

# ACTIVITÉS ENFANTS ET ADOS

| Activité                   |                   | mercredi                        | Vendredi                          |
|----------------------------|-------------------|---------------------------------|-----------------------------------|
| Anglais                    | 7/11 ans          | 10H / 12H                       |                                   |
| 150 € / 156 €              |                   | Ménestrels                      | anglaisenfant.assoabcd@gmail.com  |
| Atelier de dessin          | + 6 ans           | 10H15 / 11H45                   |                                   |
| 150 € / 156 €              |                   | Logis d'Aliénor                 | artsplastiques.assoabcd@gmail.com |
| Danse Moderne              | + 10 ans          | 13H45 / 14H45                   |                                   |
|                            | 7/9 ans           | 14H45 / 15H45                   |                                   |
| 150 € / 156 €              |                   | Marguerite d'Anjou              | dansemoderne.assoabcd@gmail.com   |
| Multisport                 | 7/9 ans           | 14H / 15H                       |                                   |
|                            | 4/6 ans           | 16H45 / 17H30                   |                                   |
| 150 € / 156 €              |                   | Boublin                         | multisport.assoabcd@gmail.com     |
| Cirque                     | 7/9 ans           | 15H00 / 15H45                   |                                   |
|                            | 4/6 ans           | 15H45 / 16H30                   |                                   |
| 150 € / 156 €              |                   | Boublin                         | cirque.assoabcd@gmail.com         |
| Sophrologie                | 7/9 ans           | 17H30 / 18H30                   |                                   |
|                            | 10/13 ans         | 17H30 / 18H30                   |                                   |
| 90 € / 94 €                | Tous les 15 jours | Marguerite d'Anjou              | sophrologie.assoabcd@gmail.com    |
| Danse d'expression rythmée | 7/8 ans           | 16H / 16H45                     |                                   |
|                            | 4/6 ans           | 16H45 / 17H30                   |                                   |
| 150 € / 156 €              |                   | Marguerite d'Anjou              | danseenfant.assoabcd@gmail.com    |
| Magie                      | Confirmé          | 17H30 / 20H                     |                                   |
|                            | Débutant +9 ans   | 18H / 20H                       |                                   |
| 150 € / 156 €              | 1 fois par mois   | Logis d'Aliénor                 | magie.assoabcd@gmail.com          |
| Danse country              | 9/14 ans          |                                 | 18H / 19H15                       |
| 150 € / 156 €              |                   | dansecountry.assoabcd@gmail.com | Françaiserie (motricité)          |

NOUVEAUTE !



NOUVEAU JOUR (SAUF SI PREFERENCE DU PLUS GRAND NOMBRE POUR LE SAMEDI)

CHANGEMENT DE JOUR !

# ABCD

## Verrières en-Anjou

Art

Bien-être

Création

Détente

## Saison 2025 / 2026

**INSCRIPTIONS LE MERCREDI 10 SEPTEMBRE 2025**  
Relais culturel de Saint Sylvain d'Anjou  
De 17h à 20h

**Adhésion annuelle obligatoire par famille (même adresse) : 12 €**  
**Les tarifs mentionnés pour chaque activité sont individuels :**  
... € : Tarif pour les verrois./... € : Tarif hors commune.

Possibilité de payer en 1 ou 2 chèques (31/10 et 31/01)  
à l'ordre de l'association ABCD  
Chèques vacances (papier) et coupons sport acceptés (+1€)  
Pass sports non acceptés

**Les cours n'auront lieu que sous réserve d'un nombre suffisant d'inscrits**



asso-abcd



Association ABCD  
Verrières-en-Anjou



communication.assoabcd@gmail.com



assoabcd.fr



3 allée du Taillis,  
Saint Sylvain d'Anjou  
49480 Verrières en Anjou

Document non contractuel – Informations susceptibles de modification

| Activité                                              | Catégorie                           | Lundi                           | Mardi                             | Mercredi                          | Jeudi              | Vendredi      |
|-------------------------------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|--------------------|---------------|
| Gym entretien                                         | Orientation Bien-être               | 19H-20H                         | 10H – 11H                         | 9H30 – 10H30                      | 10H - 11H          | 9H – 10H      |
|                                                       | Orientation Séniors                 |                                 |                                   |                                   |                    | 10H – 11H     |
| 90 € / 96 € (tarifs dégressifs selon nombre de cours) |                                     | F. Villon 5                     |                                   |                                   |                    |               |
| Pilates                                               | Nouvelle intervenante le mercredi ! | 09H - 10H                       | 17H30 – 18H30                     | 18H – 19H                         |                    |               |
|                                                       |                                     |                                 | 18H30 – 19H30                     | 19H – 20H                         |                    |               |
|                                                       |                                     |                                 | 19H30 – 20H30                     |                                   |                    |               |
|                                                       |                                     |                                 | 20H30 – 21H30                     |                                   |                    |               |
| 120 € / 126 €                                         |                                     | Marguerite d'Anjou              |                                   | La Françaiserie                   |                    |               |
| Sophrologie                                           |                                     |                                 |                                   | 18H30 – 19H45                     |                    |               |
|                                                       |                                     |                                 |                                   | 19H45 – 21H00                     |                    |               |
| 176 € / 180 €                                         |                                     |                                 |                                   | Marguerite d'Anjou                |                    |               |
| Yoga                                                  |                                     | 17H45 – 19H                     |                                   |                                   | 9H15 – 10H30       |               |
|                                                       |                                     | 19H – 20H15                     |                                   |                                   |                    |               |
|                                                       |                                     | 20H15 – 21H30                   |                                   |                                   |                    |               |
| 178 € / 184 €                                         | Orientation Séniors                 |                                 |                                   |                                   | 10H30 – 11H45      |               |
| Circuit training                                      |                                     | Marguerite d'Anjou              |                                   | Marguerite d'Anjou                |                    |               |
|                                                       |                                     | 19H15 – 20H15                   |                                   |                                   |                    |               |
|                                                       |                                     | 20H15 – 21H15                   |                                   |                                   |                    |               |
| 120 € / 126 €                                         |                                     | La Françaiserie                 |                                   | La Françaiserie                   |                    |               |
| Marche Nordique                                       | Débutant/intermédiaire              | 14H00–15H30                     | Nouveaux intervenants !           |                                   |                    |               |
|                                                       | Confirmé                            |                                 |                                   | 19H30-21H                         |                    | 10H30 – 12H00 |
| 160 € / 166 €                                         |                                     |                                 | marchenordique.assoabcd@gmail.com |                                   |                    |               |
| Step                                                  |                                     |                                 |                                   |                                   |                    |               |
|                                                       |                                     |                                 |                                   | 20H15 – 21H15                     |                    |               |
| 120 € / 126 €                                         |                                     |                                 |                                   | La Françaiserie                   |                    |               |
| Cuisses/Abdo/Fessiers                                 |                                     |                                 |                                   |                                   | 20H-21H            |               |
| 120€ / 126 €                                          |                                     | caf.assoabcd@gmail.com          |                                   | Roi René                          |                    |               |
| Stretching                                            |                                     |                                 |                                   |                                   | 21H-21H45          |               |
|                                                       |                                     |                                 |                                   |                                   |                    |               |
| 100 € / 106 €                                         |                                     | stretching.assoabcd@gmail.com   |                                   | Roi René                          |                    |               |
| Danse Country                                         | Débutant                            |                                 |                                   |                                   | 18H – 19H30        |               |
|                                                       | Novice                              |                                 |                                   |                                   | 19H – 20H30        |               |
| 110 € / 116 €                                         |                                     | dansecountry.assoabcd@gmail.com |                                   | La Françaiserie                   |                    |               |
| Danse de couple                                       | Débutant                            |                                 |                                   | 19H30 – 20H30                     |                    |               |
|                                                       | Confirmé                            |                                 |                                   | 20H30 – 21H30                     |                    |               |
| 110 € / 116 €                                         |                                     |                                 |                                   | Roi René                          |                    |               |
| Danse en ligne                                        | Confirmé                            | 18H30 - 20H30                   |                                   |                                   |                    |               |
|                                                       | Débutant                            |                                 | 18H – 19H                         |                                   |                    |               |
|                                                       | Intermédiaire                       |                                 | 19H – 20H30                       |                                   |                    |               |
| c: 140 € / 146 € D: 80 € / 86 € Int: 110 € / 116 €    |                                     | Roi René                        |                                   | danseenligne.assoabcd@gmail.com   |                    |               |
| JayDance                                              |                                     |                                 |                                   |                                   | 18H30 – 19H45      |               |
|                                                       |                                     | jaydance.assoabcd@gmail.com     |                                   | Roi René                          |                    |               |
| 140 € / 146 €                                         |                                     |                                 |                                   |                                   | 18H30 - 19H45      |               |
| Danse d'Expression Rythmée adultes                    |                                     |                                 |                                   |                                   | Marguerite d'Anjou |               |
|                                                       |                                     | deraduites.assoabcd@gmail.com   |                                   | 9H30 – 11H30                      |                    |               |
| 140 € / 146 €                                         |                                     |                                 |                                   | Logis d'Alienor                   |                    |               |
| Atelier peinture                                      |                                     |                                 |                                   |                                   |                    |               |
|                                                       |                                     | 20H - 22H                       | 20H – 22H                         |                                   | 14H – 16H          |               |
| 192 € / 198 €                                         |                                     |                                 |                                   | artsplastiques.assoabcd@gmail.com |                    |               |
| Carterie                                              | Confirmé                            |                                 |                                   |                                   |                    |               |
|                                                       | Débutant                            |                                 |                                   |                                   |                    |               |
| 120 € / 130 € / 1 fois par mois - Kit compris         |                                     |                                 |                                   | Ménéstrel                         |                    |               |
| Anglais                                               | Confirmé                            |                                 | 18H30 – 19H45                     |                                   |                    |               |
|                                                       | Débutant                            |                                 | 19H45 – 21H00                     |                                   |                    |               |
| 204 € / 210 €                                         |                                     | Logis d'Alienor                 |                                   | anglais.assoabcd@gmail.com        |                    |               |
| Informatique                                          | + 15 ans                            |                                 |                                   |                                   | 9H30 – 10H45       |               |
|                                                       |                                     |                                 |                                   |                                   | 10H45 – 12H00      |               |
| 204 € / 210 €                                         |                                     | informatique.assoabcd@gmail.com |                                   | Espace Jeunesse                   |                    |               |
| Couture                                               | Confirmé                            |                                 |                                   | 14H – 16H30                       |                    |               |
|                                                       | Perfectionnement                    |                                 |                                   |                                   | 14H – 16H30        |               |
|                                                       | Confirmé et débutant                |                                 |                                   |                                   | 19H – 21H30        |               |
|                                                       | Débutant                            |                                 |                                   |                                   |                    | 9H – 11H30    |
| 200 € / 206 € 26 cours de 2H30                        |                                     | couture.assoabcd@gmail.com      |                                   | Ménéstrel                         |                    |               |