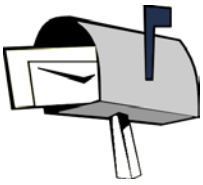
JUIN 2013 N° **190**

A.C.R.A.P.INFORME

BULLETIN D'INFORMATION DE L'**A**SSOCIATION **C**ROIX-**R**OUGE POUR L'**A**NIMATION ET LA **P**ROMOTION

11 avenue du Président KENNEDY – 51100 Reims
Tél: 03.26.06.39.54
Mail : contact@acrap.fr



LE MOT DU PRÉSIDENT

Chers adhérents, chers bénévoles

Voici 40 ans que vous réalisez vos activités préférées, 40 ans que des bénévôles vous accompagnent et contribuent à votre épanouissement. En effet L'ACRAP c'est nous tous petits et grands.

Cette année a été riche grace aux nombreuses activites de toutes nos sections. Ce dimanche 23 juin 2013 s'est tenue la 27° édition de gala de danse au théâtre du Chemin vert qui est succés mémorable. Nous avons pu bénéficier de prêt de matériel de la part du 501° RA de Mourmelon.

La saison 2013/2014 débute sur une belle note. Jai le plaisir de vous annoncer qu'après plusieurs sélections en 1997, 2002, 2004, 2007, 2009 et 2011, trois sociétaires de la section « Karaté Shorin et Kobudo d'Okinawa » de l'ACRAP ont à nouveau le privilège d'être sélectionnés pour la Coupe Internationale d'Okinawa 2013 qui se tient partir du 09 août prochain. Les bénévoles sont sur la photo de gauche droite: Louis DUPONT, Théodore LË double champion du monde 2009 de Mont-Tremblant au Québec et Patrice DOUCET.

L'ACRAP c'est aussi une vingtaine de sections où vous trouverez votre bonheur. Je vous invitent à les découvrir dans ces pages. Notre site Internet vous permettra de connaître les activités proposées cette année.

L'ACRAP vous souhaite une bonne rentrée 2014.

Jean Monteiro
Président de l'ACRAP

COUPE DU MONDE OKINAWA 2013

OSHUKAI WORLD OSHUKAI FEDERATION

OKINAWA HOMBA DENTO SHORIN-RYU KARATEDO
OSHUKAI OKINAWA HOMBA DENTO KOBUDO

SOMMAIRE

Page 1	Le mot du Président
Page 2	Badminton-Balade Pédestre-Couture Danse classique et Moderne- Danse orientale-Fitness-Gym douce - Foot adultes-Gym d'Entretien-Karaté-Kobudo
Page 3	Natation-Majorettes-Pétanque-Temps Libre-Tennis
Page 4	Travaux Manuels-Viet Vo Dao-Yoga-Zumba

BADMINTON

REPRISE DE L'ACTIVITE
Jeudi 5 septembre 2013

TARIF ANNUEL 55€

La section s'adresse aux adultes et adolescents garçons et filles de 16 ans et plus.

LE JEUDI DE 20H A 22H GYMNASE J. J LAPIQUE
(près du Lycée ARAGO)

Possibilité de faire 2 essais. Les inscriptions se font sur place auprès du responsable M. Vincent LAPAUW aux heures d'entraînement

BALADE PEDESTRE

REPRISE DE L'ACTIVITE
Vendredi 6 septembre 2013

TARIF ANNUEL 20€

Le but étant de se « balader » tranquillement sur des distances adaptées aux participants dans les environs immédiats et en extérieur.

Horaires :
Vendredi de 10h00 à 11h30

COUTURE

REPRISE DE L'ACTIVITE
Lundi 2 septembre 2013

TARIF ANNUEL
Adultes : 80 € les 2 heures/110€ les 4 heures
Enfants : 65€

Enfants et adultes par B.CANU.
C'est la possibilité de réaliser jupes, robes, tailleurs, etc.… suivant les désirs des adhérentes en initiation ou perfectionnement dans le club de l'ACRAP.

Horaires Adultes :
Lundi et Vendredi de 14h00 à 20h00 par créneaux de 2h ou 4h selon votre adhésion.
Jeudi de 9h00 à 11h00
Horaires enfants :
Mercredi de 09h00 à 11h00

DANSE CLASSIQUE MODERNE ET FOLKLORIQUE

REPRISE DE L'ACTIVITE
Mercredi 18 septembre 2013

A partir de 6 ans.
Par Virginie DELAUZUN

TARIF ANNUEL 135 €
Horaires
Mercredi de 10h00 à 12h00 et de 16h00 à 20h00 suivant l'âge
Permanence Inscriptions
Mercredi 11 septembre 2013 de 14h00-18h00

DANSE ORIENTALE

Pour adultes et enfants à partir de 6 ans.

TARIF ANNUEL : 150 €

- **Jeudi de 16h45 à 17h45**

FITNESS/STEP - GYM DOUCE-

REPRISE DE L'ACTIVITE
Jeudi 05 septembre 2013

FITNESS et GYM DOUCE sont animés par Isabelle BECHET, titulaire d'un brevet d'Etat en Fitness.

TARIF ANNUEL
Fitness/Step : 100 € et Gym Douce : 75€

Ados et adultes par I.BECHET. L'activité se déroule à l'ACRAP.

Horaires et lieu

Fitness/step	Jeudi de 20h00-21h00
Gym douce	Jeudi 10h00-11h00

FOOTBALL ADULTES

L'activité se déroule au Stade des Eglantines.

Horaire :
Mardi de 18h00 à 20h00

Tarif : 75€

GYM D'ENTRETIEN

TARIF ANNUEL : 75€

Horaire : Lundi de 18h30 à 19h30

KARATE SHORIN ET KOBUDO D'OKINAWA

Kobudo : 09 septembre 2013
Karaté : 11 septembre 2013
Karaté enfants : 14 septembre 2013

TARIF ADHESION DE LA SAISON 2013-2014	
JEUNES	144 € + licence
2 ACTIVITES	164 € + licence
KOBUDO	126€ + licence

NATATION

REPRISE DE L'ACTIVITE
Samedi 28 septembre 2013

A partir de 6 ans. Par J. CATRY

A la piscine Château d'eau le samedi entre 18h00 et 20h00. La réglementation de la REMS impose que les enfants de moins de 8 ans soient obligatoirement accompagnés d'une personne majeure. L'accompagnateur, muni de sa carte personnelle, n'est pas autorisé à nager. L'accès aux bassins n'est autorisé qu'aux adhérents **en maillot de bain.**
- Bonnet obligatoire
- Chaussures interdites au-delà des cabines

Pour l'école de natation, il convient de **préciser le niveau obtenu en fin de saison. (Dernière nageoire obtenue).**

TARIF ADHESION DE LA SAISON 2013-2014		
	Enfant (jusque 11 ans)	76 €
	Pour les plus de 11 ans	81€
	Accompagnateur	18€

Les cours sont dispensés moyennant un complément de 2,50 € par leçon

Nous rappelons aux accompagnateurs munis de leur carte, qu'ils doivent être **PIEDS NUS en sortant des cabines**, et qu'ils ne peuvent accéder aux bords des bassins qu'en maillot de bain. **Cette règle d'hygiène est impérative.**

MAJORETTES

REPRISE DE L'ACTIVITE :
Mardi 03 septembre 2013

La section s'adresse aux filles à partir de 5 ans.
TARIF ADHESION DE LA SAISON 2012-2013
54 €

« LES MAJORETTES DE REIMS »

La section reprend ses activités les mardis de 17h30 à 19h45 et jeudis de 17h45 à 19h45 à l'ACRAP.
Les costumes et les bottes ainsi que le survêtement sont prêtés.

PETANQUE

ACTIVITE TOUTE L'ANNEE

TARIF ANNUEL
45 €

BOULODROME FACULTATIF 8 EUROS
A partir de 16 ans. Par Christian GERARD.
Les mardis et jeudis de 14h30 à 19h30.

Nouveau boulodrome à l'ACRAP.
Tous les amateurs de boules sont les bienvenus. La participation à la section n'oblige pas à participer à des compétitions de pétanque. Les jeunes peuvent aussi être accueillis en période scolaire après la fin des cours (mardi et jeudi).

TEMPS LIBRE

REPRISE DE L'ACTIVITE
Mercredi 21 août 2013

La section se réunit tous les mercredis au club de l'ACRAP de 13h30 à 17h30.
Des jeux de société y sont proposés ainsi que des sorties, des spectacles, des repas.

Elle accueille toutes les personnes à la retraite qui désirent lier des liens d'amitié, rompre l'isolement et se distraire.

TARIF ANNUEL : 20€ avec une participation **de 2 € à chaque goûter.**

TENNIS

REPRISE DE L'ACTIVITE :
Vendredi 06 septembre 2013

TARIF ADHESION DE LA SAISON 2013-2014
Une seule chose à faire, s'inscrire auprès du responsable sur les sites d'entrainements ou au secrétariat pendant les heures d'ouvertures.
Vous pouvez dès maintenant, vous renseigner auprès de :
Mr LOMME Alain au : 03.26.84.19.41 du lundi au vendredi de 18h à 19h30.
VENDREDI
18h00 -19h00 ou19h00-20h00 / Géo André
DIMANCHE
Gymnase Ruisselet
9h00-10h00 ou 10h00-11h00 ou 11h00-12h00

- ✓ **OPTION 1 :**
  Pour l'année sur le terrain découvert
  - ADULTES (+ 16 ans) **115 €**
  - ÉTUDIANTS (avec carte) **90 €**
  - CARTE INVITÉ (sans licence) **80 €**
  - RESERVATION à l'heure **5 €**

  Pour obtenir la clef du terrain découvert, il vous faudra verser la somme de 20 euros remboursable à la restitution de cette dernière.

- ✓ **OPTION 2 :**
  Pour l'année sur le terrain découvert + 1 heure par semaine sur terrains couverts (période allant du 4 octobre 2013 au 30 mai 2013 hors vacances d'été).

PRIX UNIQUE DE 165 EUROS AVEC LICENCE

TRAVAUX MANUELS

REPRISE DE L'ACTIVITE :
Mercredi 18 septembre 2013

TARIF ADHESION DE LA SAISON 2013-2014
70 €

A partir de 4 ans et adultes. Par B.CANU

L'activité se pratique dans le club de l'ACRAP. Pâte à sel, personnage en mousse, pyrogravure, dessins, etc…

Adultes : Lundi de 14h00 à 18h00
Enfants : Mercredi de 09h00 à 11h00

VIET VO DAO

REPRISE DE L'ACTIVITE
Vendredi 06 septembre 2013

Art martial vietnamien. A partir de 12 ans.
Animé par Franck SCHMITT

L'activité se pratique dans la salle polyvalente de l'ACRAP.

Les mardis, vendredis de 20h00 à 22h00

TARIFS
(Voir les responsables pour un tarif dégressif)

- **12 - 14 ans : 80€**
- **15 - 16 ans : 105€**
- **17 - 18 ans : 135€**
- **Etudiants et demandeurs d'emploi : 135€**
- **Salariés : 160€**

YOGA

REPRISE DE L'ACTIVITE :
Mardi 17 septembre 2013

TARIF ADHESION DE LA SAISON 2013-2014

Pratiquer le yoga c'est s'accorder un moment à soi.
Par des mouvements lents, associés à la respiration, retrouvez une sensation d'apaisement et d'harmonie entre le corps et l'esprit.
Ce cours de yoga est accessible à tous.

Séances chaque **mardi de 10 h 30 à 11 H 30 (pas de cours pendant les vacances scolaires).**

Renseignements auprès d'Agnès LEGRAND lors des séances.
Inscriptions au secrétariat ACRAP.

ZUMBA

REPRISE DE L'ACTIVITE
Mardi 03 Septembre 2013

Activité animée par I BECHET

Horaires : Mardi 12h30-13h30
Vendredi 12h30-13h30
Vendredi 18h30-19h30
Samedi 11h30-12h30

Tarifs : Carte d'abonnement de :
- 5 séances = 15€,
- 10 séances = 30€

+ 17€ de contribution annuelle

La carte est tamponnée à chaque cours.