des activités la semaine du 9 au 14 septembre.

→ Inscription à l'accueil et en ligne sur Comiti :

<https://aclam.comiti-sport.fr>

→ Inscription possible au trimestre (**se renseigner**).

→ Moyens de paiement : chèques, espèces, cb, chèques vacances, coupons sport, carte m'ra.

→ Paiement échelonné possible : 2 ou 3 échéances suivant le montant en accord avec l'association.

→ La liste complète des activités et les tarifs sont disponibles :

-à l'accueil en version papier

-sur notre site internet : [www.aclam-mornant.fr](http://www.aclam-mornant.fr)

-sur comiti.fr : <https://aclam.comiti-sport.fr>

Pour plus d'informations, contactez nous de **14h à 18h**  
Du lundi au vendredi au **04.78.44.11.04** à l'accueil sauf jeudi

[Aclam.mornant@orange.fr](mailto:Aclam.mornant@orange.fr)

[www.aclam-mornant.fr](http://www.aclam-mornant.fr)

<https://aclam.comiti-sport.fr>



# Créneaux enfants

## LUNDI

### Street Jazz

Salle de danse espace culturel  
8/11 ans : 17h00-18h00

### Modern Jazz Contemporain

Salle de danse espace culturel  
11 / 13 ans : 18h00-19h15  
14 / 18 ans : 19h15-20h45

### JUDO

Dojo  
201/2016 : 17h15-18h30  
2015/2011 : 18h00-19h30

## MARDI

### Théâtre

Maison Donzel RDC  
7 / 10 ans : 17h00-18h00  
11 / 14 ans : 18h00-19h30

### ZUMBA

Salle Noël Delorme  
8 / 12 ans : 17h45-18h45

## MERCREDI

### Baby Gym

Maison Donzel 1er étage  
4 / 5 ans : 09h00-10h00  
3 / 5 ans : 10h00-11h00  
3 / 4 ans : 11h00-12h00

### Eveil initiation danse

Salle de danse espace culturel  
4 / 5 ans : 10h15-11h00

### Danse classique

Salle de danse espace culturel  
Débutant : 11h00-12h00

### HIP-HOP

Maison Donzel 1er étage  
8 / 10 ans : 13h00-14h00  
10 / 13 ans : 14h00-15h00

### Eveil initiation danse

Maison Donzel 1er étage  
15h00-15h45

### JUDO

Dojo  
2020/2019 : 13h30-14h30  
2018/2019 : 14h30-15h45  
2018/2016 : 15h45-17h00  
2015/2011 : 17h00-18h30

### Danse classique

Salle Carémi  
Intermédiaire 1 : 13h00-14h15  
Intermédiaire 2 + découverte  
point : 14h15-15h45  
Avancé + pointe : 15h45-17h15

### Street Jazz

Maison Donzel 1er étage  
5 / 7 ans : 15h45-16h45  
Intermédiaire ados : 17h45-18h45  
Salle de danse espace culturel  
+ 15 ans : 19h-20h30 (Avancé)

## JEUDI

## VENDREDI

### Danse en ligne Latine

Salle Noël Delorme  
A partir de 11 ans  
18h00-19h00

### Modern Jazz Contemporain

Salle de danse espace culturel  
8 / 10 ans : 17h00-18h00  
11 / 12 ans : 18h00-19h15  
13 / 15 ans : 19h15-20h45  
+ 16 ans : 20h55-22h15

## SAMEDI

### ESCRIME

Gymnase Dodieux  
7 / 10 ans : 09h00-10h00  
+ 10 ans : 10h00-12h00

# Créneaux adultes

## LUNDI

### Pilates stretching

Salle Carémi  
09h00-10h30  
10h30-12h00

### Yoga

Salle de danse espace culturel  
Tous Niveaux : 14h00-15h30

### Qi Gong

Salle Carémi  
Tous Niveaux : 16h30-17h45

### GYM

Salle Carémi  
Renfo/ Cardio : 17h45-18h45

### Self - défense

Dojo  
19h30-20h30

### Danse à deux / Rock

Salle Noël Delorme  
Débutant : 19h15-20h45

### JUDO

Dojo  
Cadets à adulte :  
20h45-22h15

### Danses latines

Salle Noël Delorme  
Débutant intermédiaire :  
20h45-21h45

### Modern Jazz Contemporain

Salle de danse espace culturel  
Tous Niveaux : 20h45-22h15

## MARDI

### GYM

Salle de danse espace culturel  
Fitness : 09h00-10h00

### Marche Nordique

Extérieur  
09h30-11h30

### GYM

Salle de danse espace culturel  
Fit Balance : 10h00-11h00

### Pilates

Salle Carémi  
12h15-13h15

### GYM

Salle de danse espace culturel  
Gym douce : 17h00-18h00  
Renfo musculaire :  
18h00-19h00

### Pilates

Maison Donzel 1er étage  
19h00-20h00  
20h00-21h00

### Danses à deux / Rock

Salle Noël Delorme  
Intermédiaire : 19h00-20h30  
20h30-22h00

### Cardio Box

Salle de danse espace culturel  
Tous Niveaux : 19h00-20h00

### Théâtre

Maison Donzel RDC  
Atelier : 19h30-21h00  
Troupe : 21h00-22h30

### Couture : 1 mardi sur 2

Salle des fifres  
Tous niveaux : 20h00-22h00

## MERCREDI

### Yoga

Salle de danse espace culturel  
Tous Niveaux : 08h45-10h15

### Upcycling : 1 mercredi sur 2

Salle des fifres  
Tous niveaux : 20h00-22h00

### Cabaret

Salle de danse espace culturel  
Tous Niveaux : 20h30-22h30

## JEUDI

### Pilates stretching

Salle Carémi  
14h00-15h30

### GYM

Salle Carémi  
CAF : 18h30-19h30

### Taï Chi

Salle Carémi  
Tous Niveaux : 18h00-19h00

### Stretching détente

Salle Carémi  
20h00-21h00

### Zumba

Salle Noël Delorme  
19h30-20h30  
20h30-21h30

## VENDREDI

### Yoga

Salle Carémi  
Tous Niveaux : 08h45-10h15

### Pilates stretching

Salle de danse espace culturel  
9h00-10h30

### Yoga

Dojo  
Tous Niveaux : 18h00-19h30

### Cross Training

Dojo  
Tous Niveaux : 19h30-20h30

### Danses en ligne

Salle Noël Delorme  
Tous niveaux : 19h-20h  
Perfectionnement :  
19h30-20h30

### Danse à deux

Salle Noël Delorme  
Avancé : 20h30-22h

## SAMEDI

### Pilates

Maison Donzel 1er étage  
9h-10h  
Salle Carémi  
11h15-12h15

### GYM

Salle Carémi  
CAF : 09h15-10h15  
Fitness : 10h15-11h15

### ESCRIME

Gymnase Dodieux  
+ 10 ans : 10h00-12h00

### GYM

Maison Donzel 1er étage  
Fit Balance : 10h00-11h00

## TARIFS ADULTES

## TARIFS ENFANTS

149€ 1h

▶ GYM

169€ 1h

- ▶ Cardio Box
- ▶ Danses en ligne
- ▶ Danses Latines
- ▶ Pilates
- ▶ Qi Gong
- ▶ Tai Chi
- ▶ Stretching détente
- ▶ Upcycling
- ▶ Self Défense
- ▶ Zumba
- ▶ Couture
- ▶ Fit Balance
- ▶ Cross Training

198€ 1h30

- ▶ Danses à deux
- ▶ Modern jazz contemporain
- ▶ Cabaret
- ▶ Yoga
- ▶ Théâtre
- ▶ Pilates stretching

180€ 1h15

▶ Qi Gong

172€ 1h30

▶ JUDO

229€ 2h

- ▶ Escrime
- ▶ Marche Nordique

### LICENCES

- ▶ Licence Judo : 41€
- ▶ Licence Escrime : 65.50€

### ▶ Remise activités

- Individuelle  
15€ appliquée sur la 2ème activité et les suivantes.
- Familiale  
30€ appliquée sur la 3ème activité et 15€ sur les suivantes.

### ▶ Adhésion annuelle

- Mornant  
18€ individuel, 24€ famille.
- Hors mornant  
23€ individuel, 29€ famille.

129€ 45min

▶ Eveil initiation danse

169€ 1h

- ▶ Baby Gym
- ▶ Danse Classique 6-8 ans
- ▶ Escrime 7-10 ans
- ▶ HIP-HOP
- ▶ Danse en ligne
- ▶ Modern jazz contemporain 8-10 ans
- ▶ Street Jazz 5-7 et 8-11 ans
- ▶ Théâtre 7-10 ans
- ▶ Zumba

180€ 1h15

- ▶ Danse Classique 8-12 ans
- ▶ Modern jazz contemporain 11-13 ans

198€ 1h30

- ▶ Danse Classique 12-15 ans
- ▶ Modern jazz contemporain 13-15, 14-18, +16 ans
- ▶ Street Jazz +15 ans
- ▶ Théâtre 11-14 ans

139€ 1h

▶ JUDO 2020-2019

159€ 1h15

- ▶ JUDO
  - 2018-2016
  - 2019-2018

172€ 1h30

▶ JUDO 2015-2011

229€ 2h

▶ Escrime +10ans

### LICENCES

- ▶ Licence Judo : 41€
- ▶ Licence Escrime :
  - 2015/2016 : 57€
  - 2017/2018 : 43€

## Professeurs

Yoya Alexis MOUGIN

Gym douce  
Pilates stretching Céline PELIN

Modern Jazz (vendredi) Emilie BOUTON

Danse à deux (vendredi)  
Danse en ligne Florian BAUDOUX

Théâtre Guy LOUISON

Cross Training Hugo FRANCE

Escrime Julien GUICHARDAN

Cabaret  
Modern Jazz (lundi)  
Street Jazz Justine BANQUART

Renfo musculaire  
Cardio Boxe Lucas DE ARAUJO

Tai Chi  
Stretching détente Yves BROSSIER

Upcycling Florentin DEPAILLAT

Hip hop Luiz RODRIGUEZ

Qi Gong  
Renfo cardio Lucie VERHAEGHE

CAF  
Pilates  
Fitness Magali D'ANGELO

Judo  
Self défense Maurice GUYON

Babygym Thomas FAYARD

Zumba  
Fitness (jeudi) Sarah MOUHOUN

Couture Mélanie et Françoise Mercerie des Fifres

Danse à deux latines  
Danse à deux rock Michel COSTA

Marche nordique Nathalie CHENE

Danse classique  
Eveil à la danse 4/5 ans Tiphane GALLOT MARCHIANDO

Pilates stretching (lundi et vendredi) Viktoriia BEAULATON

Pilates, Fitness, Fit Balance, Zumba (mardi) Yang GAO

# Activités et vie associative

L'Association Culture Loisirs et d'Animation Mornantaise (ACLAM) est régie par la loi du 1er juillet 1901.

La mission d'ACLAM : proposer une large palette d'activités afin que tous les habitants du plateau mornantais quelque soit leur âge puisse trouver l'occupation qui lui correspond. Le fonctionnement d'ACLAM est assuré par des bénévoles membres du bureau et du Conseil d'Administration et l'ensemble des salariés ou animateurs

Le bénévolat et l'investissement sans faille des membres du conseil d'administration permettent à Aclam de proposer des tarifs au plus juste.

ACLAM association dynamique : toujours à l'écoute des demandes de ses adhérents se fait une obligation de faire évoluer l'offre de ses activités chaque année.

ACLAM pour vivre a donc besoin de la bonne volonté de chacun de ses adhérents.

Chacun peut s'investir en rejoignant le CA par élection lors de l'assemblée générale ou plus ponctuellement en devenant référent de son activité ou en participant à l'organisation des évènements festifs proposés tous les ans.

En mars :

- le concours de danse « Colors of dance » accueille les danseurs de la région pour une compétition sous le signe de la diversité et de l'ouverture au Gymnase de la Tannerie.

En juin :

- l'interclub de judo propose des rencontres conviviales enfants et adultes sous le signe de l'amitié et du partage au Gymnase de la Tannerie,  
- les représentations théâtrales enfants / adultes propulsent nos acteurs sur le devant de la scène lors d'une soirée à la salle Jean Carmet,  
- le gala de danse clôture la saison pour le plus grand plaisir des tous petits et des adultes qui peuvent ainsi se produire devant leurs proches.. Un spectacle au rythme soutenu où tous s'investissent : danseurs et professeurs Moment de plaisir partagé qui chaque année donne naissance à de nouvelles vocations

Des stages sont également proposés durant l'année, n'hésitez pas à vous inscrire et à être force de proposition en nous communiquant vos idées : [aclam.mornant@orange.fr](mailto:aclam.mornant@orange.fr) ou en venant nous rencontrer à l'accueil , salle Jean Carmet, boulevard du pilat les lundi, mardi, mercredi ou vendredi de 14 h à 18 h.

