



PREVISIONS SAISON 2023/2024

POUR LES ADULTES ET ADOS
SOUS RESERVE DE MODIFICATIONS EN COURS D'ANNEE

www.csalavalbonne.com

BADMINTON

M. TRUPIANO Laurent - 06 29 83 40 53

Lundi de 17h30 à 20h

Mercredi de 18h30 à 21h

Vendredi de 17h30 à 20h

Au gymnase - Camp de la Valbonne

CUISINE

Mme GUINET Marie-Jo - 06 73 70 25 80

Vendredi de 10h à 16h

A la maison du CSA à Chânes

CYCLISME

M. TROMBINI Gilles - 06 03 46 29 69

A partir de 16 ans

Du lundi au vendredi de 8h à 10h

Possibilité 12 h 00 - 13 h 30

CROSS TRAINING

M. PERRIER BERCHE Aurélien –

A partir de 16 ans

Lundi et mercredi de 12h à 13h + mardi et jeudi de 17h30 à 18h30

Camp de la Valbonne

Gymnase, salle de musculation

ENCADREMENT

Mme GAUDY Claudine - 06 81 88 65 27

Le lundi de 14h à 16h30

A la maison de Chânes

GOLF (CSA AMBERIEU EN BUGEY)

M. ZANOLIN Jérôme - 06 12 17 53 00 / 04 74 46 86 71

Lundi au dimanche

Lieu : Golf de la Sorelle à Villette sur Ain

HANDBALL LOISIRS MIXTE

Mme KANT Marie-Anne - csa.lavalbonne@gmail.com

En partenariat avec le club de handball de Meximieux → Equipes SF2 et SG3

A partir de 16 ans

Mardi de 20h à 21h30

Au gymnase - Camp de la Valbonne

HANDEFAUTEUIL

Mme KANT Marie-Anne - csa.lavalbonne@gmail.com

En partenariat avec la section du club de handball de Meximieux

A partir de 10 ans environ selon la taille –

Public : pour personnes valides et à mobilité réduite

Mardi de 20h30 à 22h15

Au gymnase - Camp de la Valbonne

HANDFIT

M. Kant Samuel - smlkanthand@gmail.com

En partenariat avec le club de handball de Meximieux

A partir de 16 ans

Enfants à partir de 10 ans + présence obligatoire d'un parent licencié de l'activité

Samedi de 10h à 11h

Au gymnase - Camp de la Valbonne

KICKBOXING – BALAN LA VALBONNE ASSOCIATION KICKBOXING

Section sous convention Double licence - Inscription BLVAK avant inscription CSA

M. INVERNIZZI Etienne - 06 22 61 59 45

A partir de 15 ans

Lundi 19h30 – 20h30 Lady Boxing

Mardi et Jeudi de 19h30 à 21h

Samedi - Niveau « confirmé – compétiteurs » de 14h30 à 16h

Dojo - Camp de la Valbonne

LASER GAME - PROSPECTION

Contactez le secrétariat du CSA.

Ouverture prévue après les vacances de la Toussaint.

MUSCULATION

M. ROGELET Jean-Pierre - 06 47 02 60 16

A partir de 14 ans accompagné d'un adulte licencié de l'activité et présent dans la salle

Lundi, mardi, mercredi et jeudi de 17h30 à 20h Camp de la Valbonne – Bât. 85

Chaussures propres pour la salle + serviette obligatoires

NATATION LIBRE

M. PERRIER BERCHE Aurélien –

Enfants à partir de 6 ans sous la responsabilité d'un parent licencié de l'activité.

Mardi, mercredi, jeudi de 17h30 à 19h

Piscine du camp de la Valbonne

PAINTBALL

Mme TISON Valérie – 07 80 99 59 41 - uspra2012@gmail.com

A partir de 14 ans

Samedi / dimanche – Horaires des sessions en fonction de l'activité 9h – 12h30 / 13h30 – 16h

A l'école des ponts

Journée d'essai obligatoire avant inscription définitive – Contact avant déplacement sur site

PATCHWORK

Mme GUINET Marie-Jo - 06 73 70 25 80

Mercredi de 14h - 17h

A la maison du CSA à Chânes

PEINTURE SUR PORCELAINE

Mme TOULOUSE Rose

Mardi de 8h30 à 15h30

A la maison de Chânes

REFECTION FAUTEUIL

Mme SAINT-CYR Christiane

Le jeudi 9h à 17h

A la maison de Chânes

PLONGEE

Section sous convention Double licence avec MAIALI PLONGEE.

Inscription MAIALI PLONGEE avant inscription CSA.

M. LEPETIT Patrick - contact@maialiplongee.fr

Mardi et jeudi de 19h30 à 22h et Samedi de 9h30 à 12h00

RUGBY A 7 – EQUIPE FEMININE + EQUIPE MASCULINE

Mme Alix Guerriau – alix.guerriau@introdéf.gouv.fr

Mardi et jeudi – horaires à définir

Stade de rugby du camp

TAÏ-CHI

M. LEFEBVRE Michel - 06 84 21 47 59

Mardi de 18h à 19h30

Jeudi 15h à 17h

A partir de 16 ans

A la Maison du CSA à Chânes

TIR A L'ARC

M. LAGARDE Christophe - csa.lavalbonne@orange.fr

Mardi de 18h à 20h

Au CXM (à côté du CEFOS) – Camp de la Valbonne

TIR AIR-SOFT

M. MEDUS Maximilien - 06 18 27 16 62

Adultes uniquement

Samedi et dimanche de 8h à 18h

A l'école des ponts

Séance d'essai obligatoire avant inscription

TIR SPORTIF ET LONGUE DISTANCE

M. BOTELLA Olivier - 06.67.29.28.24 - personnkraps@hotmail.fr

Adultes uniquement

Priorité d'inscription aux militaires et aux anciens inscrits.

Pas d'inscription directe au secrétariat. Merci de contacter l'animateur responsable.

TRIATHLON

M. TERUEL Richard - 06 70 46 79 01 - richard020816@hotmail.fr

NATATION: lundi de 18h à 19h30

CYCLISME: lundi au vendredi de 8h à 10h / lundi et jeudi de 12h à 13h30

CAP : mardi de 18h à 19h30 / Jeudi de 8h à 10h et de 18h30 à 19h30 (Plenel à Meximieux)

+ sortie et/ou musculation le week-end.

Toutes nos sections sont encadrées par des animateurs bénévoles.

PREVISIONS SAISON 2023/2024

POUR LES ENFANTS ET ADOS

SOUS RESERVE DE MODIFICATIONS EN COURS D'ANNEE

BADMINTON

M. TRUPIANO Laurent - 06 29 83 40 53

A partir de 11 ans

Mercredi de 17h30 à 18h30

Au gymnase - Camp de la Valbonne

BOXE EDUCATIVE- BALAN LA VALBONNE ASSOCIATION KICKBOXING

Section sous convention Double licence - Inscription BVAKB avant inscription CSA.

M. INVERNIZZI Etienne - 06 22 61 59 45

De 6 à 9 ans : Mardi de 17h30 à 18h30

De 10 à 14 ans : Mardi de 18h30 à 19h30

Dojo - Camp de la Valbonne

LASER GAME - PROSPECTION

Contactez le secrétariat du CSA.

Ouverture prévue après les vacances de la Toussaint.

PLONGEE

Section sous convention Double licence avec MAIALI PLONGEE.

Inscription MAIALI PLONGEE avant inscription CSA.

Mr LEPETIT Patrick - contact@maialiplongee.fr

A partir de 12 ans

Samedi de 9h30 à 12h00

TIR A L'ARC

M. LAGARDE Christophe : csa.lavalbonne@orange.fr

Horaires à confirmer (mardi ou mercredi de 18h à 20h)

A partir de 10 ans

Au CXM (à côté du CEFOS) – camp de la Valbonne

PAINTBALL ENFANTS

Valérie TISON : 07 80 99 59 41 - uspra2012@gmail.com

De 9 à 13 ans

Horaires à confirmer (Dimanche après-midi de 13h30 à 16h)

A l'école des ponts

Journée d'essai obligatoire avant inscription – Contact avant déplacement sur site

TRIATHLON

Horaire : sur le créneau « adulte »

Enfant autonome et accompagné d'un adulte licencié.

Toutes nos sections sont encadrées par des animateurs bénévoles.

Contact : csa.lavalbonne@orange.fr