

STAGES ADULTES

Participation sur inscription préalable avec versement d'un acompte, perdu si désistement moins de 3 jours avant.

ATELIER D'ÉCRITURE +15 ANS

Avec la Cie Les Parlantes
23/09 – 22/10 – 19/11 – 17/12
10h-16h, **25€**/séance
Chimène Lombard • 06 42 17 04 53

SORTIES RECONNAISSANCE DES PLANTES MEDICINALES, COMESTIBLES ET TOXIQUES

À Salins et autour
Mercredis 25/10 - 24/04 - 10/07
10h-12h • **tarif libre à partir de 10€ gratuit -16ans** • 12 pers. max
Sarah • 06 28 10 96 69

NATUROPATHIE

Les huiles essentielles : 01/10
Savoir utiliser les fleurs de Bach : 12/11
Mieux se connaître : 28/01
Mieux gérer son stress et ses émotions : 11/02
La phytologie : 17/03
10h-17h • **60€** / jour • 10 pers. max
Nathalie Chevassu • 06 76 13 41 26

PERCUSSIONS AFRICAINES

Débutants, instruments fournis
Sam 23 mars, 14h30-16h • **22€**
Ibro Coulibaly • 06 73 05 47 49

SOIN ÉNERGÉTIQUE & CONFIANCE EN SOI, NIV 2

14 janv – 10 mars – 21 avr – 02 juin
10h-17h • **230€** le cycle complet
Catherine Rigal • 06 76 12 51 77

THEATRE DEBUTANTS

« Le théâtre, c'est pas pour moi ! »
Adultes et ados 15+
13 et 14 avril • **75€** les 2 jours
Sam 14h-18h / Dim 10h-16h
Céline Chatelain • 06 89 49 76 42

DANSE BOLLYWOOD

Sam 21 oct – 13 janv – 20 avr
13h – 17h30 / **35€** par séance
Romy Schroeder • 06 78 04 95 27

INITIATION AUX MASSAGES BIEN-ÊTRE

Dos : mercredi 25/10 - 03/01 - 28/02 - 24/04
Jambes : mercredi 10/07
14h-17h • **40€** /jour • 6 pers. max
Sarah • 06 28 10 96 69

ATELIERS USAGES COMESTIBLES ET MEDICINAUX DES PLANTES SAUVAGES

À Salins et autour
Merc 13 mars, 14h-16h : initiation à la sève de bouleau
Merc 27 mars, 14h-16h : ail des ours et plantes toxiques
Merc 22 mai, 14h-16h : reconnaissance des plantes médicinales, comestibles et toxiques, et herbier
Merc 22 mai, 18h-20h : limonade de fleurs
Tarif libre à partir de 15€
Gratuit -16ans • 10 pers. max
Sarah • 06 28 10 96 69

LES ARTS GRAPHIQUES VUS AUTREMENT

Sam 02 déc – 27 janv – 16 mars
9h30-16h30 • **60€ par jour**
Christian Lafay • 06 84 24 72 21

DANSES ISRAËLIENNES

Dim 15 oct – 21 janv – 31 mars
14h-17h • **30€** par jour
Claire-Anne Corneille • 06 84 20 66 55

COACHING : AFFINER SA CONNAISSANCE DE SOI, PRÉCISER SES ENVIES & DÉPASSER SES FREINS

Samedi 18 nov, 9h-16h • **80€**
Christel Taine • 06 70 72 62 35

PERMACULTURE AU JARDIN-SOL VIVANT

Sam 6 avril et sam 8 juin
80€ les 2 jours
8h-18h / 6 pers max
Valérie Girin • 06 49 62 40 70

STAGES ENFANTS

INITIATION A L'ASTRONOMIE, 8-12 ans

Avec le Club d'Astronomie Etoiles, Sciences et Légendes de Salins les Bains
27/28 oct ou 23/24 fév
60€ par session
Claudine Roueff • 06 12 59 17 65

HIP-HOP & DANSES URBAINES, 7-12 ans

Sam 25/11 – 24/02 – 08/06
14h-15h15 • **15€**/jour
Alexis Defert • 06 45 32 49 70

THEATRE +6 ans, avec la Cie La Gouaille

30 oct, 31 oct, 1er nov : 6-11 ans
16, 17, 18 avril : 12-16 ans
10h-16h
90€ les 3 jours
Romain Jaillot • 06 75 48 82 03

ARTS DU CIRQUE, 8-16 ANS

Avec l'école de cirque Chap'Chapo
Du 22 au 26 avril, 9h30-17h, 24 places
Sous chapiteau Parc des Cordeliers
220€ • -5% à partir du 2ème enfant

ADHÉSION & AVANTAGES

Cotisation à l'association pour toute inscription à une activité ou à un stage : 10 € par personne, puis 5€ pour les autres membres d'une même famille. Inscriptions à l'année. Paiement en 3, 6 ou 9 mensualités possible. Tous les chèques doivent être remis lors de l'inscription.

A partir de deux activités, remise de 10% sur l'activité la moins chère, hors stages. Chèques vacances, coupons sport et bons CAF acceptés.

Du 4 au 9 septembre :
semaine découverte des activités

INFORMATION & INSCRIPTION

Aux horaires de permanences :
Place des Alliés à SALINS-LES-BAINS

Lundi : 10h-12h30 / 15h-17h

Mardi : 10h-12h30

Jeudi : 15h-17h

Fermé le mercredi, vendredi, samedi et dimanche

Inscriptions possibles directement auprès des intervenants.

Tél. **09 61 44 01 38**

Mail. **althairsalins@gmail.com**

Toute notre actualité
www.althair-salins.com
facebook.com.assoc.althair



ALTHAÏR

LIEN CULTURE LOISIR



Programme des activités
2023 / 2024



ACTIVITÉS ADULTES

Le tarif s'entend pour un nombre minimum de 30 séances par an, sauf mention contraire.

LUNDI

• QI GONG

9h30-10h45 - **246€/an**
Isabelle Berrard • 07 83 25 58 21

• TAÏ CHI

11h00-12h30 - **260€/an**
Isabelle Berrard • 07 83 25 58 21

• MÉTHODE FELDENKRAIS

14h-15h, 29 séances - **12€** par séance, **348€/an**
Reine Erlenbach • 06 72 70 26 20

• GYM D'ENTRETIEN

16h-17h - **190€/an**
Fred Zorzi • 06 83 30 84 15

• WUTAO & CHANT DU SOUFFLE

Début le 02/10 • 18h-19h15 - **220€/an**
25 séances d'oct à déc puis de mars à juin
Philippe Grenard • 06 76 10 30 84

• YOGA

19h30-21h - **285€/an**
Vincent Filliozat • 07 66 10 33 21

MARDI

• PILATES

9h30-10h30 - **180€/an**
Marc Laboureyras • 06 34 55 97 38

• SÉANCE DE SOPHROLOGIE COLLECTIVE

17h-18h - **15€/séance**
Engagement au trimestre
Estelle Guillaume • 06 75 01 31 67

• DANSE CONTEMPORAINE

18h30-19h45 - **250€/an**
Caroline Tissot • 06 84 08 14 83

• QI GONG & PLEINE PRÉSENCE

Début le 19/09 • 20h-21h30 - **260€/an**
28 séances de sept à déc puis de mars à juin
Philippe Grenard • 06 76 10 30 84

MERCREDI

• ARTS GRAPHIQUES

14h-15h30 - **200€** les 20 séances • 14 pers. max
Christian Lafay • 06 84 24 72 21

• FORMATION MUSICALE - SOLFÈGE

18h30-19h30 - **150€/an**
Danièle Berger-Courvoisier • 06 71 29 43 94

• ZUMBA

ZUMBA GOLD (faible intensité) : 18h30-19h30
ZUMBA : 19h40-20h40
185€/an
Ophélie Wuytack • 06 14 40 29 48

• CHORALE APPASSIONATA

20h-21h30 - **70€/an**
Danièle Berger-Courvoisier • 06 71 29 43 94

JEUDI

• YOGA

10h-11h - **180€/an**
Pascale Cavellat • 06 47 10 20 68

• ANGLAIS

Début le 21/09
Elémentaire : 19h30-20h30 - **125€/an**
Avancé : 10h30-12h ou 17h45-19h15
150€/an - 20 séances min
Corinne Dzuilka-Heywood • 06 76 16 45 20

• RENFORCEMENT MUSCULAIRE GLOBAL + 15 ANS

17h30 - 18h30 - **225€/an**
Julie Jeandenans • 06 74 86 28 13

• SOUL DANCE, + 15 ANS

18h45 - 19h45 - **260€/an**
Katia Collard • 07 57 09 95 91

• SOLO LATIN DANCE, + 15 ANS

Danse latine solo, merengue, bachata
20h - 21h - **260€/an**
Katia Collard • 07 57 09 95 91

VENDREDI

• ATELIER PHOTO PARTICIPATIF

14h-16h, début le 15/09
Anne-Marie Carpentier • 06 62 04 52 57

• SÉANCE DE SOPHROLOGIE COLLECTIVE

9h30-10h30 - **15€/séance**
Engagement au trimestre
Estelle Guillaume • 06 75 01 31 67

SAMEDI

• « D'UNE VOIX A L'AUTRE »

Atelier d'expression vocale, tous niveaux
07/10-11/11-02/12-13/01-03/02
09/03-06/04-04/05-01/06
10h-13h, **150€** les 9 séances
Joy Peix • 06 36 18 29 21

• BIODANZA

07/10-04/11-02/12-06/01-03/02
02/03-06/04-04/05-01/06
14h-16h, **20€** par séance
Florence Chancenot • 06 84 22 69 40

• CYCLE NATUROPATHIE

Alimentation santé, immunité, allergies, rhumatismes, etc...
09/09-30/09-11/11-09/12-27/01-10/02
16/03-27/04-25/05-15/06
15h-17h, **135€** les 10 cours
Nathalie Chevassu • 06 76 13 41 26

DU CÔTÉ DES PLUS JEUNES

MARDI

• DANSE CONTEMPORAINE, +12 ANS

18h30-19h45 - **250€/an**
Caroline Tissot • 06 84 08 14 83

VENDREDI

• ÉVEIL À LA DANSE, 3-6 ANS

17h15 - 18h, **180€/an**
Marie-Laure Rameaux • 06 71 83 85 18

• EXPRESSION CORPORELLE DANSÉE, 7-11 ANS

18h15 - 19h15, **200€/an**
Marie-Laure Rameaux • 06 71 83 85 18

MERCREDI

• ANGLAIS

Début le 04/10
3-6 ans : 9h30 - 10h30
7-12 ans : 10h45 - 11h45
200€ les 20 séances
1 fois/sem jusqu'au 13/12, puis 2 fois/mois.
Christel Taine • 06 70 72 62 35

• ARTS GRAPHIQUES, + 7 ANS

14h-15h30, **200€** les 20 séances
14 pers max
Christian Lafay • 06 84 24 72 21

• FORMATION MUSICALE +7 ANS

17h30-18h30, **150€/an**
Danièle Berger-Courvoisier • 06 71 29 43 94

• HIP-HOP & DANSES URBAINES, 12-16 ANS

18h-19h30, **240€/an**
Alexis Defert • 06 45 32 49 70

• Salle d'Althair, 1er étage
aile droite de la mairie

• Salle du Poupet

• Mairie de Bracon

• Sivom



ON SE DONNE RENDEZ-VOUS ?

Faites du sport :
samedi 2 septembre, 14h-17h
Au Sivom de Salins-les-Bains

Assemblée Générale :
vendredi 6 octobre

Tombola et fête de Noël :
samedi 16 décembre

Super loto :
dimanche 14 janvier 2024