

ACCUEIL DE LOISIRS
AQUAGYM/NATATION
BADMINTON
BASKET
CAPOEIRA
CIRQUE
COUNTRY
DANSE
ESCALADE

EVEIL DE L'ENFANT
GYM DETENTE
GYM FEMININE
GYM MASCULINE
GYM RYTHMIQUE
PREPA PHYSIQUE
RANDONNÉE
TAI CHI CHUAN
VOLLEY



ASSOCIATION SPORTIVE & CULTURELLE

LYON PESD

53 rue Philippe de Lassalle 69004 LYON
04 78 27 89 82 www.lyonpesd.com

LYON PESD est une association loi 1901 créée il y a plus de 100 ans et qui n'a jamais quitté son quartier : LA CROIX ROUSSE. Depuis toutes ces années LYON PESD a offert à environ un million de personnes la possibilité de pratiquer, un ou plusieurs sport(s), en loisir ou en compétition afin que toutes et tous puissent s'épanouir pleinement dans le sport, dans la culture, dans le social ou tout simplement en s'investissant dans une association.

La PESD c'est :

- Un Accueil de Loisirs pendant les vacances scolaires
- 18 disciplines proposées
- Environ 1000 adhérents de 3 à 90 ans
- Plusieurs titres nationaux remportés dans différentes disciplines
- Moniteurs diplômés
- Un grand nombre de bénévoles
- Une affiliation à la Fédération Sportive et Culturelle de France
- L'agrément du Ministère de la Santé de la Jeunesse et des Sports
- Un partenariat avec la ville de Lyon et le Conseil Général du Rhône

ET LA POSSIBILITE A TOUT AGE DE PROFITER
D'UNE ACTIVITE SPORTIVE ET CULTURELLE DE QUALITE !!!!

A VOUS DE CHOISIR !!

COMMENT CHOISIR ?

Rendez-vous aux Inscriptions Générales le 7 Septembre 2011 !

Au 53 rue Philippe de Lassalle 69004 LYON à partir de 17h30.

FIN DES INSCRIPTIONS : 19H30

Toutes les sections seront présentes pour répondre à vos questions et vous aider à faire votre choix ! Dès lors que vous avez choisi votre activité vous retrouverez à la fin de ce catalogue la liste des contacts à joindre pour plus de renseignements.

NOTA BENE

- **Pour toute inscription, le certificat médical est obligatoire. Sans ce dernier aucun cours ne pourra être suivi.**
- L'association se réserve le droit d'annuler ou de modifier une activité si le nombre d'inscrits est insuffisant.
- **Toute inscription est définitive. Aucun remboursement ne sera effectué, sauf en cas de déménagement ou de dispense médicale supérieure à 3 mois et justifiée par un certificat médical.**
- Les cours fonctionnent pour tous, enfants et adultes, de Septembre 2011 à Juin 2012, sauf pour les activités piscine qui s'arrêtent fin mai 2012.
- Les cours ne sont pas assurés pendant les périodes de vacances scolaires (sauf exception).
- Réductions : à partir de 3 adhésions de membres de la même famille et sur demande écrite, une réduction de 10 % (déduction faite des frais de licence et de fonctionnement) sera accordée sous forme de remboursement uniquement par la Trésorerie Générale de LYON PESD.

LYON PESD
53 rue Philippe de Lassalle
69004 LYON
Tél. 04 78 27 89 82
Fax : 04 78 30 81 78
Email : lyonpesd@free.fr

Du mardi au jeudi
de 9h30 à 12h00
et
de 13h00 à 16h00

ACCUEIL DE LOISIRS (DE 4 A 10 ANS)

La PESD vous propose un Accueil de Loisirs à dominante sportive pour que vos enfants grandissent, s'instruisent et s'épanouissent dans une ambiance chaleureuse et familiale.

L'Accueil de Loisirs est ouvert lors de chaque période de vacances scolaires et vous pouvez vous inscrire à la journée !

Quotient Familial	Tarif Journée avec repas
Inférieur à 300 €	13 €
Inf. à 500 €	14 €
Inf. à 650 €	15 €
Inf. à 750 €	16 €
Inf. à 900 €	17 €
Inf. à 1 100 €	18 €
Inf. à 1 300 €	19 €
Inf. à 1 500 €	20 €
Inf. à 1 700 €	21 €
Sup. à 1 700 €	22 €

Ces tarifs sont valables jusqu'au 30 avril 2012.

L'adhésion pour l'année est de 13 €
(Seulement si l'enfant n'est pas déjà inscrit dans une activité à la PESD)

INSCRIPTIONS : 1 mois avant l'ouverture des petites vacances. A partir du mois de mai pour les vacances d'été.

PIECES A FOURNIR OBLIGATOIREMENT : Feuille d'inscription, fiche sanitaire de liaison, certificat d'aptitude aux sports précisant que l'enfant est à jour de ses vaccins (valable pour une saison dès la première inscription), la photocopie du carnet de vaccination, votre numéro d'allocataire CAFAL et le justificatif CAFAL de votre quotient familial.

AQUAGYM / NATATION

Gymnastique pour tous les âges et pour toutes les motivations, étude des 4 nages, tout ceci sous la surveillance de moniteurs diplômés...

Qu'attendez-vous pour venir découvrir les profondeurs de cette section ?

Catégories	Séances	Lieux	Tarifs
Adultes (+ de 16 ans)	Natation : Jeudi de 20h à 21h	Piscine St Exupéry	105€/an
	Aquagym : Jeudi de 20h à 21h ou Jeudi de 21h à 22h		
Couple			195€/an

PIECES A FOURNIR OBLIGATOIREMENT : Un certificat médical d'aptitude à la pratique de la Natation, 1 enveloppe timbrée et libellée à vos nom et adresse ou une adresse mail valide.

BADMINTON (A PARTIR DE 6 ANS)

Sport à la fois tonique, ludique et tactique !
 Tout en finesse... Pour les enfants le bad sera abordé
 en initiation, pour les adultes, la convivialité et la bonne ambiance seront
 les maîtres mots des entraînements !!!

Catégories	Agés	Séances	Lieux	Tarifs
Enfants	6-12 ans	Samedi de 9h à 10h30	Salle des Entrepôts	125€/an
	+ de 12 ans	Samedi de 10h30 à 12h		
Adultes		Mardi de 18h30 à 20h30 ou Mercredi de 18h45 à 20h45		140€/an
		ou Samedi (1) de 10h à 12h	Gymnase Baillieu	

PIECES A FOURNIR OBLIGATOIREMENT : Un certificat médical d'aptitude à la pratique du badminton, 1 enveloppe timbrée et libellée à vos nom et adresse.

(1) La mise en place de ce nouveau cours est soumise à l'acceptation de la ville.

BASKET LOISIR MIXTE (A PARTIR DE 8 ANS)

Catégories	Séances	Lieux	Tarifs
Enfants à partir de 8 ans	Samedi de 9h à 10h	Gymnase Maurice Sève	80€/an
Adultes	Lundi de 21h à 22h Samedi de 12h30 à 14h		100€/an

Short & maillot fournis

PIECES A FOURNIR OBLIGATOIREMENT : Un certificat médical d'aptitude à la pratique du Basketball, 1 photo d'identité.

CAPOEIRA (A PARTIR DE 6 ANS)

La capoeira est plus qu'une activité physique. Souvent abordée dans un premier temps comme un sport, l'élève découvre très progressivement tout un univers : à la fois art de combattre, lutte et jeu, elle enseigne également la musique, les rythmes et les chants, indispensables au déroulement de la roda (ronde). C'est dans ce cercle de jeu que l'élève développe les mouvements et les séquences apprises en cours, dans un jeu de communication improvisé avec son partenaire qui est aussi son adversaire.

Catégories	Agés	Séances	Lieux	Tarifs
Enfants	6-10 ans	Lundi de 18h à 19h15 ou Jeudi 18h15 à 19h30	Ecole Commandant Arnaud	180€/an
Adolescents Débutants	11-16 ans	Mardi de 18h15 à 19h30		210€/an
Adolescents & Adultes confirmés (2)	à partir de 11 ans	Mardi (1) de 19h30 à 21h	Gymnase Jean Sicaud	210€/an
Adultes		Lundi de 20h30 à 22h & Jeudi de 20h30 à 22h <small>(+Ados confirmés selon disponibilité)</small>		
NOUVEAU : MUSIQUE & RYTHME CAPOEIRA				
Adolescents & Adultes	à partir de 11 ans	Lundi (1) de 19h30 à 20h30		90€/an

Pour les adultes, l'inscription est valable pour 2 cours par semaine.
Le tarif ne comprend pas l'adhésion à l'association Gingando d'un montant de 20€ à verser directement à l'intervenante Cécile.

PIECES A FOURNIR OBLIGATOIREMENT : Un certificat médical d'aptitude à la pratique de la capoeira, une enveloppe timbrée et libellée à vos nom et adresse, 1 photo d'identité.

(1) La mise en place de ce nouveau cours est soumise à l'acceptation de la ville.

(2) Confirmés correspond à 2 ans de pratique et plus.

CIRQUE (A PARTIR DE 6 ANS)

Pour le plaisir des yeux, apprenez à jongler, à virevolter sur fil tendu, à faire des acrobaties, à travailler son équilibre sur la boule...

Catégories	Ages	Séances	Lieux	Tarifs
Enfants et Adolescents	6-13 ans	Mercredi (1) de 16h30 à 17h30	Ecole Commandant Arnaud	155€/an
		Mercredi de 17h30 à 19h		195€/an

PIECES A FOURNIR OBLIGATOIREMENT : Un certificat médical d'aptitude à la pratique du cirque, 1 enveloppe timbrée libellée à vos nom et adresse.

(1) La mise en place de ce nouveau cours est soumise à l'acceptation de la ville.

COUNTRY

Tous ensemble, dans une bonne ambiance conviviale, apprentissage des premiers pas de danse en ligne, danse country. Echange, partage, loisirs, pas de concours, simplement de la musique, quelques pas pour se détendre, bouger ses gambettes sur des airs de country traditionnelle, country rock et autres.

Catégories	Séances	Lieux	Tarifs
Adultes	jeudi de 17h à 18h	Maison des associations	55€/an

PIECES A FOURNIR OBLIGATOIREMENT : Un certificat médical d'aptitude à la pratique de la danse country.

DANSE CLASSIQUE

Les bases de la danse classique sont abordées en douceur par différentes méthodes pédagogiques : le jeu, l'improvisation mais aussi des exercices codifiés qui aident l'enfant à prendre conscience de son corps, travailler sa motricité et sa coordination. Et une, deux, trois, quatre et en-jam-bée !!!

Catégories	Catégories	Séances	Lieux	Tarifs
Enfants 4 à 6 ans	Eveil à l'initiation de la Danse Classique	Vendredi (1) de 17h à 18h	Salle des Entrepôts	170€/an
Enfants 7 à 8 ans	Débutants Danse Classique	Vendredi de 18h à 19h		
Enfants 9 à 11 ans	Confirmés Danse Classique (1 an de pratique)	Vendredi de 19h à 20h		

PIECES A FOURNIR OBLIGATOIREMENT : Un certificat médical d'aptitude à la pratique de la danse classique, 1 enveloppe timbrée et libellée à vos nom et adresse, 1 photo d'identité.

(1) La mise en place de ce nouveau cours est soumise à l'acceptation de la ville.

ESCALADE (A PARTIR DE 8 ANS)

Parce qu'à tout âge les enfants aiment grimper, crapahuter, vivre des sensations fortes, l'équipe de la section escalade de la PESD vous propose des cours en intérieur et en extérieur afin que vos gones soient encadrés en toute sécurité pour pouvoir par la suite gravir les horizons rocheux !!

Catégories	Catégories	Séances	Lieux	Tarifs
à partir de 8 ans	Débutants	Mercredi (1) de 17h à 18h30	GYMNASE JACQUARD / BAILLIEU	217€/an
	Intermédiaires	Mercredi de 18h30 à 20h		
	Confirmés	Jeudi de 18h30 à 20h		

PIECES A FOURNIR OBLIGATOIREMENT : Un certificat médical d'aptitude à la pratique de l'escalade.

(1) La mise en place de ce nouveau cours est soumise à l'acceptation de la ville.

GONES TONICS (DE 3 A 12 ANS)

L'Eveil est une activité permettant d'accompagner l'enfant dans son développement par le biais d'activités diverses et variées. Les enfants seront sensibilisés aux jeux en groupe, à l'éveil musical, corporel, à la découverte de mille et une sensations qui les aideront à grandir !

Catégories	Catégories	Séances	Lieux	Tarifs
Eveil Corporel	3-4 ans	Mardi de 17h à 18h	Maison des Associations	162 €*
		Samedi de 9h15 à 10h15	Gymnase Jacquard	
	5-7 ans	Samedi de 10h30 à 12h		222 €*
Eveil Musical	4-6 ans	Mercredi de 10h à 11h	Maison des Associations	222 € *
Eveil Aquatique et Natation	4-12 ans	Lundi de 18h à 19h	Piscine St Exupéry	222 € *
	4-9 ans	Vendredi de 17h15 à 18h15		
	4-12 ans	Vendredi de 18h15 à 19h15		
Eveil Artistique	4-9 ans	Mercredi de 13h30 à 15h30	Gymnase Baillieu	252 € *

*Tous nos tarifs sont à l'année et incluent les frais de licence, d'inscription et de fonctionnement.

PIECES A FOURNIR OBLIGATOIREMENT : 1 certificat médical d'aptitude de moins de 3 mois.

GYMNASTIQUE FEMININE (A PARTIR DE 6 ANS)

Parce que nos moniteurs diplômés sont passionnés, ils apprendront à vos enfants à évoluer sur les différents agrès de cette discipline ! Les barres asymétriques, la table de saut, la poutre d'équilibre, le sol... Tant de choses à découvrir dans une ambiance géniale !!

Catégories	Nées entre	Séances	Lieux	Tarifs
Poussines	2002-2005	Mercredi de 17h30 à 19h30	Gymnase Maurice Scève	185 €/an
Poussines confirmées		Mercredi de 17h30 à 19h30 & Vendredi de 17h30 à 20h		
Jeunes débutantes	1998-2001	Mardi de 17h30 à 19h30		
Jeunes		Mardi de 17h30 à 19h30 & Jeudi de 17h30 à 19h30		
Jeunes confirmées		Mardi de 18h45 à 21h Jeudi de 18h45 à 21h Samedi de 10h à 12h30		
Aînées	1997 et plus	Mardi de 18h45 à 21h Jeudi de 18h45 à 21h Samedi de 10h à 12h30		

Les compétitions sont au nombre de 3 ou 4 par an.

PIECES A FOURNIR OBLIGATOIREMENT : 1 certificat médical d'aptitude à la Gymnastique, 1 enveloppe de plus de 20g timbrée et libellée à vos nom et adresse, 1 photo d'identité.

GYMNASTIQUE FORME DETENTE

Dans une ambiance conviviale, faire du sport redevient un plaisir.

Les cours de gym sont adaptés aux besoins de chacune et chacun.

Nos monitrices vous proposent dans une atmosphère détendue :

échauffements rythmés, renforcements musculaires des bras et des jambes, abdos-fessiers, coordination motrice et relaxation en fin de séance.

Venez nous rejoindre sans hésiter !

Catégories	Séances	Lieux	Tarifs
Adultes	Lundi de 15h à 16h	Maison des Associations	146€/an
	Mardi de 19h30 à 20h30	Ecole Commandant Arnaud	
	Mercredi de 20h à 21h		

PIECES A FOURNIR OBLIGATOIREMENT : Un certificat médical d'aptitude à la pratique de la Gym détente et 1 enveloppe timbrée à vos nom et adresse.

GYMNASTIQUE MASCULINE (A PARTIR DE 6 ANS)

Soleil à la barre fixe, valse aux barres parallèles,
rondade, salto, flip...

Venez découvrir les joies de la Gymnastique Masculine à la PESD.

Catégories	Agés	Séances	Lieux	Tarifs
Jeunes Poussins	6-8 ans	Lundi de 18h à 19h30 & Vendredi de 18h à 19h30	Gymnase Maurice Scève	195€/an
Pupilles	9-15 ans	Lundi de 18h à 20h & Vendredi de 18h à 20h		
Adultes	Plus de 15 ans	Mercredi	Gymnase Bossuet	195€/an
		Vendredi	Gymnase Maurice Scève	

Les compétitions sont au nombre de 3 à 4 par an

PIECES A FOURNIR OBLIGATOIREMENT : 1 certificat médical d'aptitude à la Gymnastique, 1 enveloppe timbrée et libellée à vos nom et adresse, 1 photo d'identité, un chèque de 20 € pour les compétitions.

GYMNASTIQUE RYTHMIQUE (A PARTIR DE 6 ANS)

Corde, Ballon, Cerceau, Massues, Ruban ! Autant d'engins que de possibilités de créer des enchaînements gracieux, rythmés par des musiques dynamiques ou lentes en accord parfait avec la gymnaste. Souplesse, agilité, coordination, expression... Toutes ces capacités seront développées lors des entraînements.

Notre équipe d'éducatrices motivées et diplômées aidera vos enfants à s'épanouir dans la GRS que ce soit en individuelle, en duo ou en équipe.

Catégories	Agés	Lieux	Tarifs
Loisirs (Pas de compétition)	A partir de 6 ans, premier pas en GRS	Mercredi 17h à 19h Gymnase Jacquard	170€
Poussines	6-8 ans	Gymnases Jacquard, Bailleu, La Ficelle	210 €
Jeunesses	9-15 ans		
Aînées	Plus de 15 ans		

Les horaires, lieux et jours d'entraînements seront définis à la rentrée une fois que toutes les monitrices auront eu connaissance de leurs emplois du temps.

Merci pour votre compréhension.

PIECES A FOURNIR OBLIGATOIREMENT : Un certificat médical d'aptitude à la pratique de la GRS, 1 photo d'identité, le règlement de la cotisation par chèque (paiement possible en 3 fois).

PREPARATION PHYSIQUE GENERALE

Afin d'acquérir ou de conserver une bonne condition physique
venez rejoindre l'équipe de la PESD !

Catégories	Séances	Lieux	Tarifs
Adultes	Lundi et Jeudi 19h30 à 20h30	Ecole Commandant ARNAUD	145€/an
	Vendredi 20h à 21h	Salle des Entrepôts	

PIECES A FOURNIR OBLIGATOIREMENT : Un certificat médical d'aptitude à la pratique de la préparation physique, 1 enveloppe timbrée et libellée à vos nom et adresse.

RANDONNÉE (A PARTIR DE 8 ANS)

Venez rejoindre la joyeuse bande des troubleuses et des troubleurs de la section balade pédestre de Lyon PESD pour partir dimanche et week-end en balade nature, en balade patrimoine sur les sentiers des villes et des villages, des campagnes toute l'année dans une ambiance sympathique. N'oubliez pas votre gourde et votre pique-nique, les chemins vous attendent. C'est parti pour l'aventure...

Adhésion
58 € / an

PIECES A FOURNIR OBLIGATOIREMENT : Un certificat médical d'aptitude à la pratique de la randonnée.

TAI CHI CHUAN

C'est un art martial, une technique de santé, un art de vivre qui développe coordination, souplesse articulaire et musculaire.

Le style enseigné est le style CHEN traditionnel, ancêtre commun de tous les autres styles.

Catégories	Séances	Lieux	Tarifs
Adultes	Jedi de 20h00 à 21h00	Maison des Associations	180€/an

PIECES A FOURNIR OBLIGATOIREMENT : Un certificat médical d'aptitude à la pratique du Tai Chi Chuan, 1 enveloppe timbrée et libellée à vos nom et adresse.

VOLLEY (A PARTIR DE 7 ANS)

De la découverte à la compétition, venez découvrir le Volley à la PESD dans une atmosphère sympathique !

Catégories	Nés entre	Lieux	Tarifs
Pupilles – Poussins	2001-2003	Gymnase René Baillieu	130€/an
Benjamin(e)s	1999-2000		130€/an
Minimes	1997-1998		147€/an
Cadets	1995-1996		159€/an
Juniors	1993-1994		167€/an
Espoirs	1991-1992		172€/an
Seniors	1990 et avant		180€/an
Loisirs	18 à 77 ans		140€/an

Les horaires et jours d'entraînements sont à consulter sur notre site internet :
www.lyonpesdvolley.com

PIECES A FOURNIR OBLIGATOIREMENT : Un certificat médical d'aptitude à la pratique du Volley, la fiche d'inscription remplie, 1 photo d'identité, 1 photocopie de la carte d'identité, le règlement de la cotisation, 1 enveloppe timbrée et libellée à vos nom et adresse et 1 copie de la carte M'ra.

Pour tous renseignements veuillez vous adresser directement à la personne responsable de l'activité que vous avez choisie.

Sections :	Contacts :	Coordonnées :
Accueil de Loisirs	http://lyonpesdclsh.free.fr	Lyonpesdclsh69@free.fr
Aquagym/Natation	Gilles BOURRIN	gilles.bourrin@hotmail.fr / 06 11 97 13 24
Badminton	Jean Claude PLANES	06 87 14 05 89
Basket Loisir Mixte	Freddy	06 48 71 64 40
Capoeira	Cécile BENNEGENT	06 61 82 32 30
Cirque	Georgette GAYDOU	labaronnedegayd@neuf.fr / 06 23 05 22 29
Country	Muriel BAILLIEU	muriel.baillieu@numericable.fr 06 68 19 48 99
Danse Classique	Charlotte FONTAINE	06 24 55 64 32
Escalade	Jean Yves OLIVIERO	06 63 95 43 63
Gones Tonic	Andrée BAILLIEU	Eveil Aquatique du lundi 06 68 20 89 42 / 04 27 89 01 51
	Annie POURCHERE	Eveil Aquatique du vendredi + Eveil Musical 06 71 43 41 25 / 04 78 30 67 94
	Sandrine WOLF	Eveil Artistique : fs.wolf@free.fr
	Muriel BAILLIEU	Eveil Corporel muriel.baillieu@numericable.fr / 06 68 19 48 99
Gym Féminine	Thierry DETREZ	thierry.gym@voila.fr / 06 28 25 74 51
Gym Forme détente	Christine CHARTIER	pc.chartier@orange.fr / 04 78 27 37 39 / 06 50 21 33 09
Gym Masculine	Carine FOUVET	carine.fouvet@laposte.net/ 06 63 17 83 74
	Audrey BORNE	bornela@orange.fr / 06 71 77 19 80
Gym Rythmique	Céline FARNIER	celine.farnier@free.fr / 06 62 98 99 21
Préparation Physique Générale	Thierry DETREZ	thierry.gym@voila.fr / 06 28 25 74 51
Randonnée	Serge VARTORE	sergevartore@hotmail.fr / 06 59 00 55 61
Tai Chi Chuan	Christine CHARTIER	pc.chartier@orange.fr / 04 78 27 37 39 / 06 50 21 33 09
Volley	Bernard ANTON	lyonpesdvolley@free.fr / 06 41 60 41 50

ADRESSES DES LIEUX D'ENTRAINEMENTS :

Gymnase René Baillieu

53 rue Philippe de Lassalle 69004 Lyon

Gymnase Bossuet

33 rue Bossuet 69006 Lyon

Ecole Commandant Arnaud

Place Commandant Arnaud 69004 Lyon

Salle des Entrepôts

Rue des Entrepôts 69004 Lyon

Gymnase de la Ficelle

65 bd des canuts 69004 Lyon

Gymnase Jacquard

25 rue Jacquard 69004 Lyon

Maison des Associations

28 rue Denfert-Rochereau 69004 Lyon

Piscine St Exupéry :

11 rue Pétrus Sambardier 69004 Lyon

Gymnase Maurice Scève

15 rue Louis Thevenet 69004 Lyon

Salle Jean Sicaud et Ecole St Denis

7 & 9 rue Hénon 69004 Lyon

