



aescl

2025/2026

Eterville

Les

# ECHOS

sport culture loisirs





## LES MEMBRES DU BUREAU



Michel  
LECOIFFIER



Président

Patricia  
HEBERT



Trésorière

Brigitte  
VAN NIEUWKERKE



Secrétaire

Jean  
TOSCAN



Vice-président

Rolande  
GARNET



Monique  
LECOIFFIER



Françoise  
RIVIERE



Maurice  
CHEVALIER



Philippe  
RIBOT



Laurent  
GAUCHET



Alain  
GARNET



Vice-trésorier

André  
PONT



Guy  
JAN



Philippe  
WALDSCHMIDT



Directeur de publication :  
Michel LECOIFFIER

Rédaction et crédit photos :  
Membres de l'AESCL

Nathalie GREMBER : I-SCHO  
06 76 85 33 42

Impression :  
Les grandes imprimeries

### LE MOT DU PRESIDENT

La saison 2024/2025 s'est très bien déroulée.

Les sections sportives ont fait le plein comme d'habitude. Le théâtre enfants et adultes nous a distrait lors des représentations de fin d'année. La salle était comble.

Même chose pour la représentation superbe de break dance.

Pour nos festivités, les soirées moules frites et beaujolais ont été une réussite, seule ombre au tableau, la St Patrick n'a pas connu le succès escompté.

Bonne ambiance tous les mardis pour la pétanque et les jeux de cartes, et pour les jeux du vendredi après-midi.

Notre projet de balisage des chemins devrait se terminer fin septembre.

Depuis plus d'une décennie de présidence au sein de l'association, il est temps pour moi de passer le relais. Aussi, je tiens à remercier tous les membres du bureau et leur convivialité. N'oublions pas que depuis 10 années, les cotisations sont restées stables et l'AESCL est en bonne santé.

Bien sur nous comptons sur vous toutes et tous pour venir nombreux à l'assemblée générale du 10 octobre prochain. Les bénévoles de tous âges sont indispensables pour compléter le bureau. Nous prévoyons un buffet après l'AG, la salle des fêtes accepte jusqu'à 120 personnes.

Deux nouveautés pour cette nouvelle saison : cours de pastel et danse en ligne.

Michel Lecoiffier,  
Président

## SOMMAIRE

- 3 - Danse en ligne
- 3 - Pastel
- 4 - Pilates
- 4 - Yoga
- 5 - Gymnastique d'entretien
- 5 - Gymnastique séniors
- 6 - Théâtre enfants/adultes
- 6 - Zumba
- 11 - Marche nordique
- 11 - Randonnée pédestre
- 12 - Pétanque
- 12 - Belote/Tarot/Jeux de société
- 13 - Breakdance
- 13 - Zumba débutants
- 13 - Renforcement postural

- 7 - Dates à retenir
- 8/9 - Programme 2025/26 (à détacher)
- 10 - A venir
- 14 - Zoom sur la saison dernière
- 15 - Les chemins d'Eterville



Cette année, l'AESCL propose 2 activités supplémentaires à son programme :  
La danse en ligne et  
les cours de peinture Pastel

### DANSE EN LIGNE

Nous accueillons, cette année une nouvelle activité, qui, à n'en pas douter va satisfaire nombre d'entre vous. Il s'agit de la danse en ligne. Accessible à toutes et tous, à partir de 12 ans, cette activité sera animée par Christelle, chaque vendredi de 18h à 19h dans la salle polyvalente.



La catégorie des danses en ligne comprend toutes les danses de groupe pratiquées individuellement (comme le Madison, Jérusalema...), soit l'un derrière l'autre, soit de côté, soit encore en deux lignes se faisant face.

Les danses en ligne figurent tant parmi les danses traditionnelles que parmi les danses de société ou les danses rock.

Fortes d'un vif succès sur les réseaux sociaux, nous vous encourageons à vous inscrire au plus vite car les places sont limitées.

L'inscription est de 50 € pour l'année + 6 € d'adhésion à l'AESCL.

Pour tout renseignement, contacter Catherine au 06 37 99 28 74 ou par mail [catherinebeauruelle14@gmail.com](mailto:catherinebeauruelle14@gmail.com)



### Atelier de peinture AU PASTEL SEC

Eric Heuguet, artiste peintre pastelliste professionnel, propose un atelier pastel sec qui aura lieu de septembre à juin, à raison de deux mercredis par mois, le matin de 10h à 12h, hors période scolaire, dans la salle polyvalente.



Chaque participant(e) (à partir de 15 ans) pourra travailler sur le sujet de son choix. En fonction de votre niveau, de vos difficultés et de vos attentes, Eric vous apportera les conseils personnalisés et les clés techniques nécessaires pour apprendre, progresser ou vous perfectionner.

L'inscription est de 300 € (possibilité de payer en 2 fois) + 6 € d'adhésion à l'AESCL.

Pour tout renseignements, contacter Eric Heuguet au 06 60 32 74 04 ou par mail [heuguetpeintre@gmail.com](mailto:heuguetpeintre@gmail.com)

**pAstel Art** Libérez l'artiste qui est en vous !

Atelier pastel sec avec Eric Heuguet

Adhésion AESCL + Tarif annuel

mercredi\* 10h00 à 12h00

salle polyvalente 14930 ETERVILLE

Vous choisissez librement votre sujet et, en fonction de votre niveau et de vos attentes, je vous apporterai les éléments clés qui vous manquent pour apprendre, évoluer ou vous perfectionner.

Apporter votre matériel. À partir de 15 ans

\* Deux mercredis par mois de septembre à juin

[heuguetpeintre@gmail.com](mailto:heuguetpeintre@gmail.com)  
06 60 32 74 04



## PILATES

CORRESPONDANTE

Monique LECOIFFIER  
Email :

[mamiemomo974@gmail.com](mailto:mamiemomo974@gmail.com)

Tél : 07 69 38 33 10



Activité proposée  
le lundi  
de 18h30 à 19h30



Le PILATES est un sport « bien être » qui repose sur le gainage de vos muscles et qui a de multiples bienfaits sur votre santé.

Son entraînement a pour objectif de rendre le corps « fort comme une colonne grecque et souple comme un chat ».

Il améliore votre posture, renforce vos muscles pour obtenir un ventre plat. Les tensions du dos peuvent disparaître, le ventre se raffermir, le corps devient fort et souple. Les gestes des sportifs deviennent plus efficaces, car mieux contrôlés et les risques de blessure ou de déséquilibre musculaire diminuent.

Il se pratique avec un tapis ou autres accessoires.



Salle des fêtes  
Eterville

Coût de l'activité :  
120 € pour l'année  
(+6 € d'adhésion à l'AESCL)



Animatrice : Nolwenn LELIEVRE

## GYM D'ENTRETIEN

CORRESPONDANTE

Rolande GARNET

Email :

[rolande.garnet@free.fr](mailto:rolande.garnet@free.fr)



Tél : 06 51 08 92 87

Animatrice : Jennifer ROBERT



Salle des fêtes  
Eterville

Coût de l'activité :  
80 € pour l'année  
(+6 € d'adhésion à l'AESCL)



Activité proposée  
le mercredi  
de 19h20 à 20h20



Envie de bouger, de vous muscler, de faire le plein d'énergie, tout ça dans la bonne humeur .... Alors venez nous rejoindre au cours de gym d'entretien

Cette activité est adaptée à tous niveaux, les exercices sont variés, sur une musique entraînante et une ambiance motivante : De l'endurance, de la musculation, de la coordination, du cardio et un petit moment de détente. On se dépense, on transpire, on s'amuse et on progresse ensemble !

Apporter son tapis et une bouteille d'eau.



## YOGA

CORRESPONDANTE

Françoise RIVIERE

Email :

[framboise1459@hotmail.com](mailto:framboise1459@hotmail.com)

Tél : 06 09 75 31 02



Activité proposée  
le jeudi  
de 18h à 19h30  
ou de 19h30 à 21h



Le HATHA YOGA en quelques mots .... Il aide à :

- combattre l'anxiété et se relaxer.

- respirer correctement et essayer des postures avec des séquences d'échauffement pour protéger votre corps et maximiser les bénéfices de ces exercices. Chacun à son niveau.

- se ressourcer, récupérer et se relaxer en profondeur.

- adopter la pleine conscience, vous avez détendu votre corps, reposer votre esprit, des exercices simples pour oublier vos soucis en quelques minutes.

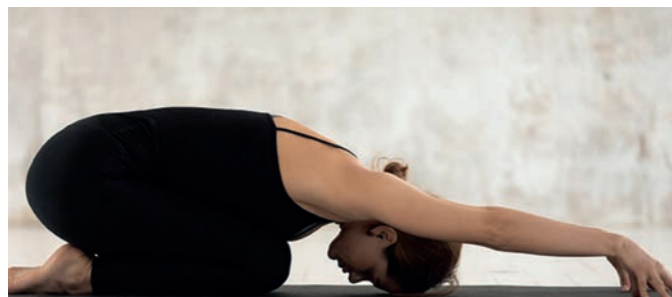
Ambiance conviviale et respectueuse  
Accessible à tous, dans la mesure de ses moyens sans critère de niveau.

Tapis obligatoire



Salle des fêtes  
Eterville

Coût de l'activité :  
120 € pour l'année  
(+6 € d'adhésion à l'AESCL)



Animatrice : Thérèse FERTE  
Praticienne diplômée en Yoga, hypnose  
et massage japonais

## GYM SENIORS

CORRESPONDANT

André PONT

Email :

[brignogan14@gmail.com](mailto:brignogan14@gmail.com)



Tél : 06 83 80 14 36

Animateur : Grégory DUCHAMP



Salle des fêtes  
Eterville

Coût de l'activité :  
120€ pour l'année  
(+6 € d'adhésion à l'AESCL)



Activité proposée  
le mercredi de 17h à 18h



Assouplissement, mobilité,  
cardio, coordination, équilibre.

Cours assurés par un coach spécialisé.

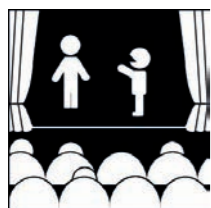
Toujours dirigée et animée par Grégory, nous vous invitons à nous rejoindre pour garder la forme dans la bonne humeur.

L'année s'est terminée par un pique-nique partagé.

Les cours sont accessibles à tous dans la mesure de ses moyens, sans critère de niveau

Apporter son tapis. Un certificat médical est demandé lors de l'inscription

LES ACTIVITÉS  
SE DÉROULERONT  
DU 8 SEPTEMBRE  
2025  
AU 3 JUILLET  
2026



## THEATRE ENFANTS /ADULTES

CORRESPONDANT

Alain GARNET  
Email :  
[alain.garnet@free.fr](mailto:alain.garnet@free.fr)  
Tél : 06 33 51 01 59



Activité proposée :  
**Théâtre enfant**  
(de 7 à 14 ans) :  
chaque mercredi  
de 14h à 15h  
**Théâtre adulte :**  
chaque mercredi de 20h30 à 21h30



Animatrice : Katia PIZY

**THEATRE Enfants :** Les cours de théâtre offrent de nombreux bienfaits pour les enfants : Développement de la confiance en soi, amélioration de la communication, stimulation de la créativité, gestion des émotions, travail en équipe, développement de la concentration et de la mémoire. La saison se termine en juin, par la représentation d'une pièce écrite et mise en scène par Katia d'après les idées émises par les enfants de la troupe.

**THEATRE Adultes et Ados :** Les cours de théâtre présentent de nombreux bienfaits pour les adultes : Renforcement de la confiance en soi, amélioration des compétences en communication, gestion du stress et des émotions, stimulation de la créativité, socialisation, amélioration de la concentration et de la mémoire.

Chaque année la troupe, appelée les Extrapantins, joue sa nouvelle composition en juin. Les bénéfices des représentations sont reversés en partie à une association oeuvrant soit pour améliorer les conditions d'hospitalisation des enfants (Cadet Roussel, les Fées Papillons), soit pour la recherche (centre François Baclesse) ou l'école de dressage de chiens guide « A vue de truffe ».



Salle des fêtes  
Eterville

Coût de l'activité :  
100 € pour l'année  
(+6 € d'adhésion à l'AESCL)



La troupe des Extra-pantins - Saison 2024-2025



## ZUMBA

CORRESPONDANTE

Monique LECOIFFIER  
Email :

[mamiemomo974@gmail.com](mailto:mamiemomo974@gmail.com)

Tél : 07 69 38 33 10

Animatrice : Nolwenn LELIÈVRE.



Activité proposée  
le lundi  
de 19h30 à 20h30



La Zumba est un programme d'entraînement physique complet, alliant tous les éléments de la remise en forme : cardio et préparation musculaire, équilibre et flexibilité.

Chaque lundi, une trentaine d'adhérents pratique cette activité sur des chorégraphies très rythmées.

Nolwenn assure les cours depuis plusieurs années déjà avec un dynamisme toujours aussi remarquable.

Age minimum 16 ans pour participer à cette activité.



Salle des fêtes  
Eterville

Coût de l'activité :  
120€ pour l'année  
(+6 € d'adhésion à l'AESCL)



## DATES A RETENIR POUR LA SAISON 2025/2026



SEPTEMBRE 2025

SAMEDI

20

Tournoi de  
pétanque  
9H30



OCTOBRE 2025

VENDREDI

10

Assemblée  
générale  
19h



OCTOBRE 2025

SAMEDI

25

Soirée  
Moules/frites  
19h30



AOÛT 2025

SAMEDI

30

Forum des  
associations  
9H30 / 12H30

NOVEMBRE 2025

SAMEDI

22

Soirée  
Beaujolais  
19h30



JANVIER 2026

VENDREDI

16

Galette  
des rois  
20h



FÉVRIER 2026

SAMEDI

28

Générale  
Marabille  
14 à 18h



MARS 2026

DIMANCHE

1er

La dictée  
14h



Pour rester informé des actualités de l'association,  
n'hésitez pas à vous abonner à la newsletter :

[www.aescl.fr](http://www.aescl.fr)



# PROGRAMME DES ACTIVITES

DU 8 SEPTEMBRE 2025  
AU 3 JUILLET 2026

## LUNDI

18H30 - 19H30



### PILATES

120 €  
Contact : Monique  
07 69 38 33 10

[mamiemomo974@gmail.com](mailto:mamiemomo974@gmail.com)

19H30 - 20H30



### ZUMBA

120 €  
Contact : Monique  
07 69 38 33 10

[mamiemomo974@gmail.com](mailto:mamiemomo974@gmail.com)

## MARDI

A PARTIR DE 14H



### PETANQUE

10 €\*  
Contact : Philippe  
06 70 93 10 83

[philippe.ribo@orange.fr](mailto:philippe.ribo@orange.fr)

18H - 19H



### RENFORCEMENT POSTURAL

120 €  
Contact : Rolande  
06 51 08 92 87

[rolande.garnet@free.fr](mailto:rolande.garnet@free.fr)

19H - 20H



### ZUMBA DEBUTANTS

120 €  
Contact : Rolande  
06 51 08 92 87

[rolande.garnet@free.fr](mailto:rolande.garnet@free.fr)

20H - 23H



### TAROT/BELOTE

20 €  
Contact : Guy  
06 19 90 18 40

[guy.jan@sfr.fr](mailto:guy.jan@sfr.fr)

## MERCREDI

9H30 - 11H30



### MARCHE NORDIQUE

10 €\*  
Contact : Maurice  
06 86 52 49 50

[labagui@yahoo.fr](mailto:labagui@yahoo.fr)

14H - 15H



### THEATRE enfants

100 €  
Contact : Alain  
06 33 51 01 59

[alain.garnet@free.fr](mailto:alain.garnet@free.fr)

17H - 18H



### GYM SENIOR

120 €  
Contact : André  
06 83 80 14 36

[brignogan14@gmail.com](mailto:brignogan14@gmail.com)

18H15 - 19H15



### BREAK DANCE

124 €  
Contact : Alain  
06 33 51 01 59

[alain.garnet@free.fr](mailto:alain.garnet@free.fr)

19H20 - 20H20



### GYM D'ENTRETIEN

80 €  
Contact : Rolande  
06 51 08 92 87

[rolande.garnet@free.fr](mailto:rolande.garnet@free.fr)

20H30 - 21H30



### THEATRE adultes

100 €  
Contact : Alain  
06 33 51 01 59

[alain.garnet@free.fr](mailto:alain.garnet@free.fr)

## JEUDI

18H - 19H30 ou 19H30 - 21H



### YOGA

120 €  
Contact : Françoise  
06 09 75 31 02

[framboise1459@hotmail.fr](mailto:framboise1459@hotmail.fr)

## VENREDI

14H - 17H



### JEUX DE SOCIETE

20 €  
Contact : Brigitte  
06 20 09 17 67

[sebastoline@orange.fr](mailto:sebastoline@orange.fr)

18H - 19H



### DANSE EN LIGNE

50 €  
Contact : Catherine  
06 37 99 28 74

[catherinebeauruelle14@gmail.com](mailto:catherinebeauruelle14@gmail.com)

Une adhésion à l'AESCL de 6 € sera à ajouter au montant de l'inscription. Elle est obligatoire et ne sera versée qu'une seule fois en cas d'inscription à plusieurs activités

Pour chaque activité, un cours d'essai gratuit est proposé

## SAMEDI

9H30 - 11H30



### MARCHE NORDIQUE

10 €\*  
Contact : Maurice  
06 86 52 49 50

[labagui@yahoo.fr](mailto:labagui@yahoo.fr)

UN SAMEDI PAR MOIS à partir de 14h



### PETANQUE

10 €\*  
Contact : Philippe  
06 70 93 10 83

[philippe.ribo@orange.fr](mailto:philippe.ribo@orange.fr)

## TOUT AU LONG DE L'ANNÉE



### RANDONNEE PEDESTRE

15 €  
Contacts : Philippe  
06 77 80 61 44

[philippe.waldschmidt@gmail.com](mailto:philippe.waldschmidt@gmail.com)

Contact : Jean  
06 67 39 96 94

[jeantoscan49@orange.fr](mailto:jeantoscan49@orange.fr)

\* Un seul règlement quel que soit le jour

\*Pour rester informé des actualités de l'association, n'hésitez pas à vous abonner à la newsletter :

[www.aescl.fr](http://www.aescl.fr)



Pour les conditions d'accès aux différentes activités, l'association appliquera les mesures sanitaires et réglementaires décidées par les autorités

## SOIRÉE MOULES FRITES



Nous organisons le 25 octobre prochain notre sempiternelle soirée Moules/frites.

Nous avons hâte de vous retrouver ce soir là pour partager un moment convivial. Notez bien cette date !



## SOIRÉE BEAUJOLAIS NOUVEAU

Le 22 novembre prochain venez ravir vos papilles !

Nous fêterons l'arrivée du plus doux des breuvages et vous invitons à chatouiller le menton de Bacchus, dans la bonne humeur et la convivialité.

## GÉNÉRALE MARABILLE

Le 28 février 2026, nous accueillerons les techniciens de l'association La Générale Marabille

Ce sera l'occasion de vous faire aider pour la réparation de vos petits appareils électro-ménagers( mini four, micro-onde, fer à repasser, sèche-cheveux, rasoir...), appareils hifi et télévision, matériel de bricolage( perceuse, scie électrique...). Il y aura aussi un coin couture et un espace informatique.

L'aide apportée est gratuite, il suffit juste d'adhérer à l'association La Générale Marabille



## À NOTER



## PROJET SOIREE FOOT 2026

Nous envisageons la possibilité d'organiser une soirée « Coupe du monde de football » en juillet 2026, dans la salle des fêtes avec la participation de Charles, notre patron du bar « Le CARLITO ».

Si ce projet vous intéresse, n'hésitez pas à nous le faire savoir via notre site :

[www.aescl.fr](http://www.aescl.fr)

## LA DICTÉE

Le 1<sup>er</sup> mars 2026, l'exercice de la dictée sera reconduit, mais cette fois, avec un texte moins complexe que celle de l'an passé.

Nous vous attendons nombreux autour de cette dictée inter-générationnelle » proposée pour la 3<sup>ème</sup> fois par l'A.E.S.C.L.

Les meilleurs de chaque catégorie repartiront avec une récompense « à dévorer » !



## MARCHE NORDIQUE

ANIMATEUR ET CORRESPONDANT

Maurice CHEVALIER

Email : [labagui@yahoo.fr](mailto:labagui@yahoo.fr)

Tél : 06 86 52 49 50



Coût de l'activité :  
10€ pour l'année  
(+6 € d'adhésion à l'AESCL)



Activité proposée  
les mercredis  
et samedis matin  
à 9h30



La marche nordique est  
un excellent sport d'endurance.

En alternant des phases dynamiques et d'autres plus lentes, à l'aide de bâtons spécialement conçus pour cette discipline, ce sport permet de faire travailler et d'améliorer ses capacités cardiaques.

Pratiquer souvent un sport d'endurance, c'est excellent pour la santé. Surtout, rares sont les sports de plein air qui vous redonnent du souffle tout en faisant travailler tous les muscles de votre corps.

Aucun esprit de compétition, c'est un sport-loisir. Les parcours font environ 10 kms autour d'Eterville.



## RANDONNÉE PEDESTRE

ANIMATEUR ET CORRESPONDANT

Philippe WALDSCHMIDT

Email : [philippe.waldschmidt@gmail.com](mailto:philippe.waldschmidt@gmail.com)

Tél : 06 77 80 61 44



Coût de l'activité :  
15€ pour l'année  
(+6 € d'adhésion à l'AESCL)



Activité proposée  
tout au long de  
l'année, un samedi  
après-midi par mois  
(10 kms environ),



Covoiturage possible.



Départ place de la mairie d'Eterville ou directement du lieu de départ de la rando.

Une boisson offerte au retour.



## PETANQUE

CORRESPONDANT

Philippe Ribot

Email : [philippe.ribot@orange.fr](mailto:philippe.ribot@orange.fr)

Tél : 06 70 93 10 83



Activité proposée tous les mardis et un samedi par mois à 14H.



Rendez-vous au cabanon (situé place de la ferme) tous les mardis et 1 samedi par mois à 14H.

Pendant le café (offert par la section) on tire au sort les équipes puis débutent les parties disputées dans la bonne humeur. Parfois une pause conviviale (anniversaire ou autre occasion) autour d'un gâteau.

En fin de saison pique-nique en commun avec la section marche nordique avec au programme marche nordique le matin (pour ceux qui le souhaitent) et pétanque l'après-midi.

Le tournoi annuel (ouvert à tout le monde moyennant 10 € l'inscription) aura lieu, cette année, le samedi 20 septembre. Les triplettes sont formées par tirage au sort et chaque équipe joue au minimum 4 parties. Le tournoi est ouvert à toutes et à tous. Il est avant tout un moment de convivialité et de rencontres. Barbecue possible le midi



Cabanon place de la ferme Eterville

Coût de l'activité : 10€ pour l'année (+6 € d'adhésion à l'AESCL)



## BREAKDANCE

CORRESPONDANT

Alain GARNET

Email : [alain.garnet@free.fr](mailto:alain.garnet@free.fr)  
Tél : 06 33 51 01 59



Animateur : Anis



Salle des fêtes Eterville

Coût de l'activité : 124€ pour l'année (+6 € d'adhésion à l'AESCL)



Activité proposée le mercredi de 18h15 à 19h15



Le breakdance, également appelé breaking, est une danse urbaine née dans les années 1970 dans les quartiers de New York. Il se caractérise par des mouvements dynamiques, acrobatiques et rythmiques, incluant des figures au sol, des rotations, des sauts et des freezes (positions figées). Cette danse est à la fois une forme d'expression artistique et un véritable sport, qui demande force, souplesse, coordination et créativité.

Pratiquer le breakdance offre de nombreux avantages : il améliore la condition physique, développe l'endurance, la coordination motrice et la confiance en soi. C'est aussi une excellente manière de rencontrer d'autres passionnés, de s'intégrer dans une communauté et de s'exprimer librement à travers le mouvement.

Si vous souhaitez vous lancer, venez rejoindre Anis. N'hésitez pas à essayer, le breakdance, activité ouverte aux enfants à partir de 7/8ans et aux adultes et qui peut devenir une passion enrichissante et un formidable moyen de rester actif tout en s'amusant.

## BELOTE - TAROT



CORRESPONDANT

Guy JAN

Email : [guy.jan@sfr.fr](mailto:guy.jan@sfr.fr)

Tél : 06 19 90 18 40



## JEUX DE SOCIÉTÉ

CORRESPONDANTE

Brigitte Van Nieuwerkerke

Email : [sebastoline@orange.fr](mailto:sebastoline@orange.fr)

Tél : 06 20 09 17 67



Salle des associations Eterville

Coût de l'activité : 20€ pour l'année (+6 € d'adhésion à l'AESCL)



Activité proposée le mardi de 20h à 23h

Nous sommes une bonne quinzaine en moyenne à nous retrouver tous les mardis soirs dans la salle des associations

Les confrontations de tarot et belote se déroulent dans une ambiance très amicale et chaleureuse. Nous offrons une pause café ou thé accompagnée de confiseries voir même de gateaux à l'occasion d'anniversaires.

Nous serons très heureux d'accueillir de nouveaux adhérents, n'hésitez pas à nous rejoindre .



Activité proposée le vendredi de 14h à 17h

Avec les jeux skyjo, séquence, chromino, qwirkle... de nouveaux jeux sont arrivés : pikomino, abecedés, topword, skipjo...etc.

Alors venez vous joindre à nous pour des parties endiablées et nous faire découvrir vous aussi ,vos jeux préférés.

Une soirée ouverte à tous par trimestre



## ZUMBA DÉBUTANTS



CORRESPONDANTE

Rolande GARNET

Email : [rolande.garnet@free.fr](mailto:rolande.garnet@free.fr)

Tél : 06 51 08 92 87

Animatrice : Jennifer ROBERT.

Coût de l'activité : 120€ pour l'année (+6 € d'adhésion à l'AESCL)



Activité proposée le mardi de 19h à 20h

Vous cherchez une activité dynamique ? de la danse, du cardio, des chorégraphies bien rythmées ? Alors venez nous rejoindre le mardi de 19h00 à 20h00 au cours de zumba débutants. La zumba est un mélange de danse et de fitness sur des musiques entraînantes et rythmées. On travaille tout le corps, c'est un excellent moyen de se dépenser. Jennifer, grâce à son dynamisme et sa bonne humeur, vous fera progresser très rapidement. Les débutants sont les bienvenus, pas besoin de savoir danser ou de connaître les pas à l'avance.

Apporter une tenue confortable et une bouteille d'eau.

Activité à partir de 16 ans.



## RENFORCEMENT POSTURAL

CORRESPONDANTE

Rolande GARNET

Email : [rolande.garnet@free.fr](mailto:rolande.garnet@free.fr)

Tél : 06 51 08 92 87

Animatrice : Jennifer ROBERT.

Coût de l'activité : 120€ pour l'année (+6 € d'adhésion à l'AESCL)

Activité proposée le mardi de 18h à 19h

Activité douce et accessible à tous, elle vise à améliorer votre posture, renforcer vos muscles profonds (dos, abdos, bassin) et prévenir les douleurs articulaires ou lombaires.

Exercices de gainage, étirements et conscience corporelle dans une ambiance conviviale et bienveillante.

Objectifs : une meilleure tenue au quotidien, moins de tensions et de douleurs, plus de stabilité, d'équilibre et de bien-être.

Apporter son tapis et une bouteille d'eau.



## LA DICTÉE

Retour sur la dictée du 2 mars 2025 : L'AESCL a eu le plaisir d'accueillir 50 personnes, dont 5 enfants et ados, venus se frotter aux difficultés de la langue française.

Petits et grands ont eu fort à faire avec la dictée concoctée par Mathias, notre « Monsieur dictée ».

Les enfants ont eu à écrire les mots manquant d'une dictée à trous, pendant que les ados et les adultes écrivaient la totalité de la dictée. Trois jeunes ont été récompensés et 8 personnes chez les adultes.

Ci-dessous la dictée de cette année.

### La potion orthographique

*Nous sommes en deux mille vingt-cinq après Jésus-Christ. Toute la Gaule est occupée à parler un français de plus en plus abâtardi : emprunt(s) quasi continuel(s) à l'anglo-américain ; phrase(s) inachevée(s) et émaillée(s) de « quoi » superflutatoires ; orthographe(s) à géométrie variable, surtout dans les textos ; génération(s) plus ou moins spontanée(s) de féminins inédits et bizarroïdes...*

*Toute la Gaule ? Non ! Un village peuplé d'irréductibles Normands résiste encore et toujours à l'envahisseur. Certes, nous n'y avons ni druide, ni barde, mais on s'y rencontre une fois l'an pour défier les dictionnaires et la grammaire. On ne s'y collette pas avec les manipules de César, mais bien plutôt avec les difficultés de notre langue ! Et comme les habitants s'entendent bien à Eterville, il ne séchange ici ni gifles ni noms d'oiseaux, à moins que lesdits oiseaux – émeu(s), hochequeue(s) ou sittel(s) par exemple – ne évètent un incontestable intérêt orthographique.*

*Notre salle des fêtes est prise d'assaut, chaque année, par des cohortes de lettrés, intellos de renom ou clerks obscurs, avides de goûter la potion que leur a mitonnée l'eubage enrôlé pour l'occasion.*

*Tous détestent son infâme mixture, mais en vérité, que n'ingurgiterait-on pas pour se voir, au milieu des bans et des vivats, hissé(s) par ses pairs sur le pavois calvadosien ? Cela dit, cherchant à éviter les dissensions, j'espère ne pas être exposé à votre querulence lors du capharnaüm des agapes finales...*

## THÉÂTRE ADULTES et ENFANTS



La troupe des enfants a eu le plaisir de jouer sa pièce « **En avant la musique** » le mercredi 25 juin devant une belle assemblée.

Le mardi 1<sup>er</sup> juillet, ce fut au tour des adultes de présenter leur création « **Le Dancefloor** ». Pièce qui a été aussi jouée à Baron sur Odon le 9 juillet dernier.

Les recettes ont été partagées entre l'AESCL et l'association Cadet Roussel pour les spectacles joués à Eterville et pour la représentation de Baron sur Odon, entre l'AESCL, l'association Cadet Roussel et le comité des fêtes de Baron sur Odon.

Katia, l'animatrice, créatrice des pièces et metteuse en scène accueillera enfants et adultes pour une nouvelle saison en septembre 2025.



## BREAKDANSE

Discipline sportive à part entière, les 19 breakers et breakeuses qui ont découvert le breakdanse sous la conduite de Anis la saison passée, nous ont offert, pour clôturer l'année en beauté, une jam de breaking ouverte à toutes et tous !

L'idée était simple : profiter d'un moment festif, lancer la musique afin que celles et ceux qui veulent danser entrent dans le cercle. Pas de compétition, juste du partage, de la bonne humeur et de l'énergie positive.



Des exhibitions de danse ont été proposées et grands et petits ont pu montrer leurs mouvements chacun leur tour. Tout le monde était le bienvenu, qu'ils soient danseur-se ou simple curieux-se !

Ce fut l'occasion de voir les efforts et progrès accomplis par nos jeunes danseurs.

L'activité est reconduite pour la saison 2025/2026.

## PROJET BALISAGE DES CHEMINS

15 chemins sont en cours de balisage.

40 poteaux seront posés courant septembre par les bénévoles de l'Aescl avec l'aide des employés de Caen la mer.

Les gravures des flèches sont en cours avec l'utilisation d'une graveuse laser 3 D numérique du Dome, puis peintes.

Les jeunes du Conseil municipal des écoliers d'Eterville a donné un nom aux 8 circuits de la commune. Ceux ci seront reconnus par un QR code.

L'ensemble de ce projet sera affiché sur le panneau de la place de la mairie et sur un panneau installé au Rocreuil, près du moulin.

Les circuits :

Vert : la tortue

Bleu : les pervenches

Marron : le hérisson

Orange : les feuilles mortes

Rouge : les pommiers

Jaune : les jonquilles

Noir : les alpages

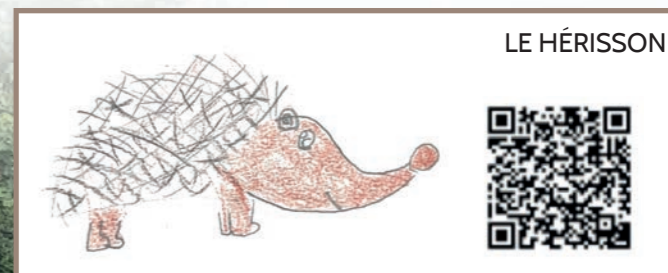
Violet : les pensées



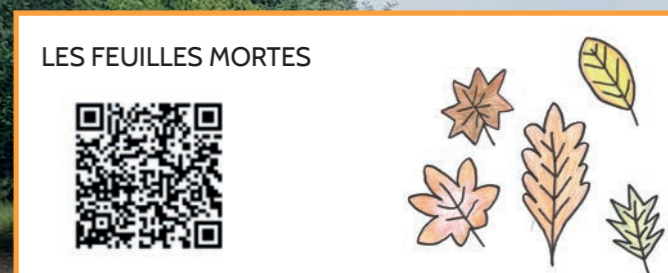
LA TORTUE



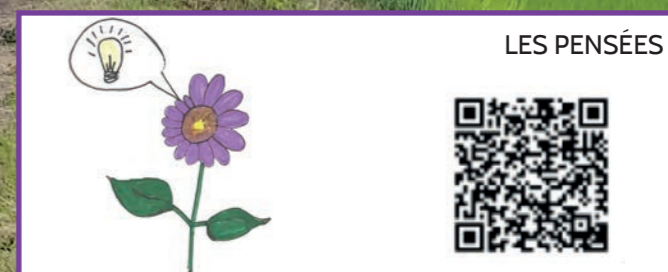
LES PERVENCHES



LE HÉRISSON



LES FEUILLES MORTES



LES PENSÉES



LES POMMIERS



LES JONQUILLES



LES ALPAGES

POUR TOUTES LES ACTIVITES  
Renseignements et inscriptions

Venez  
Nombreux!



AU FORUM DES ASSOCIATIONS  
Samedi 30/08/2025  
de 9h30 à 12h30  
à la Salle polyvalente d'Eterville

ou en prenant contact avec chaque responsable de section



ASSEMBLÉE  
GÉNÉRALE

19h  
VENDREDI

10  
OCTOBRE

DÉBUT  
DES ACTIVITÉS  
à partir du

LUNDI

8

SEPTEMBRE

Fin des activités le 3 juillet 2026

N'hésitez pas,  
rejoignez nous



aescl  
sport culture loisirs

Eterville

Pour rester informé  
des actualités  
de l'association,  
n'hésitez pas à  
vous abonner  
à la newsletter

[www.aescl.fr](http://www.aescl.fr)

LE BLOG DE L' A.E.S.C.L.  
Association sport culture et loisirs de la commune d'Eterville

Publié le 19 Juin 2025 par AESCL

### Pièce de théâtre adultes

Le mardi 1er juillet, la troupe de théâtre de l'AESCL, les Extrapantins, a proposé une représentation de leur pièce " Le Dancefloor ".

Une centaine de personnes étaient présentes pour savourer un beau spectacle.

Une partie des bénéfices sera reversée à l'association Cadet Roussel.

Merci pour la générosité de toutes les personnes présentes.

Revoir cette pièce sur le lien ci-dessous >>

Le Dancefloor par les Extrapantins d'Eterville  
<https://www.youtube.com/watch?v=0QMH5p07eCo>

### NEWSLETTER

Abonnez vous pour être averti des nouveaux articles publiés.

Indiquez votre email ici

### PAGES

- Accueil
- a- Pistes
- b- Zumba
- c- Zumba débutants
- d- Gymnastique d'entretien
- e- Gymnastique seniors SENIOR
- f- Renforcement postural
- g- Yoga
- h- Bréatance
- i- Marche nordique
- j- Randonnée pédestre
- k- Théâtre pour enfants et adultes
- l- Jeux de société
- m- Tiro et Bêtae
- n- Pelanque
- o- Les membres de l'A.E.S.C.L.
- p- BULLETIN D'INSCRIPTION
- q- Règlement intérieur
- r- Contact

### CATEGORIES