

ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES 2025-2026

Rappel : Pour participer à une activité hebdomadaire, il faut être à jour de votre cotisation annuelle d'adhésion à l'ASCE 34, d'un montant de 15 €. Adressez-vous ensuite au responsable de section pour remplir la fiche d'inscription à joindre à votre règlement par chèque, à l'ordre de l'« ASCE 34 ».

Pour les activités sportives, un certificat médical est nécessaire pour la première inscription. Celui-ci est valable 3 ans, à condition de fournir chaque année une attestation de réponse au questionnaire de santé.

Questionnaire de santé: https://www.fnasce.org/IMG/pdf/questionnaire-sante_majeur_mineur.pdf

Attestation: https://www.fnasce.org/IMG/pdf/attestation_majeur.pdf

| | Activités | Fréquence | Tarifs | Responsables des sections |
|---|---------------------------|--|--|--|
|  | DANSE EN LIGNE | Tous les lundis de 12h30 à 13h30 | 95 € / an | Mme ALLEGRE-AKOMIA Hélène helako@orange.fr Mme HEBRARD Sophie ☎ 06.22.70.31.53 sophie.hebrard@herault.gouv.fr |
|  | GYM FITNESS | Tous les mardis de 12h15 à 13h15 | 105 € / an (3 chèques de 35 €) | Mme BEAUCHARD-VENERONI Valérie ☎ 04.34.46.62.16 valerie.beauchard-veneroni@herault.gouv.fr |
|  | MUSCULATION | Tous les jours, sauf le week-end, de 8h00 à 20h00 (binôme exigé) | 35 € / an | Mme Pascale TOURNAN ptournan.asce34@mailo.com |
|  | PÉTANQUE | Tous les mercredis après-midi à l'ASCE au Millénaire. | 13 € / an | Mme DENAT Jeanne ☎ 06.20.48.78.34 - jeannedenat@aol.com Mme GOUPIL Françoise ☎ 06.88.64.77.23 - fra.goupil@laposte.net |
|  | RANDONNÉE SÈTE | Voir directement avec le responsable de la section | / | M. GRANDCLER Jean-Michel ☎ 06 73 62 83 79 |
|  | RANDONNÉE SPORTIVE | Un dimanche sur deux suivant le programme élaboré chaque trimestre | 5 € / an | M. TURPAUD Maurice ☎ 04.67.64.30.27 mturpau@free.fr |
|  <small>Marcher apaisé</small> | RANDONNÉE ZEN | Tous les jeudis, horaires en fonction de la randonnée | 5 € / an | M. AUGER Yves ☎ 06.13.70.95.93 yvesauger@sfr.fr |
|  <small>RETRAITÉ EN FLEIN BOULOT!</small> | RETRAITÉS | En fonction des manifestations proposées | Couple 25 € / an Individuel 14 € / an | Mme BRUN Sylvie ☎ 06.12.72.51.23 sylviebrun34800@laposte.net |
|  | TENNIS | Terrains disponibles tous les jours sur réservation. | Adulte : 30 € / an Enfant : Gratuit | M. LAGNY Grégoire ☎ 04.34.46.66.09 gregoire.lagny@developpement-durable.gouv.fr |
|  | THÉÂTRE | Tous les vendredis de 17h30 à 19h à l'ASCE au Millénaire | 35 € / trimestre | Mme Bernie VIGLIONE ☎ 06.19.24.55.01 berniecorse2@gmail.com |
|  | QI GONG | Tous les mercredis de 12h15 à 13h15 à l'ASCE au Millénaire | 120 € / an | Mme GALLEGRO TRIAL Christine ☎ 06.52.82.64.28 chgallego34@gmail.com |
|  | YOGA | Tous les jeudis de 12h00 à 13h30 à l'ASCE au Millénaire | 180 € la saison (3 chèques de 60 €) | Mme CALBA Jeannette ☎ 06.35.97.18.82 pcjeannette@gmail.com |