



# ARCL

Association Robion Culture Loisirs

*Saison 2025/2026*



# Edito

Nouvelle saison, nouvelles envies, nouvelles découvertes ! Comme chaque année, notre association vous propose un large choix d'activités pour petits et grands.

Grâce à la diversité de son offre, l'ARCL vous permet de bouger, créer, apprendre et vous détendre, tout en partageant des moments conviviaux.

Cette saison, trois nouvelles activités viennent enrichir notre programme : Fondamentaux du Mouvement Libre, Cross-training Ados et Danse Libre.

Avec plus de 18 activités proposées, il y en a pour toutes les envies !

Alors n'attendez plus : découvrez le programme complet et inscrivez-vous directement sur notre site [robion-arcl.fr](http://robion-arcl.fr).

Rejoignez-nous pour une nouvelle saison placée sous le signe du mouvement, du partage et du plaisir !

**Couture Créative**

**Tricot**

**Boutis**

---

**7**

**Peinture & Modelage**

**Création Artistique Enfants**

---

**9**

**Marche Active**

**Randonnée Pédestre**

---

**11**

**Fitness**

**Cross Training Ados** *Nouveau*

**12**

**Yoga**  
**Sophrologie** **14**

---

**FML – Fondamentaux du Mouvement Libre**  
**Danse Libre** *Nouveau* **15**

---

**Théâtre**  
**Théâtre Enfants & Ados**  
**Informatique** **16**

---

**Anglais**  
**Italien** **17**

---

**Informations pratiques** **18**



# Couture Créative

Mardi 13h30 – 16h30

Salle de l'Eden à l'étage

**Animatrice** : Maïté Renaud 06.59.07.14.31

**luviaconfection@gmail.com**

225€/an

# Tricot

Lundi 14h00– 16h00

Mercredi 14h00– 16h00

Maison Cresp

**Animatrice**: Josiane Bernard 04 90 06 01 59

**Responsable**: Marie-Josée Rodriguez

*Activité gratuite*

# Boutis

Jeudi 14h00 – 16h00

Maison Cresp

**Animatrice**: Suzanne Daudé 04 90 76 55 58

**Responsable**: Josiane Bernard 04 90 06 01 59

*Activité gratuite*



# Peinture & Modelage

Jeudi 9h30 – 11h30

Jeudi 17h30 – 19h30 «Dessiner sur le vif»

Salle de l'Eden à l'étage

*Animatrice* : Maria Guilbert 06 25 61 39 55

*Responsable*: Agnès Weguyn 06 79 76 45 95

230€/an

## Création artistique Enfants

Mercredi 9h00 – 10h30 / 5–7 ans

Mercredi 10h30 – 12h00 / 8–11 ans

Salle de l'Eden à l'étage

*Animatrice* : Magali Antiq 06 72 69 45 58

*magantiq@gmail.com*

180€/an



**180€/an**

1 séance par semaine

**230€/an**

2 séances par semaine

## Marche active

Lundi 9h15 – 10h35

Mardi 18h30 – 19h50

Vendredi 18h30 – 19h50

*Animateur* : Olivier Teissier 06.07.40.35.09

*olivier-teissier@orange.fr*

## Randonnée pédestre

*Activité gratuite*

Les mardis

*Animateurs randonnées de difficulté moyenne ou difficile :*

Philippe Vejux 06.25.63.93.12, Jean-Claude Jourdan 06.66.48.54.21

Anne Denier / Alain Fageot / Hervé Schubert

*Animateur randonnées faciles :*

Bill (William Grahamslaw) 06.88.86.13.99

*Responsable*: Brigitte Eutrope 06.88.59.60.92

Tous les mardis avec alternance de rando faciles (3h et 300m de dénivelé max) et plus difficiles. Rendez-vous derrière l'église selon programme (Programme trimestriel à consulter dans la partie « actu » du site).



# Fitness

Lundi 18h00 – 19h00 Total Body

Mercredi 19h30 – 20h30 Gym posturale

Jeudi 18h00 – 19h00 Body Dynamique

Jeudi 19h00 – 20h00 CAF (Cuisses Abdos Fessiers)

Vendredi 9h00 – 10h00 Gym douce (avec Enora)

Salle de l'Eden

*Animatrices*: Anaïs Josuan 06.22.52.30.68

Enora Louaisel 06.95.63.38.24

*coaching@involve-evolve.com*

*Responsable* : Brigitte Honarek 06.33.12.92.99

**Total Body** : Travail de renforcement musculaire de tout le corps, avec ou sans accessoire.

**Gym posturale** : Travail de renforcement des muscles profonds (muscles du dos et de la posture), de mobilité et d'équilibre grâce à une pratique mêlant Pilates, yoga et stretching, sans oublier le travail respiratoire.

**Body Dynamique** : Travail de renforcement musculaire et cardio light en musique adapté à tous les niveaux

**CAF** : Travail de renforcement musculaire ciblé sur les cuisses, les fessiers et les abdominaux, avec ou sans accessoire.

**Gym douce** : Cours de gym adaptés pour une remise en forme en douceur après un arrêt prolongé du sport, ou pour nos aînés.

**165€/an**

1h par semaine

**210€/an**

2h par semaine

**240€/an**

3h par semaine et plus



**Nouveau** **Cross Training Ados**

De 11 à 16 ans

Mercredi 16h30- 17h30

Café de la Gare

*Animatrice* : Anaïs Josuan 06.22.52.30.68

**160€/an**

# Yoga

Mardi 10h30 – 12h00 YOGA DOUX /salle de l'Eden

Mardi 18h30 – 20h00 HATHA FLOW /salle de l'Eden

Mercredi 18h30 – 20h00 DU YANG AU YIN /salle de l'Eden

Jeudi 18h30 – 20h00 HATHA FLOW/salle d'Expo

*Animatrice* : Olivia Hilaire 06.45.64.83.02

*Responsable* : Gwenaël Louaisel 06.10.38.30.18

210€/an

210€/an

# Sophrologie

Lundi 18h00 – 19h00

salle d'Expo

*Animatrice* : Tonina Chironi 06.35.49.45.79

# Fondamentaux du Mouvement Libre

Mardi 9h00 - 10h30

Salle de l'Eden

*Animatrice* : Chantal Cleaz Savoyen 06.70.27.19.21

**Nouveau**

**210€/an**

**Nouveau**

## Danse Libre

Jeudi 18h30 - 20h00

Café de la Gare

*Animatrice* : Chantal Cleaz Savoyen 06.70.27.19.21

**210€/an**

# Théâtre Adultes

Lundi 20h30 - 22h30

Jeudi 10h30- 12h30

Salle de l'Eden

**Animatrice** : Josée Arrué 06.09.31.65.83

*josée.arrue@gmail.com*

**190€/an**

# Théâtre Enfants & Ados

Mercredi 14h00 - 15h30 Enfants

Mercredi 15h45- 17h15 Ados

Salle de l'Eden

**Animatrice** : Mélanie de Fondaumière 06.58.16.64.96

*theatre@arcl-robion.fr*

**175€/an**

# Informatique

Samedi 9h00 - 10h30

Maison Cresp

**Animatrice** : Sandrine Benader 06.76.43.79.15

**210€ /an**

# Anglais

Lundi 14h30 – 16h00 / Lundi 18h00 – 19h30

Mardi 10h00 – 12h30 / Mardi 18h00 – 19h30

Mercredi 18h00 – 19h30

Horaires selon niveau

Salle de l'Eden à l'étage

**Animatrice** : Hazel Bracco 06.25.30.00.59 / [handrbracco@aol.com](mailto:handrbracco@aol.com)

**Responsable** : Nicole Larnicol 06.64.10.69.80 / [nlarnicol@orange.fr](mailto:nlarnicol@orange.fr)

Adultes

**285€/an**

Adultes / Ados

**280€/an**



# Italien

Lundi 18h00– 19h30 Cours intermédiaires / Avancés

Jeudi 18h00– 19h30 Cours débutants

Maison Cresp

**Animateur** : Aldo Nani +39 347 7755819 / [nanialdo@gmail.com](mailto:nanialdo@gmail.com)

# Infos pratiques

Adhésion à l'association obligatoire pour toute activité (et non remboursable), doit être réglée le jour de l'inscription : 16 €

Les cotisations pour chaque activité sont annuelles et doivent être réglées le jour de l'inscription (possibilité de régler en 8 fois par carte bancaire en ligne).

L'ARCL accepte les coupons sport ANCV et coupons Up Sport.

Pour les activités Yoga, Fitness, Randonnée et Marche Active, un questionnaire de santé doit être complété. En cas de réponse positive à une rubrique, un certificat médical doit être fourni avant toute participation.

Pour l'inscription d'un mineur, une fiche complémentaire sera à remplir (disponible sur le site ou auprès de l'animateur).

Les activités débuteront le lundi 8 septembre 2025 jusqu'au samedi 27 juin 2026, sauf exception.

Pas d'activités les jours fériés et pendant les vacances scolaires (sauf certaines activités sportives, se rapprocher des intervenants pour les modalités).

Seuls les désistements liés à une cause médicale grave (sur présentation d'un certificat médical), un déménagement ou la perte d'emploi (sur présentation d'un justificatif France Travail) peuvent faire l'objet d'un remboursement de la cotisation à une activité. Tout trimestre entamé est dû. L'adhésion à l'A.R.C.L. n'est pas remboursable.

Le règlement intérieur et les statuts de l'Association sont disponibles sur le site internet *robion-arcl.fr*  
Page «Infos pratiques»

Inscription en ligne :



[robion-arcl.fr/adhesion-en-ligne/](https://robion-arcl.fr/adhesion-en-ligne/)

# Association Robion Culture Loisirs

Maison Cresp  
115 rue Antoine Gros  
84440 ROBION

*contact@robion-arcl.fr*

**robion-arcl.fr**



**robionarcl**