



ARCL

Association Robion Culture Loisirs

Saison 2026 / 2027



Edito

La rentrée est là, et avec elle une nouvelle saison d'activités à l'ARCL.

Comme chaque année, l'association vous propose un large choix d'activités pour petits et grands. Bouger, créer, apprendre, se détendre : chacun y trouve de quoi remplir son année, et l'occasion de partager de bons moments.

Cette saison, cinq nouveautés rejoignent le programme : Danse et Création artistique enfants, Percussions, Tai chi, Trail et Marche douce — cette dernière à mi-chemin entre la marche active et la randonnée, pour celles et ceux qui préfèrent un rythme modéré.

De nouveaux créneaux s'ajoutent également : un cours de Fitness le mardi matin animé par Enora, une séance de Couture le samedi matin et un troisième créneau d'Italien.

Avec 21 activités au total, il y en a pour toutes les envies. Le programme complet vous attend dans les pages qui suivent, et les inscriptions se font directement sur robion-arcl.fr.

Belle saison à toutes et à tous, sous le signe du mouvement, du partage et du plaisir !

Couture Créative

Tricot

Boutis

7

Dessin, Peinture & Modelage

Création Artistique Enfants

9

Danse & Création Artistique Enfants *Nouveau*

Percussions *Nouveau*

10

Marche Douce *Nouveau*

Trail *Nouveau*

12

Marche Active

Randonnée

13

Fitness

14

Tai Chi <i>Nouveau</i>	
Sophrologie	16
FML – Fondamentaux du Mouvement Libre	
Yoga	
Théâtre Adultes	
Théâtre Enfants & Ados	19
Scrabble	
Anglais	20
Italien	
Informations pratiques	22



Couture Créative

Mardi 13h30 – 16h30

Samedi 8h30 – 11h30

Café de la gare

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

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



Dessin, Peinture & Modelage

«Peinture et Modelage, Expression Libre»

Jeudi 9h30 – 11h30

«Techniques du dessin, de la Peinture et du Modelage»

Jeudi 15h15 – 17h15

Jeudi 17h30 – 19h30

Café de la gare

Animatrice : Maria Guilbert 06 25 61 39 55

Responsable : Agnès Wegvyn 06 79 76 45 95

230€/an

Création artistique Enfants

150€/an

1h / 5-7 ans

Mercredi 9h00 – 10h00 / 5-7 ans

Mercredi 10h00 – 12h00 / 8-11 ans

Café de la gare

200€/an

2h / 8-11 ans

Animatrice : Magali Antiq 06 72 69 45 58

magantiq@gmail.com

Danse et Création artistique

Enfants de 5 à 9 ans **Nouveau**

Mercredi 10h00 – 11h30

195€/an

Bouger, créer, se poser : chaque séance associe expression corporelle, atelier créatif et temps calme.

Salle du Bassin

Animatrice : Chantal Cleaz Savoyen 06.70.27.19.21

Nouveau Percussions

Mercredi 15h00 – 16h30 / 8-12 ans

Prise en main des instruments, travail du rythme au métronome, apprentissage de styles du monde (africain, cubain, brésilien, rock...) et jeu collectif.

195€/an

Maison Cresp

Animateur: Quentin Liardet 06.38.76.95.60



Marche douce **Nouveau**

Lundi 9h00 – 10h30

180€/an

Entre la marche active et la randonnée : un rythme modéré et une distance raisonnable, pour les seniors comme pour tous ceux qui souhaitent reprendre une activité physique en douceur.

Animateur : Olivier Teissier 06.07.40.35.09
olivierteissier@orange.fr

Nouveau Trail

180€/an

Samedi 10h30 – 11h45/12h00

Circuit-training spécifique au trail : technique de course, renforcement musculaire et travail physiologique. Des séances adaptables à chaque niveau, du débutant au coureur confirmé.

Animateur : Joaquin Huriez 07.82.61.49.97
contact@denivluberon.fr

180€/an

1 séance par semaine

230€/an

2 séances par semaine

Marche active

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 :

Philippe Vejux 06.25.63.93.12, Jean-Claude Jourdan 06.66.48.54.21

Anne Denier / Alain Fageot / Hervé Schubert

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

Mardi 9h00– 10h00 (avec Enora)

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 Horanek 06.33.12.92.99



165€/an

1h par semaine

210€/an

2h par semaine

240€/an

3h par semaine et plus



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.

Tai Chi

Mercredi 18h00 – 19h30

Salle de l'Eden

Animateur: Eric Bompuis 06.79.54.71.45

ericbompuis@gmail.com

210€/an

Fondamentaux du Mouvement Libre

210€/an

Mardi 9h00 – 10h30

Salle de l'Eden

Animatrice : Chantal Cleaz Savoyen 06.70.27.19.21

Sophrologie

Lundi 18h00 – 19h00

salle d'Expo

Animatrice : Tonina Chironi 06.35.49.45.79

210€/an

210€/an

Yoga

Lundi 10h00 – 11h30 YOGA DOUX / salle de l'Eden

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

Mercredi 18h30 – 20h00 DU YANG AU YIN / salle d'Expo

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

***Animatrice* :** Olivia Hilaire 06.45.64.83.02

***Responsable* :** Gwenaël Louaisel 06.10.38.30.18





Théâtre Adultes

Lundi 20h30 – 22h30

Salle de l'Eden

Animatrice : Josée Arrué 06.09.31.65.83

josee.arrue@gmail.com

190€/an

Théâtre Enfants & Ados

175€/an

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

Scrabble

Vendredi 14h00 – 17h00

Salle Expo

Responsable : Marie-Thérèse CANNATA 07.55.62.80.66

marythee@neuf.fr

Activité gratuite

Anglais

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

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

Mercredi 18h00 – 19h30

Horaires selon niveau

Salle Yvon Carbonnel étage (ancienne Poste)

Animatrice : Hazel Bracco 06.25.30.00.59 / handrbracco@aol.com

Responsable : Nicole Larnicol 06.64.10.69.80 / nlarnicol@orange.fr

Adultes

285€/an

Adultes / Ados

280€/an



Italien

Lundi 18h00 – 19h30 / Avancé

Mardi 18h00 – 19h30 / Débutant

Jeudi 18h00 – 19h30 / Intermédiaire

Maison Cresp

Animateur : Aldo Nani +39 347 7755819 / 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, Marche Active, Marche Douce, FML et Trail, **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 7 septembre 2026** jusqu'au **samedi 26 juin 2027**, 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.

Assurance : La responsabilité civile de l'ARCL ne couvre pas les accidents dont un adhérent serait seul victime. Chaque adhérent pratique sous couvert de sa propre assurance responsabilité civile et individuelle accident.

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

Adhésion en ligne
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



Ne pas jeter sur la voie publique