

SAISON
2025-2026

DES ACTIVITES DANS NOS COLLINES ?

La Petite Carniotte
propose des activités
sportives, culturelles
pour adultes et enfants

Valherbasse - Crépol
St Laurent d'Onay



*A partir du 15 septembre 2025
27 séances /an
1 séance d'essai à faire avant le 27/09*

**Vous pouvez nous rencontrer
au FORUM DES ASSOCIATIONS
samedi 6 septembre 2025 de 9h à 12h
salle Intercommunale Espace Haute Herbasse**

Activités proposées sous réserve d'un nombre suffisant de participants
Les règlements se feront avant le 4 octobre 2025





DANSE AFRICAINE

Référente : B. MARTIN (tel : 06 41 47 88 88) - Animateur : F. MARCIAU (TEL : 06 26 75 68 25)

**Ados
adultes**

Mardi de 18h à 19h30 à la salle intercommunale (EHH)

Adhésion : 15 € - Participation : 250 €

**atelier découverte
au forum
à 10 h 45**



MARCHE SPORTIVE

Référente : S. CAPDEBOSCQ (tel : 06 85 02 91 00) - Animatrice : S. RE (TEL : 06 64 78 49 02)

2 sessions de 12 séances (sept-déc et Fév-juin)

samedi de 10h30 à 11h30

Adhésion : 15 € - Participation : 45 €/12 séances

**à PARTIR
DE 16 ANS**



PETANQUE

Référent : J-Y. DONGER (tel : 06 74 36 85 51)

Pas de compétition, juste pour l'envie de se retrouver, discuter et partager un bon moment...

Mercredi à partir de 14h

au terrain de pétanque de Crépol

Adhésion : 15 €

**Enfants
adultes**

TENNIS DE TABLE

Référent : R. POUGET (tel : 06 72 25 63 99)

Mercredi de 14h à 17h à la salle intercommunale (EHH)

Activité à confirmer à la rentrée



PILATES

Référente : A. DREXLER (tel : 06 12 23 38 76) - Animatrice : N. BOUTRY (tel : 04 75 47 52 77)

Lundi de 18h30 à 19h30 ou Jeudi de 17h45 à 18h45

à la salle intercommunale (EHH)

Adhésion : 15 € - Participation : 95 €

PILATES FONDAMENTAL

Animatrice : S. RE (TEL : 06 64 78 49 02)

Mardi de 18h 15 à 19h à l'ancienne école de Montrigaud

Adhésion : 15 € - Participation : 65 €



GYM SENIORS

Référente : S. LOPEZ (tel : 06 07 02 18 05) - Animatrice : N. BOUTRY (tel : 04 75 47 52 77)

Jeudi de 9h à 10 h à la salle intercommunale (EHH)

Adhésion : 15 € - Participation : 95 €

Possibilité de rajouter 30 min de stretching (+ 48 €)



GYM ÉQUILIBRE / AUTONOMIE

Référente : J. PLACE (tel : 04 75 45 74 20) – Animatrice : N. BOUTRY (tel : 04 75 47 52 77)

Jeudi de 10h45 à 11h45 à la salle intercommunale (EHH)

Adhésion : 15 € – Participation : 95 €



BODY SCULPT

Référente : A. DREXLER (tel : 06 12 23 38 76) – Animatrice : N. BOUTRY (tel : 04 75 47 52 77)

Jeudi de 19h à 20h à la salle intercommunale (EHH)

Adhésion : 15 € – Participation : 95 €



QI GONG ET MÉDITATION

Animatrice : C. MONTERRAIN (Tel : 07 85 95 13 67)

Lundi de 18h30 à 20h

à la salle de réunion – Mairie de Miribel

Adhésion : 15 € – Participation : 143 €

à PARTIR
DE 12 ANS

CAPOEIRA

Animateur : S. CARLUT (tel : 06 73 65 20 43)

Jeudi de 18h à 21h

à l'ancienne école de Montrigaud

Adhésion : 15 € – Participation : 95 €



atelier découverte
au forum
à 10h15



KARATÉ

Référente : R. POUGET (tel : 06 72 25 63 99) – Animateur : R. MATHIEU

**Mercredi de 18h à 19h à la salle intercommunale (EHH) ou
Samedi de 9h45 à 10h45 à l'ancienne école de Montrigaud**

Adhésion : 15 € – Participation : 95 €

à PARTIR
DE 16 ANS

SELF DÉFENSE

Référente : R. POUGET (tel : 06 72 25 63 99) – Animateur : R. MATHIEU

Samedi de 10h45 à 11h45 à l'ancienne école de Montrigaud

Adhésion : 15 € – Participation : 95 €



atelier découverte
au forum
à 11 h 15



CHORALE COLLINOTES

Référente : C. MOTTIN (tel : 06 08 49 09 21) – Animatrice : C. KOENIG (tel : 06 42 71 61 34)

Mardi de 18h15 à 19h45

à la salle de Crépol (sous la mairie)

Adhésion : 15 € – Participation : 160 €



PEINTURE

Référente / Animatrice : F. DESGRANGES (tel : 06 32 03 42 57)

Vendredi de 14h à 17h à la salle de réunion à Miribel

Adhésion : 15 € – Participation : 120€

**Les chèques ANCV, Pass sport, cartes Top départ et Pass région
sont acceptés**

**à PARTIR
DE 6 ANS**

POTERIE CERAMIQUE

Référente / Animatrice : S. PAGET (tel : 06 33 79 03 21)

Mercredi de 10h30 à 11h30

à l'atelier "la Maison Rose" à Miribel

Adhésion : 15 € – Participation : 130 € (fournitures à régler sur place)

7/14 ANS

THÉÂTRE

Référente / Animatrice : A. BORIX (tel : 06 41 17 42 24)

Mercredi de 17h à 18h30

à l'ancienne école de Montrigaud

Adhésion : 15 € – Participation : 85 €

7/99 ANS

PEINTURE SUR PIERRE

Animatrice : A. BREVET (tel : 06 81 86 45 89)

Mercredi de 14h30 à 16h30

à l'ancienne école de Montrigaud

Adhésion : 15 € – Participation : 40 € les 5 séances (fournitures à régler sur place)

**atelier découverte
au forum
de 10 h à 12h**

6/12 ANS

KARATÉ

Référente : R. POUGET (tel : 06 72 25 63 99) – Animateur : R. MATHIEU

Mercredi de 17h à 18h

à la salle intercommunale (EHH)

Adhésion : 15 € – Participation : 85 €

**atelier découverte
au forum
à 11 h 15**