



PROGRAMME montlignon

Pour tout renseignement complémentaire :

www.acsmontlignon.fr



INSCRIPTIONS **5**
vendredi
SEPTEMBRE
à la Salle des fêtes
de 9h à 13h

→ 2026-2027
PROGRAMME
montlignon
Activités culturelles & sportives





nouveauté
AIKIDO ENFANTS
 de 4 ans révolus à 13 ans
 Professeur: Gaël GENNA
 LUNDI ET JEUDI

JUDO

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

JEUDI

Éveil Judo (1h) groupe limité
 pour les 2021-2022

- 17h à 18h

115 € par an + 46 € Licence FFJDA

MARDI et VENDREDI

Judo enfants (2 fois 1h)

- de 17h à 21h (selon âge et niveau)

160 € par an + 46 € Licence FFJDA
 Dojo Henri Courtine - 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

150 € par an
 Mil's Club - 10 Rue des Rosiers

YOGA

Professeur : Yann JAOUEN
 Tél. 06 59 50 99 20

JEUDI

- de 20h à 21h

205 € par an
 Mil's Club - 10 Rue des Rosiers

PILATES

Professeur : Anne OZOUF

Coordinatrice : Pierrette AUGUET
 Tél. : 06 70 60 68 42

LUNDI

- de 17h à 18h
- de 18h15 à 19h15
- de 19h15 à 20h15

150 € par an

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

150 € par an

TENNIS MUNICIPAL

acsm.montlignon@gmail.com
 Tél. : 01 34 16 12 56

Terrains de tennis
 Allée Lucien Simonet



AIKIDO ADULTES (à partir de 14 ans)

Professeur : Fabrice ROSET
Tél. : 06 82 37 86 97

3^e dan diplômé d'Etat
www.artjap.fr

LUNDI et JEUDI

- de 20h à 21h30

Moins de 18 ans et étudiants : **165 € + Licence**

Adultes : **205 € + Licence**

Dojo Henri Courtine - 10 Rue des Rosiers

AIKIDO ENFANTS (2021 /2022) (à partir de 4 ans révolus)

Professeur : Gaël GENNA
Tél. : 06 51 09 20 33

LUNDI

- de 17h à 17h45 (maternelle)

115 € + Licence

LUNDI et JEUDI

- de 18h à 19h (élémentaire)

160 € + Licence

Dojo Henri Courtine - 10 Rue des Rosiers

KRAV MAGA-SELF DEFENSE

Professeur : LEAUM TRITZ
leaumkravmaga@hotmail.fr

Contact : 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 : **235 € Licence + carte ACSM**

Enfants : **165€ Licence + carte ACSM**

Dojo Henri Courtine - 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

205 € par an

Mil's Club - 10 Rue des Rosiers

de 9h à 13h
Inscriptions
Samedi 5
SEPTEMBRE

À LA SALLE DES FÊTES

PRÉSENTATION des activités et inscriptions

Amicale Culturelle et
Sportive de Montlignon

Début des cours à partir
du lundi 7 septembre
10 Rue des Rosiers - Montlignon



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 30 € par famille ou 40 € 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

- Guitare classique, guitare basse, guitare électrique.
- Piano classique le lundi, mardi, mercredi.
- Violon
- Groupe musical

TARIFS INSTRUMENT

Enfants

- 30 mn : 392 €/an
- 45 mn : 525 €/an
- 1h : 695 €/an

Adultes

- 30 mn : 455 €/an
- 45 mn : 610 €/an
- 1h : 810 €/an

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



ON AIR



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

Professeur : Michel DURAND
Coordinateur : Gaël Genna
Tél. : 06 22 04 75 51

De la 6^{ème} à la 3^{ème}
acsm.montlignon@gmail.com
Maison des Arts - Bâtiment 1900



THÉÂTRE

Professeur : Alexandra SCHWEITZER
Tél. : 06 15 79 49 91
alexandra.schweitzer@laposte.net

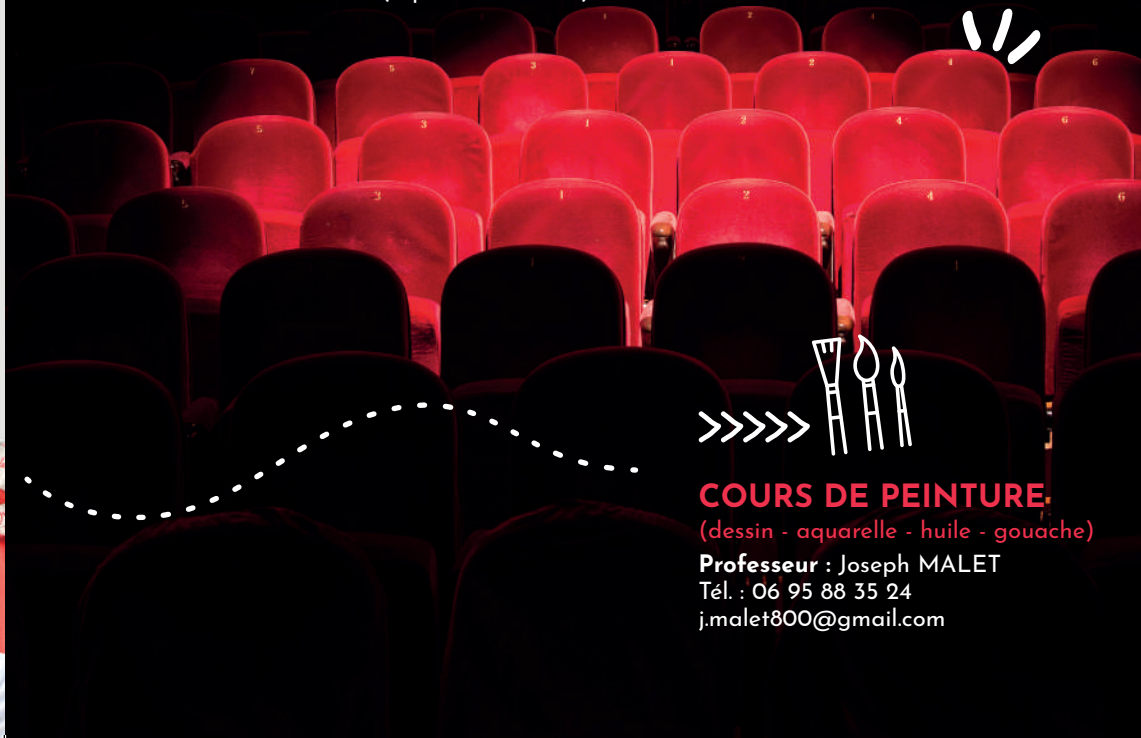
MERCREDI

• 16h45 - 17h30 : Eveil - **Tarif : 205€**
(pour les enfants de maternelle)

• 17h30 - 19h : Primaire - **Tarif : 305€**

• 19h - 20h30 : Collège - **Tarif : 305€**

• 20h30 - 22h30 : Adultes (à partir de 18 ans) - **Tarif : 385€**



COURS DE PEINTURE

(dessin - aquarelle - huile - gouache)

Professeur : Joseph MALET
Tél. : 06 95 88 35 24
j.malet800@gmail.com

ÉVEIL CORPOREL DANSE

(à partir de 4 ans révolus)

DANSE MODERN' JAZZ (Ados)

Professeur : En attente de professeur

Coordinatrice : Béatrice PELLETIER

Tél. : 06 87 48 06 03

MERCREDI

- Initiation (CP/CE1) - 14h/15h
- Eveil (Maternelle) - 15h/15h45
- Technique 1 (CE2/CM1/CM2) - 16h/17h30
- Technique 2 (Collège/ Lycée) - 17h30/19h
- Adultes - 19h30/21h

3/4h : 120 €/an

1h : 145 €/an

1h30 : 175 €/an

1h30 Adulte : 205 €/an

Mil's Club - 10, Rue des Rosiers



MÉDIATHÈQUE VICTOR HUGO

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

MARDI

- de 13h30 à 17h

MERCREDI

- de 9h45 à 12h et 13h à 18h

JEUDI

- de 13h30 à 17h

6 Rue de Paris

VENDREDI

- de 13h30 à 18h

SAMEDI

- 10h à 12h et 13h30 à 17h15

