

Gala de Gym : Vendredi 4 Juin 27

Audrey, Fadel

Confirmés :	Samedi : 10h à 11h30	Salle 1	165 €
Débutants :	Jeudi : 17h15 à 18h30	Salle 1	140 €
	Samedi : 11h30 à 12h30	Salle 1	140 €

Stages proposés (avec participation) : de 14h à 16h

Me 21 & J. 22 Octobre - Me 28 & J. 29 Octobre
Me 17 & J. 18 Février - Me 24 & J. 25 Février
Me 14 & J. 15 Avril

MULTISPORTS
3 à 6 ans

Audrey, Fadel
Karine

Contact : Elodie HEBRARD, 06.32.07.57.86

3 à 4 ans :	Mercredi : 10h à 11h
5 à 6 ans :	Mercredi : 11h à 12h

Complexe Jean-Marie Bellime :
Salle 1 et/ou Gymnase

Représentations : à partir de 15h30
Samedi 23 Janvier et Samedi 12 Juin

MARCHE NORDIQUE

Séances dispensées par Mickaël

Contact :
Dominique BOULIER, 06.59.86.53.75

1h30 de cours : 122 €
2 h de cours : 162 €



Ouvert à tous
Lundi : 9h30 à 11h
Jeudi : 9h à 11h
Samedi : 9h30 à 11h30

Marche à la carte 32 € + une carte de 10 séances à 60 €

PILATES

1 cours : 182 €
2 cours : 252 €

Méthode de "Gasquet"

Contact : M.-L. FRANCOIS 06.89.63.49.69

Lundi : 17h30 à 18h30	LPM
Lundi : 18h30 à 19h30	LPM

Pilates (traditionnel)

Contact : Bérénice BENOIT, 06.98.96.64.75

Confirmé	Lundi : 18h30 à 19h30	LPS
Tout niveau	Mercredi : 9h à 10h	Salle 2
Tout niveau	Jeudi : 17h30 à 18h30	LPS
Débutant	Vendredi : 17h15 à 18h15	LPM
Confirmé	Vendredi : 18h20 à 19h20	LPM

VOLLEY-BALL AL CÉBAZAT

ÉCOLE DE VOLLEY

Contacts : Edith DIEGUES, 06.84.11.51.55
Franck PILANDON, 06.23.81.41.07

PRIM M7 + M9 + M11 200 €
Mercredi : 10h45 à 12h15
Jeudi : 17h à 18h30

BENJ M13 200 €
Lundi : 17h30 à 19h
Mercredi : 14h à 15h30

Minimes M15 200 €
Lundi : 17h30 à 19h
Mercredi : 14h à 15h30

M18 210 €
Lundi : 19h à 20h30
Mercredi : 15h30 à 17h

Plateaux organisés tout au long de la saison

ADULTES



Match
en semaine

Féminine 1 :
- Lundi : 19h à 20h30
- Jeudi : 19h30 à 21h
Féminine 2 :
- Lundi : 20h30 à 22h
- Jeudi : 18h30 à 20h

Masculin : 100 €
- Jeudi : 21h à 23h

L'Amicale Laïque se réserve le droit sur l'ensemble des cours proposés de regrouper ou de supprimer des créneaux si le nombre d'adhérent.es n'est pas suffisant.

Contactez-nous **Permanences**

04.43.86.73.83
Mél : amicalelaïque63118@gmail.com
Site : www.alcebazat.fr
à partir de décembre :
Maison des Associations
46, route de Gerzat - 1er étage - Cébazat
www.facebook.com/amicalelaïque.cebazat
• Lundi : 9h à 14h
• Jeudi : 13 h à 17 h
• Lundi : 9h à 14h
• Jeudi : 13h30 à 16h30

FORUM DES ASSOCIATIONS
Bellime - Salles Léo-Lagrange
Mercredi 2 Septembre de 14h à 20h
Maison des Associations - Salle C
Samedi 6 Septembre de 9h à 13h

NEW! 3 permanences pour vous inscrire et pour faciliter la récupération par les bénévoles de vos inscriptions

Samedi 12 septembre
Samedi 19 septembre
Samedi 26 septembre
Maison des Associations de 10h à 12h

2026 / 2027



**AMICALE LAÏQUE
DE CÉBAZAT**

- **ACTIVITÉS**
- **HORAIRES**
- **TARIFS ANNUELS**

**ENFANTS, ADOS,
ADULTES**

Lieux des activités proposées

- Gymnase Jean-Zay (Gymnase)
- Léo-Lagrange (Salle 1 ou 2)
- La Prade : Marronnier (LPM)
- La Prade : Sophora (LPS)
- Maison des Associations (MA)



FÉDÉRATION
FRANÇAISE
KARATÉ

ARTS MARTIAUX

• KARATÉ

Contact : Xavier CHARDON, 06.86.63.87.88

Prof enfants : Laurianne 06.07.46.15.78

adultes : Pascal GIRODET, 06.83.38.00.77

Baby : 4 à 6 ans Mercredi : 15h45 à 16h30 Salle 1 **116 €**

Enfants : 7 à 10 ans Mercredi : 14h45 à 15h45 Salle 1 **140 €**

Ados : 10 à 13 ans Mercredi : 13h30 à 14h45 Salle 1 **164 €**

Jeunes : 14-15 ans 281 € et Adultes : 16 ans et + 286 €



- **Traditionnel** : Jeudi : 19h30 à 21h Salle 1
- **Self Défense** : Mardi : 20h15 à 21h15 Salle 1

• WUSHU

Contact : Stéphane BELTRAN, 06.95.39.45.63

Prof : Pascal GIRODET, 06.83.38.00.77

1 cours : Jeunes : 14-15 ans 179 € - Adultes : 16 ans et + 184 €

2 cours : Jeunes : 14-15 ans 272 € - Adultes : 16 ans et + 277 €

Qi Gong Mardi : 16h à 17h LPS
Mardi : 17h à 18h LPS
Mardi : 18h15 à 19h15 Salle 1
Tai Chi Mardi : 19h15 à 20h15 Salle 1
Self Défense Mardi : 20h15 à 21h15 Salle 1



CLUB PHOTO

Contact : Michel AVARD, 06.79.71.33.66

FPF : **107 €** Hors FPF : **67 €**

Réunion Jeudi : 19h30 à 23h MA-Salle C
Vendredi : 19h30 à 23h MA-Salle C
Formations Adultes Samedi : 8h30 à 12h30 MA-Salle C
Ateliers "Studio" **se renseigner**

Exposition avec la thématique de la photo minimaliste.

18/09/2026 au 27/09/2026 Maison des expositions - Parc Pierre-Montgroux

Stage Photo "Jeunes" 26 au 30 octobre inclus de 9h30 à 12h

30 €



YOGA

Contacts : Geneviève HUGUET-BROSSET, 06.29.99.02.27

Christine ZORZI, 06.78.60.01.55

1 cours 180 € 2 cours 260 € "Yoga doux" 134 €

Alexandra Mardi : 16h45 à 18h15 LPM
Mardi : 18h30 à 20h LPS
Mercredi : 19h à 20h30 LPS
Jeudi : 8h45 à 10h15 LPS
Jeudi : 11h à 12h LPM
Jeudi : 19h à 20h30 LPS

**Hélène
Corinne**

Yoga "doux"

Hélène



DANSE

Gala : Samedi 26 Juin 27

Contacts : amicalelaïque63118@gmail.com

Franck PILANDON, 06.23.81.41.07

Dominique SABATIER, 06.35.95.95.73

4-11 ans	12-17 ans	1 cours	Pls cours
150 €	180 €	180 €	260 €

INITIATION DANSE

Delphine - Emma

4-6 ans : **Country** Mercredi : 14h30 à 15h30 LPM
4-7 ans : **Tous styles** Jeudi : 16h45 à 17h30 LPM

DANSE CLASSIQUE

Julien

6-8 ans Mercredi : 15h30 à 16h30 LPM
9-15 ans Mercredi : 17h30 à 18h30 LPM
Adultes Mercredi : 19h à 20h30 Salle 1

LYRICAL JAZZ

Julien

6-8 ans Mercredi : 16h30 à 17h30 LPM
9-15 ans Lundi : 17h30 à 19h Salle 2
Adultes Lundi : 19h à 21h Salle 2

STREET DANCE (Hip-Hop debout et break)

Thomas

6-11 ans Vendredi : 17h30 à 18h30 LPS
Intermédiaires Vendredi : 18h30 à 19h30 LPS

URBAN (Street Jazz, Ragga...)

Emma

8-12 ans Jeudi : 17h30 à 18h30 LPM
Ados - Adultes Jeudi : 18h30 à 19h30 LPM

AFRO JAZZ

Julien

Adultes Mercredi : 20h30 à 22h Salle 1

GIRLY STYLE - CABARET

Amandine

Adultes Mardi : 19h45 à 21h15 LPM
Samedi : 10h à 12h LPM
1 samedi par mois (à définir avec la prof)

DANSE ORIENTALE - TRIBAL FUSION

Amandine

Adultes Mardi : 18h15 à 19h45 LPM

ROCK

Didier 65 €

Adultes - confirmés Jeudi : 19h30 à 20h30 LPM



BIENFAITEURS

Contact : Michel BERGER, 06.71.92.88.25

**Devenez bienfaiteur en soutenant l'Amicale Laïque,
la laïcité et les valeurs d'Education Populaire**

20 €



ZUMBA

Audrey, Fadel

Contact : Ghislaine NEUVY, 06.72.90.98.04

Gala : Samedi 26 Juin 27

140 €

3 à 6 ans Mardi : 17h30 à 18h30 Salle 2
6 à 11 ans Mercredi : 16h30 à 17h30 LPS
11 à 14 ans Mercredi : 15h30 à 16h30 LPS
Adultes Lundi : 18h30 à 19h30 Salle 1
Mardi : 19h30 à 20h30 Salle 2



**10 €
par adulte**

Zumba Family : de 16h30 à 18h - Salle 1

**Spécial Halloween : 03/10/26
Spécial Noël : 12/12/26**



CYCLO ROUTE & VTT

85 €

Contacts : Francis ALLEGRE, 06.72.31.25.89

Sylvain CHARBONNIER, 06.65.25.98.20

Réunions : Jeudi : 18h
Sorties Vélo : Mercredi, Vendredi & Dimanche
Sorties Vélo/VTT : selon disponibilités via groupe WhatsApp



GYM ADULTES

Contact : Sandrine BARTHELEMY, 06.30.80.36.86

1 ou plusieurs cours : **135 €**

Lundi :

- 14h à 15h : Salle 1 - **Stretching 1** **Mathis**
- 15h à 16h : Salle 1 - **Stretching 2** **Mathis**
- 17h30 à 18h30 : Salle 1 - **Cardio-Renfo** **Audrey**

Mardi :

- 8h à 9h : Salle 1 - **Renforcement Full Body 1** **Mathis**
Abdos, Fessiers, Renfo Musculaire, Assouplissement
- 9h à 10h : Salle 1 - **Renforcement Full Body 2** **Mathis**
Abdos, Fessiers, Renfo Musculaire, Assouplissement
- 10h à 11h : Salle 1 - **Gym Douce "sports adaptés"** **Mathis**
- 18h30 à 19h30 : Salle 2 - **Abdos, Fessiers, Renfo Musculaire, Assouplissement :** **Audrey**

Jeudi :

- 8h à 9h : Salle 1 - **Circuit Training** **Mathis**
- 9h à 10h : Salle 1 - **Body Relax (stretching calme)** **Mathis**
- 18h30 à 19h30 : Salle 1 - **Full Body** **Mathis**

Vendredi :

- 17h30 à 18h30 : Salle 1 - **Circuit Training** **Audrey**

Samedi :

- 8h à 9h : Salle 1 - **Bouge toi avec ton STEP** **Audrey**
- 9h à 10h : Salle 1 - **Body Zen** **Audrey**