CREER - CHANTER - SE DIVERTIR

Scrapbooking

Prendre le temps de créer des mini-albums et/ou des cartes

LCR des Tilleuls
tous les 15 jours le vendredi soir
de 19h30 à 22h
Renseignements :
06 67 16 53 24
scrapavlan@gmail.com
15 €/an

Chorale Croq'Notes

Si vous aimez chanter et même si vous ne connaissez pas la musique, venez nous rejoindre. Chorale mixte (4 pupitres, hommes & femmes). Répertoire : chants du monde

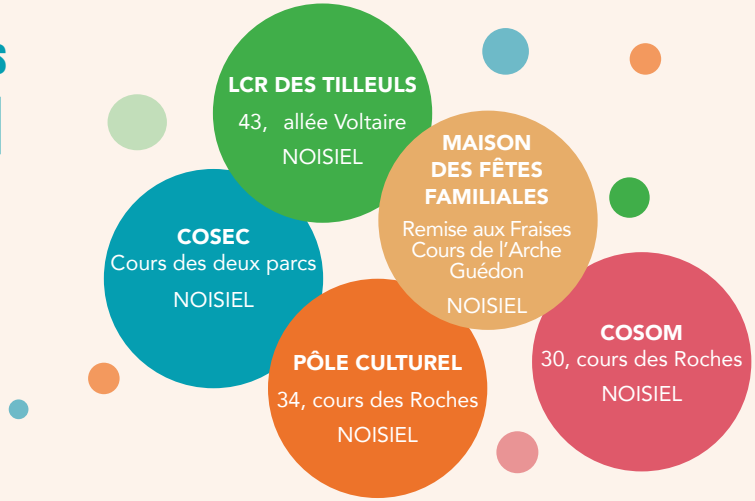
Maison des fêtes familiales de Noisiel
mardi 20h15-22h30
Renseignements :
06 87 60 56 10
postmaster@croqnotes.fr
www.croqnotes.fr
80 €/an

Sorties - Spectacles

Spectacles, sorties en car, musées...

Renseignements :
06 15 93 53 47 ou vlan@orange.fr
Tarifs : selon les sorties

Les adresses du VLAN



L'ADHESION AU VLAN est de 12 € par saison et par famille.
Elle est obligatoire pour s'inscrire aux activités

VLAN
Vie Loisirs à Noisiel

VLAN
26, place Emile Menier
77186 Noisiel
www.vlan.pepsup.com
vlan@orange.fr

SAISON 2023/2024

ACTIVITES :

Bouger, pratiquer un sport

- Gym
- Karaté
- Kendo
- Rando / Balade
- Tennis de table

Créer, chanter, se divertir

- Chorale - Croq'Notes
- Généalogie
- Passe-Temps-Jeux
- Passe-Temps-Lire
- Scrapbooking
- Sorties / Spectacles
- Vidéo

CULTURE - ANIMATION - SPORTS

Venez tester une activité pendant un cours d'essai gratuit

BOUGER - PRATIQUER UN SPORT

Gymnastique Volontaire

Adultes

Renforcement musculaire **(RM)**, Stretching **(S)**, Cardio **(C)**, Danse en ligne **(D)**, Entretien **(ENT)**, Étirements **(E)**

Gymnase du Cosom

Mardi 12h-13h **(RM)** / 13h -14h **(E)**

Jeudi 12h-13h **(E)** / 13h-14h **(D)**

19h30 -20h30 **(C - RM - S)**

Gymnase du Cosec

Lundi 19h30-20h30 **(C - RM - S)**

Mercredi 19h30-20h30 **(C - RM - S)**

Pôle culturel

Mardi 9h30-10h30 **(ENT)** /10h30-11h30 **(ENT)**

Vendredi 9h30-10h30 **(RM)** / 10h30-11h30 **(ENT)**

Renseignements :

01 60 05 46 67 / *vlan.gv@orange.fr*

1 cours : **150 €** - 2 cours : **240 €**
3 cours : **300 €** - Illimité : **450 €**

Rando-Balade

Tous âges

Découverte de la région en rando toute l'année

Petite rando (6 km) :

Tous les jeudis, 9h30-11h30

RDV entrée grille du parc de Noisiel

Rando (10-12 km) :

Tous les jeudis, 9h-12h

RDV place Emile Menier, Noisiel

Rando à la journée (17-18 km) :

2ème dimanche du mois - **RDV** parking du RER de Noisiel (covoiturage ou RER)

Renseignements :

07 49 72 98 82

vlan-rando@laposte.net

11 €/an

Tennis de table

Enfants, adolescents, adultes

Entraînements, compétitions, loisirs

Cosec des Deux Parcs

Renseignements :

06 59 13 15 51

vlantt77@gmail.com

110 à 160 €/an
selon âge et niveau

Karaté

Enfants, adolescents, adultes

Cosom

Mardi 18h15 - 19h30
(enfants de 10 à 15 ans)

Mardi 19h45 - 21h00
(adultes)

Renseignements :

06 95 85 46 11

karatevalmaubuee@free.fr

108 €/an

Kendo

Enfants, adolescents, adultes

Entraînements, compétitions

Cosom

Mercredi 20h-22h

Vendredi 19h30-22h

Samedi 14h-16h30

Renseignements :

06 16 97 05 99

contact@kendo-dupas-dojo.com

Enfants : 95 €/an (1ère inscript.)
85 €/an (renouvel.)
Adultes : 190 €/an (1ère inscript.)
130 €/an (renouvel.)

CREER - CHANTER - SE DIVERTIR

Vidéo

Ateliers, formation, initiation, remise à niveau

LCR des Tilleuls

1 séance par mois le vendredi

Renseignements :

01 70 00 95 95

Remise à niveau : **45 €/an**
Formation - initiation : **95 €/an**

Généalogie

Retrouver ses ancêtres et cousins éloignés, les anciens propriétaires de votre maison, identifier des personnes sur des photos

LCR des Tilleuls

2ème lundi du mois de 16h à 19h30

Renseignements :

berthelot.pierre2@wanadoo.fr

20 €/an

Passe-Temps-Jeux

Vous aimez les jeux de société, venez nous rejoindre. Nous jouons au scrabble, au tarot, à la belote, aux dominos, aux dés... Amenez vos jeux et faites les découvrir !

LCR des Tilleuls

3 jeudis par mois et
1 vendredi par mois
de 14h à 17h

Renseignements :

06 78 95 68 70

Passe-Temps-Lire

Vous aimez lire et partager vos lectures !... Rejoignez Passe-temps-lire

LCR des Tilleuls

1 jeudi par mois de 14h15 à 17h

Renseignements :

01 60 05 56 85 ou 06 15 93 53 47

10 €/an