



INSCRIPTIONS

vendredi 6
SEPTEMBRE

15H
À 20H

AU MIL'S CLUB

A.C.S.M

AMICALE CULTURELLE
ET SPORTIVE DE MONTLIGNON

2024-2025

ACTIVITÉS
CULTURELLES
& SPORTIVES

ACSM
Montlignon





Nouveauté AIKIDO ENFANT

Professeur: Gaël GENNA
Tél: 06.51.09.20.33
A partir du CP ou 6 ans

LUNDI

• à partir de 17h

JEUDI

• à partir de 18h15
**Ouverture du cours
si un minimum d'inscrits
120€ + licence**

Pour tout renseignement :
acsm.montlignon@gmail.com

PILATES

Professeur : Anne OZOUF
Coordinatrice : Pierrette AUGUET
Tél. : 06 70 60 68 42

LUNDI

- de 17h à 18h
- de 18h30 à 19h30

145 € par an

Mil's Club - 10 Rue des Rosiers

QI GONG

Professeur : Anne CANDAU
Tél. : 07 81 74 78 69
Coordinatrice : Béatrice PELLETIER
Tél. : 06 87 48 06 03

MERCREDI

- de 10h à 11h30

200 € par an

Mil's Club - 10 Rue des Rosiers

GYMNASTIQUE DOUCE

Professeur : Willy PAYET
Tél. : 07 66 34 92 19
Coordinatrice : Pierrette AUGUET
Tél. : 06 70 60 68 42

VENDREDI

- de 18h à 19h

145 € par an

Mil's Club - 10 Rue des Rosiers

HATHA YOGA

Professeur : Martine FOURTEAU
Tél. 06 70 29 04 40
Coordinatrice : Vanessa GENNA
Tél. : 06 25 01 78 00

MARDI

- de 19h15 à 20h15

200 € par an

Mil's Club - 10 Rue des Rosiers

CARDIO FITNESS

Professeur : Willy PAYET
Tél. 07 66 34 92 19
Coordinatrice : Pierrette AUGUET
Tél. : 06 70 60 68 42

VENDREDI

- de 19h à 20h

145 € par an

Mil's Club - 10 Rue des Rosiers

MONTLIGNON FOOTBALL CLUB

Coordinateur : Matthieu Benaros
lemontlignonfc@gmail.com

MERCREDI et VENDREDI

- de 18h à 20h

TENNIS MUNICIPAL

acsm.montlignon@gmail.com

*Terrain de tennis
Allée Lucien Simonet*



JUDO

Professeur : Thomas CARVALHINHO
Coordinateur : Hugues ABENSOUR
 thomas.carva@montlignon.fr

JEUDI

Baby Judo (1h) groupe limité
 • 17h30 à 18h30

115 € par an + 41 € Licence FFJDA

MARDI et VENDREDI

Judo enfants (2 fois 1h)
 • de 17h à 21h (selon âge et niveau)

160 € par an + 41 € Licence FFJDA

Dojo Henri Courtine - 10 Rue des Rosiers

KRAV MAGA-SELF DEFENSE

Professeur : LEAUM TRITZ
 leaumkravmaga@hotmail.fr
Coordinateur : Guillaume
 acsmkrav95@gmail.com

À partir de 11 ans

MERCREDI

- 18h30 à 19h30 (enfants)
- 19h30 à 21h30 (adultes)

SAMEDI

- 9h à 10h (enfants)
- 10h à 12h (adultes)

**Adultes : 230 € + 37 € Licence
 + carte ACSM**

**Enfants : 160€ + 37€ Licence
 + carte ACSM**

Dojo Henri Courtine - 10 Rue des Rosiers

AÏKIDO ENFANT (à partir du CP ou 6 ans)

Professeur: Gaël GENNA
 Tél: 06.51.09.20.33



LUNDI

- à partir de 17h

JEUDI

- à partir de 18h45

120€ + Licence

AIKIDO ADULTE (à partir de 14 ans)

Professeur : Fabrice ROSET
 Tél. : 06 82 37 86 97
 3° dan diplômé d'Etat
 www.artjap.fr

Cours adultes

LUNDI et JEUDI

- de 20h à 21h30

Moins de 18 ans et étudiants : **160 € + Licence**

Adultes : **200 € + Licence**
 Dojo Henri Courtine - 10 Rue des Rosiers





INSCRIPTIONS
vendredi 6
SEPTEMBRE

AU MIL'S CLUB

PRÉSENTATION DES ACTIVITÉS ET INSCRIPTIONS

Amicale Culturelles et Sportives
de Montlignon

**Début des cours à partir
du lundi 9 septembre**
10 Rue des Rosiers - Montlignon



PORTES OUVERTES



RÈGLEMENT COMMUN AUX ACTIVITÉS

La participation à un club nécessite l'adhésion à l'ACSM - Amicale Culturelle et Sportive de Montlignon- pour un montant annuel de 25€ par famille ou 35€ pour les hors commune.

L'assurance est comprise dans le montant des cotisations. À partir du 2^e inscrit dans une même famille et activité, 10% de réduction accordée au 2^e et aux suivants...

Les ateliers et cours ne sont ouverts qu'en fonction d'un nombre minimum de participants.

OBLIGATOIRE

CERTIFICAT MÉDICAL

De moins de 3 ans pour les adultes
et questionnaire de santé pour les mineurs

PAIEMENT DE LA LICENCE

Pour l'inscription aux activités sportives



MUSIQUE

Responsable : Sylvie JACQUIN

Tél. : 06 27 60 20 98

- Flûte à bec et Flûte traversière
- Guitare
- Piano classique
- Violon
- Groupe musical

TARIFS INSTRUMENT

Enfants

- 30 mn : 387 €/an
- 45 mn : 520 €/an
- 1h : 690 €/an

Adultes

- 30 mn : 450 €/an
- 45 mn : 605 €/an
- 1h : 805 €/an

L'inscription aux cours de Musique nécessite l'adhésion à l'ACSM. Les cotisations sont exigibles pour l'année scolaire (facilités de paiement).



ANGLAIS - Mini-SCHOOLS

Coordinatrice référente : Ingrid Benintende de Hainault
Tél. : 06 60 74 74 24

LUNDI

• de 16h30 à 19h (par groupes)
Moyenne et grande section de maternelle
CE2, CM1 et CM2

JEUDI

• de 16h30 à 19h (par groupes)
CP et CE1

Horaires et niveaux validés aux inscriptions

**345 € par an et 325 € pour l'inscription
d'un deuxième enfant de la même famille**
Salle de réunion Mil's Club

SOUTIEN SCOLAIRE de la 6^e à la 3^e

Professeur : Michel DURAND
Coordinateur : Gaël Genna
acsm.montlignon@gmail.com
1^{er} étage bâtiment 1900 - Place des Écoles



COURS DE PEINTURE

Dessin - aquarelle - huile - gouache

Professeur : Alain GONTHIER

Tél. : 06 28 84 85 57

SAMEDI

• de 10h à 12h30 et 14h à 16h30

Maison des Arts - 4, Rue des Écoles



ATELIER



ÉVEIL CORPOREL DANSE (à partir de 4 ans révolus) **DANSE MODERN' JAZZ** (Ados)

Professeur : Mathilde FORTIN

Coordinatrice : Béatrice PELLETIER

Tél. : 06 87 48 06 03

JEUDI

- Élémentaire de 16h45 à 17h45
- Maternelle de 17h45 à 18h30
- Élémentaire de 18h30 à 19h30
- Collège-Lycée de 19h30 à 20h45

3/4h : 115 €/an

1h : 140 €/an

1h 1/4 : 155 €/an

Mil's Club - 10, Rue des Rosiers



DANSE

MÉDIATHÈQUE VICTOR HUGO

Tél. : 01 34 16 05 27 - www.bibliothèque-montlignon.fr

MARDI

• de 13h30 à 17h45

VENDREDI

• de 13h30 à 17h45

MERCREDI

• de 10h à 17h45*

SAMEDI

• 10h à 12h30 et 13h30 à 17h

JEUDI

• de 13h30 à 17h30

**Fermeture de 13h à 13h30 pendant
les vacances scolaires**

6 Rue de Paris

THÉÂTRE

Professeur : Alexandra SCHWEITZER

Tél. : 06 15 79 49 91 - alexandra.schweitzer@laposte.net

MERCREDI

• 16h45 - 17h30 : Eveil (pour les enfants de maternelle)

Tarif : 205€

• 17h30 - 19h : Primaire

Tarif : 305€

• 19h - 20h30 : Collège

Tarif : 305€

• 20h30 - 22h30 : Adultes à partir de 18 ans

Tarif : 385€



MÉDIATHÈQUE



Pour tout renseignement complémentaire :



www.acsmontlignon.fr