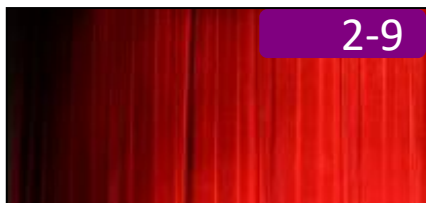


les activités gometziennes



**préparez vos loisirs
2023-2024**

Sommaire



2-9

**activités
culturelles**



10-20

**activités
musicales**



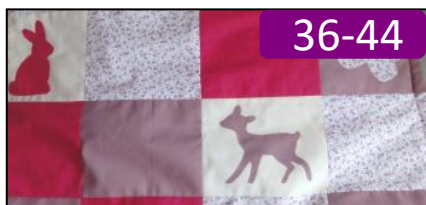
22-33

**activités
sportives**



34-35

**activités
de bien-être**



36-44

**activités
de loisirs**



les activités gometziennes

Mairie de Gometz la Ville
Place de la Mairie
91400 Gometz la Ville

Tel. : 01 60 12 08 03

adresse mail :
mairie@gometzlaville.fr

site de la mairie :
www.mairie-gometzlaville.fr

Directeur de la publication :
Edwige Huot-Marchand

Responsable de la rédaction :
Estelle Guyot
et le comité de rédaction

Création et réalisation :
Estelle Guyot

Crédit photos :
Estelle Guyot, Edwige Huot-
Marchand, J.M. Sattonnay, Agnès
Maurin, Michel Lajugie, Philippe
Dumont, Alain Paris, Bernard Lloret,
Ken Grainger, Alexia Beaufiles,
Ophélie Lafouasse, Marion Lopez,
Didier Veronneau.

Editeur :
Mairie de Gometz la Ville
91400 Gometz la Ville

Impression :
Imprimerie de la CCPL
N°ISSN 1279-9564

Contacts



Ces activités culturelles, musicales, sportives, de loisirs, de bien-être sont organisées par les associations gometziennes et amies

ADAPS 91

Présidente :
Agnès MAURIN
0172484235
adaps91@sfr.fr

Amigoville

Présidente :
Claire PESCHEUX
09 72 54 83 61 (répondeur)
contact@amigoville.org

Animusic

Président :
Yves PENN
06 73 74 81 40
yveton.penn@gmail.com
animusic.farfadets@gmail.com

Atelier choral gometzien

Présidente :
Annick DENIS
06 10 47 38 39
denis.annick@wanadoo.fr

Bibliothèque municipale

Présidente :
Madame le Maire
de Gometz la Ville
01 60 12 42 18
mairie@gometzlaville.fr

Caisse des Écoles

Présidente :
Madame le Maire
de Gometz la Ville
Mairie : 01 60 12 08 03

Vice-présidente :

Laetitia MOLINA
06 64 77 37 38
cdegometz@gmail.com

Club des Seniors

Présidente :
Patricia ROUSSET
patricia.rousset@gmail.com

Comité de Jumelage

Président :
Pierre TRINQUET
01 60 12 30 27
trinquet.soubret@gmail.com

Culture, Fêtes et Sports

Président :
Didier VERONNEAU
06 85 03 78 03
veronneau.didier@neuf.fr

Dream Danse 91

Président :
Michel LAJUGIE
06 60 42 04 33
dreamdanse91@gmail.com

Ocalyse des Arts

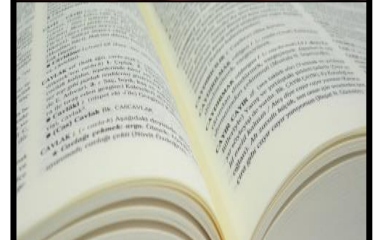
Directrice Artistique :
Ophélie LAFOUASSE
06 12 33 50 26
ocalycesdesarts@gmail.com

Pinceaux Passion

Animatrice :
Violette VERGELY
06 88 07 50 46
pv.vergely@orange.fr

Potago

Présidente :
Marion LOPEZ
06 50 76 47 77
potago@laposte.net



EDITO

« Enfants, ados, parents et Séniors... je suis sûre qu'en parcourant ce guide, vous trouverez l'activité qui vous permettra de bouger, apprendre, approfondir, vous détendre et partager de bons moments entre voisins et amis.

Ces activités 2023-2024, orchestrées par les associations de notre village, dynamiques et engagées depuis quelques années pour certaines, voire des décennies pour d'autres, vous permettront de profiter de loisirs de qualité à proximité de chez vous afin de gagner en temps et en qualité de vie.

Le Conseil municipal soutient ces associations en leur allouant une subvention substantielle pour leurs projets d'activités et d'animations du village dans le but d'élargir le choix culturel, sportif et de loisirs pour tous.

Il met à disposition les locaux, les fluides, le matériel, l'entretien et souvent le personnel municipal pour des aides diverses, ce qui représente en équivalence « Dépenses » une part non négligeable du budget communal qui entre sur une ligne intitulée « Subventions indirectes aux associations » au profit de tous.

Privilégiez les inscriptions directement auprès des associations et animateurs dont les coordonnées sont renseignées dans les pages correspondantes. Je vous donne rendez-vous au Forum des associations et activités de la vie gometzienne le samedi 09 septembre de 10h00 à 18h00 au foyer rural pour prendre des renseignements et récupérer vos bulletins d'adhésions.

Les différents cours débuteront la semaine du lundi 11 septembre 2023 pour se terminer le dimanche 23 juin 2024 et seront suspendus pendant toutes les vacances scolaires.

Bien à vous,



Estelle Guyot

Adjointe chargée des relations avec les Associations, des animations culturelles et sportives et de la Communication.



Accès direct au site
de Gometz la Ville



Visez le QR code
et cadrez-le

Accès direct à notre
page Facebook
de Gometz la Ville



Visez le QR code
et cadrez-le

HISTOIRE DE GOMETZ LA VILLE 1^{ER} VOLUME CHRONIQUES DE PIERRE ROUSSEAU



FAIRE PARLER LES RICHESSES DE NOTRE PATRIMOINE – AMIGOVILLE

AmiGoVille ou Les Amis de Gometz La Ville vous invitent :

- À un voyage dans le temps pour découvrir l'Histoire, grâce aux écrits que nous a laissés M. Pierre Rousseau qui a retracé les faits historiques de notre territoire. Avec l'aide de Béatrice Quinio, graphiste professionnelle, une équipe de rédaction d'AmiGoVille a commencé à les illustrer, à les enrichir et à vous les restituer pour qu'ils soient redécouverts et appréciés de tous. Le premier volume sortira pour le Forum le 9 septembre 2023. Réservez-le en ligne sur amigoville.org.
- À une rencontre avec nos aînés qui ont connu l'évolution de notre village au cours du siècle dernier et qui nous confient leurs précieux souvenirs.
- À une découverte des lieux et constructions remarquables qui font la richesse de notre village, l'église, le château de Belleville, les fermes, le lavoir, les bornes, les bois et chemins ruraux...
- À un partage de musique et de vie culturelle à travers les concerts très variés de musique baroque, de musique classique ou de jazz en passant par la musique celtique ; ou à une découverte d'expositions et conférences...
- Enfin à une prise de conscience de la valeur de notre héritage et à l'urgence de préserver sa biodiversité chacun à sa mesure en récupérant les eaux de pluie, en réduisant les emballages, en semant des fleurs mellifères...

AmiGoVille ou Les Amis de Gometz La Ville vous invitent :

- Au forum le samedi 9 septembre 2023 au foyer rural pour vous proposer le premier volume des chroniques de M. Rousseau au prix de 10 € (5€ pour les adhérents) et vous inscrire aux activités qui vous tentent.
- Au prochain concert le dimanche 1^{er} octobre à 17h00 à l'église.
- À fêter le 27 avril 2024 le centenaire du centre de secours des pompiers volontaires de Gometz La Ville avec la collaboration des Pompiers de Gif-sur-Yvette.

Dès maintenant, nous souhaitons l'adhésion du plus grand nombre des anciens et nouveaux habitants. Nous avons besoin du dynamisme et des suggestions de chacun et vous proposons de faire un pas tous ensemble vers la responsabilisation devant le dérèglement climatique. Nous vous proposons aussi de mettre en valeur notre patrimoine et de faire la fête avec les jeunes et les aînés autour de la nature, de l'histoire et de l'architecture....

Les tarifs : **Résidents ou Non-résidents sur Gometz la Ville**

Adhésion individuelle 6 €

Dons à AmiGoVille déductibles fiscalement

L'association AmiGoVille a reçu l'accord de la Direction Générale des Finances Publiques (DGFP) pour que les dons, hors adhésions, qui lui sont consentis pour son action culturelle et de valorisation du patrimoine de Gometz-la-Ville bénéficie d'une réduction fiscale de 66% pour les particuliers et de 60% pour les entreprises (DGFP d'Evry le 5/02/2019).

1 place de la Mairie
91400 GOMETZ LA VILLE
Téléphone : 09 72 54 83 61
contact@amigoville.org
<https://amigoville.org>





THÉÂTRE ENFANTS : 4 À 6 ANS - LES FARFADETS D'ANIMUSIC

Le théâtre est pour l'enfant un moyen d'acquérir une certaine aisance gestuelle et verbale. Il l'oblige à contrôler son rapport avec les autres. L'apprentissage se fait à l'aide de jeux, d'utilisation de l'imaginaire, d'exercices d'expression et de comportement scénique.

L'année se terminera par un spectacle qui est préparé tout au long des ateliers.

Nota : Nous nous réservons la liberté du choix des groupes pour chaque enfant en fonction de sa maturité.

Programme de l'année :

- Le 21 octobre 2023 : Participation à la veillée de contes et légendes, l'occasion d'une première expérience ...
- Le 29 juin 2024 : La saga des Farfadets vous présentera la pièce préparée lors de l'année :
« NOTRE Petite Histoire de France »
Inspirée de la série télé « La petite histoire de France » mais revue (et créée) par les Farfadets.
Les grands événements et les célébrités de l'Histoire sont entourés de personnages et anecdotes oubliés. Il est temps de réparer cette injustice...

L'animateur :

Philippe DUMONT
06 03 97 95 31
philou.demon@free.fr

Le format du cours :

Cours collectif d'1 heure.

Les horaires :

4 à 6 ans : Mercredi de 15h30 à 16h30

Lieu :

Foyer rural : grande salle du rez de chaussée.

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Animusic) :

Résidents sur Gometz la Ville
150€

Non-résidents sur Gometz la Ville
160€



Adhésion à Animusic

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Animusic, moyennant le versement d'une adhésion de 10€ par personne.



THÉÂTRE PRÉ-ADOS 7 À 12 ANS - LES FARFADETS D'ANIMUSIC

Le théâtre est pour le pré-ado un moyen d'acquérir une certaine aisance gestuelle et verbale. Il l'oblige à contrôler son rapport avec les autres.

L'apprentissage se fera à travers des jeux d'expression, d'improvisation, de diction, de comportement scénique et d'utilisation de l'imaginaire.

Outre le jeu d'acteur, les enfants et pré-ados participeront à l'organisation, décors, affiche, costumes, etc. ...

Nota : Nous nous réservons la liberté du choix des groupes pour chaque enfant en fonction de sa maturité.



Programme de l'année :

- Le 21 octobre 2023 : Participation à la veillée de contes et légendes, l'occasion d'une première expérience ...
- Le 29 juin 2024 : La saga des Farfadets vous présentera la pièce préparée lors de l'année :
« NOTRE Petite Histoire de France »
Inspirée de la série télé « La petite histoire de France » mais revue (et créée) par les Farfadets.
Les grands événements et les célébrités de l'Histoire sont entourés de personnages et anecdotes oubliés. Il est temps de réparer cette injustice...

L'animateur :

Philippe DUMONT

06 03 97 95 31

philou.demon@free.fr

Le format du cours :

Cours collectif d'1 heure.

Les horaires :

7 à 12 ans : Mercredi de 16h45 à 17h45 et Vendredi de 18h à 19h

Lieu :

Foyer rural : grande salle du rez de chaussée.

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Animusic) :

Résidents sur Gometz la Ville

150€

Non-résidents sur Gometz la Ville

160€

Adhésion à Animusic

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Animusic, moyennant le versement d'une adhésion de 10€ par personne.



THÉÂTRE ADOS : 13 À 18 ANS – LES FARFADETS D'ANIMUSIC

Quel est l'intérêt d'un tel atelier ?

Suite logique des farfadets enfants et pré-ados, le théâtre ados permet de travailler en équipe et, dans celle-ci, découvrir et épanouir sa personnalité, de parvenir à une bonne diction, utile pour un examen, un entretien, un contact avec les autres.

Le geste et l'espace sont aussi étudiés, ce qui donne de l'assurance dans les déplacements.

La mémorisation progresse, et, pour certains, il est possible de préparer l'option théâtre du baccalauréat.

Nota : Nous nous réservons la liberté du choix des groupes pour chaque enfant en fonction de sa maturité.

Programme de l'année :

- Le 21 octobre 2023 : Participation à la veillée de contes et légendes, l'occasion d'une première expérience ...
- Le 29 juin 2024 : La saga des Farfadets vous présentera la pièce préparée lors de l'année :
« NOTRE Petite Histoire de France »
Inspirée de la série télé « La petite histoire de France » mais revue (et créée) par les Farfadets.
Les grands événements et les célébrités de l'Histoire sont entourés de personnages et anecdotes oubliés. Il est temps de réparer cette injustice...

L'animateur :

Philippe DUMONT

06 03 97 95 31

philou.demon@free.fr

Le format du cours :

Cours collectif d'1 heure.

Les horaires :

13 à 18 ans : Mercredi de 18h à 19h

Lieu :

Foyer rural : grande salle du rez de chaussée

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Animusic) :

Résidents sur Gometz la Ville

150€

Non-résidents sur Gometz la Ville

160€



Adhésion à Animusic

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Animusic, moyennant le versement d'une adhésion de 10€ par personne.



THÉÂTRE ADULTES – ASSOCIATION « CULTURE, FÊTES ET SPORTS »

La Troupe du théâtre adultes de Culture, Fêtes et Sports est composée d'une douzaine de comédiens amateurs. Si l'expérience vous tente, rejoignez-les pour préparer leur spectacle qui est en général une pièce de boulevard.



Ce spectacle sera joué 4 fois devant un public de Gometziens, puis sur la scène de communes voisines.

Après avoir joué «Le Père Noël est une ordure», «Le ruban» de Feydeau, « On déride Grand-Mère », « Au Cerf qui brame », « Rififi et charentaises », « Du génie dans la peinture », « Je veux voir Mioussov » et « L'Héritage Américain », nous allons commencer à monter une nouvelle pièce pour 2024.

L'animateur :

Pierre TRINQUET

01 60 12 30 27

trinquet.soubret@gmail.com

Le format du cours :

Tous les vendredis soir les comédiens se retrouvent au foyer rural pour travailler le spectacle qui sera présenté au public. Il n'y a pas de cours pour débutant, mais mise en commun d'un savoir-faire acquis au long des spectacles qui ont été montés.

Les horaires :

Vendredi : de 20h45 à 23h30

Lieu :

Foyer rural : grande salle du rez de chaussée

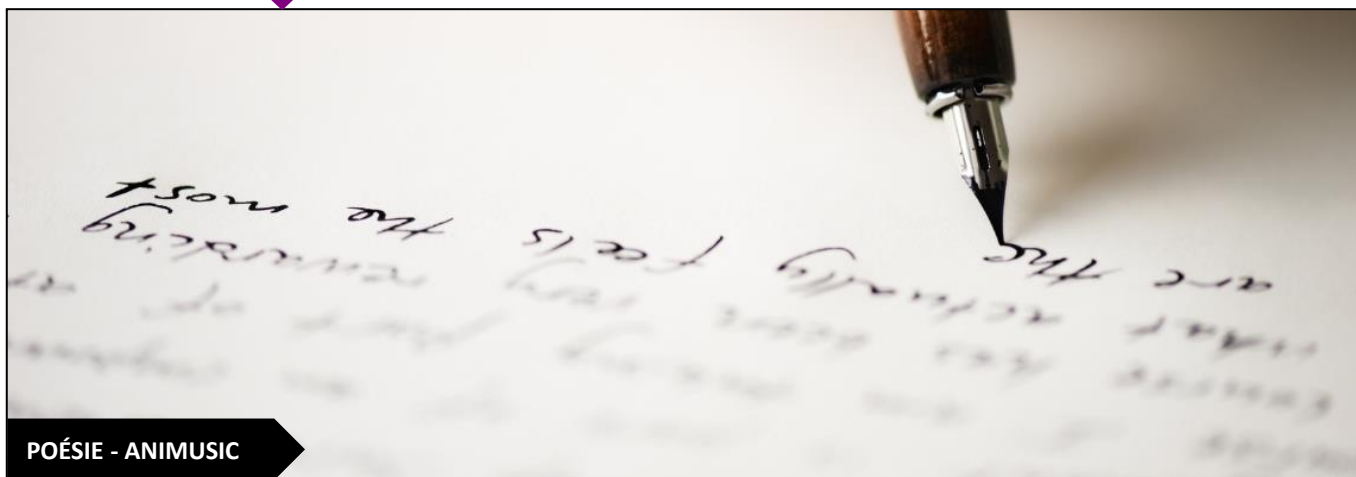
Les tarifs (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports) :

Résidents ou non-résidents sur Gometz la Ville

Gratuit (seule l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports est nécessaire)

Adhésion à l'association « Culture, Fêtes et Sports »

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à l'association « Culture, Fêtes et Sports », moyennant le versement d'une adhésion de 10€ pour les adultes, 5€ pour les étudiants.



POÉSIE - ANIMUSIC



Poètes chevronnés ou débutants, pendant de nombreuses années, nous organisons le PRINTEMPS DE LA POESIE.

Nous vous proposons ce club afin d'organiser, à nouveau, cette fête culturelle et festive.

L'activité consistera à se réunir pour mettre en commun et réaliser toutes nos idées, même (surtout!) les plus folles...

Trouver les idées de thèmes, amener ses poésies ou celles qui nous touchent, s'ouvrir aux autres clubs poètes alentours.

Et s'ouvrir aux autres arts : peinture, musique, danse, théâtre...

Si ce projet vous intéresse, si vous avez envie d'y participer, appelez-nous pour vous inscrire.

L'animateur :

Philippe DUMONT

06 03 97 95 31

philou.demon@free.fr

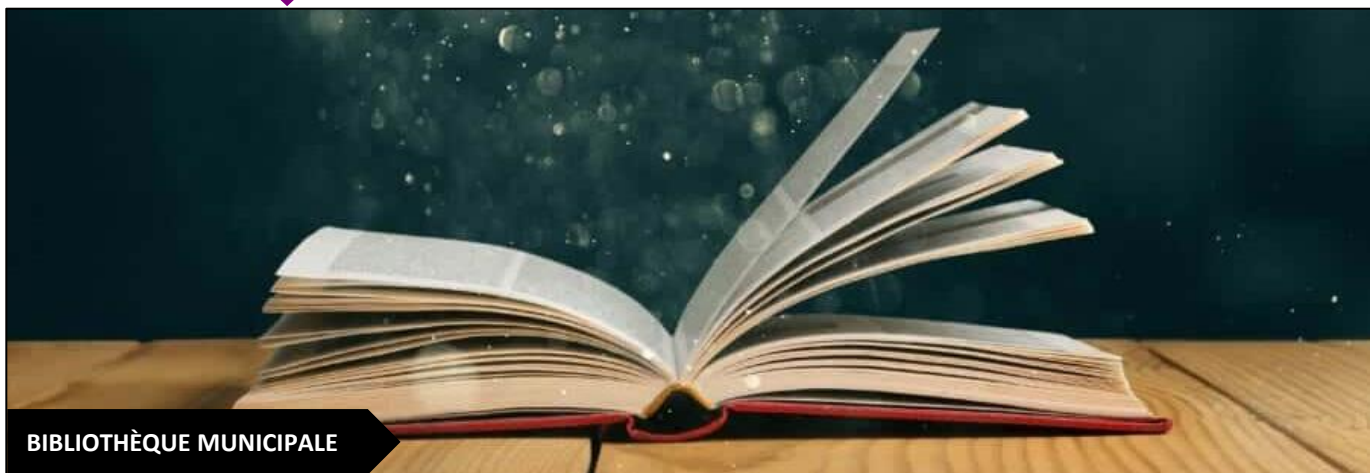
Les tarifs :

Résidents ou non-résidents sur Gometz la Ville

Adhésion uniquement à Animusic

Adhésion à Animusic

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Animusic, moyennant le versement d'une adhésion de 10€ par personne.



BIBLIOTHÈQUE MUNICIPALE

De nombreux livres sont à votre disposition avec les catégories romans adultes, adolescents, enfants, mais aussi BD, mangas, histoires à écouter et tout type de collections de "Quelle histoire", en passant par " J'aime Lire", et bien d'autres encore

N'hésitez pas à venir vous inscrire que vous soyez seul ou en famille, et partager un moment de convivialité avec nous !

Grâce aux achats réguliers de livres, plus de 9.000 références de livres adultes et enfants vous attendent dans un cadre convivial et cocooning afin de prendre le temps de lire en toute quiétude.



De nombreuses nouveautés littéraires pour tous les âges - enfants, ados et adultes - tout au long de l'année, un nouveau site internet et une application à la rentrée pour voir toutes les nouveautés et trouver votre bonheur de manière plus simple et depuis chez vous !

Le Contact

mairie@gometzville.fr
Bibliothèque : 01 60 12 42 18

Les horaires

Mercredi : de 18h30 à 19h30
Samedi : de 10h00 à 12h00
Ouvertures ponctuelles pendant les vacances scolaires.

Les tarifs

Résidents sur Gometz la Ville
GRATUIT

Non-résidents sur Gometz la Ville
Adultes : 17€ par an
Enfants : 5€ par an





COMITÉ DE JUMELAGE

© Copyright Ken Grainger

Gometz la Ville est jumelée depuis 1995 avec High Ham, un village anglais de 800 habitants, situé au sud-ouest du Royaume-Uni.



Au fil des ans, le Comité a constaté l'intérêt faiblissant des habitants de Gometz la Ville pour le Jumelage, intérêt d'ailleurs similaire à celui que manifestent nos amis anglais. Cet essoufflement est normal et le lot de tout Jumelage.

Le Comité a décidé de préserver les contacts établis et de maintenir des relations de courtoisie avec High Ham, tout en examinant de nouvelles pistes.

N'hésitez pas à nous contacter dès à présent, si vous souhaitez nous faire part de vos suggestions quant aux activités du Comité.

L'animation de la commune passe aussi par le Comité de Jumelage.

Le Contact

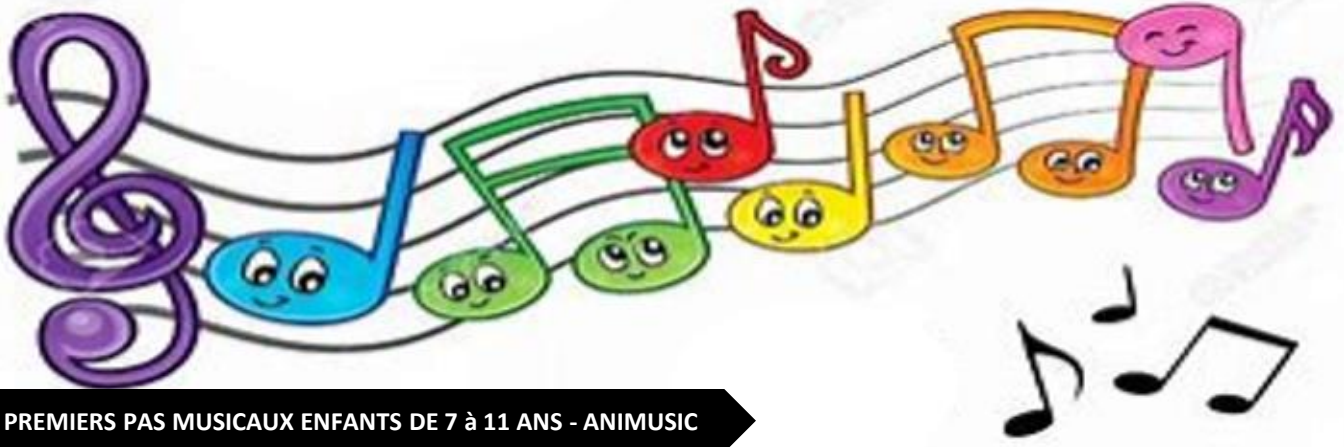
Pierre TRINQUET

01 60 12 30 27

trinquet.soubret@gmail.com

Comment adhérer au Comité de Jumelage ?

Le comité de jumelage est au service de tous les gometziens qui en sont tous « Membre » sans adhésion.



PREMIERS PAS MUSICAUX ENFANTS DE 7 à 11 ANS - ANIMUSIC

Initiation à la musique, aux instruments et à l'écriture musicale sous forme de jeux, de contes et de chants.

Tout en t'amusant, viens découvrir les sons, l'histoire des notes, les instruments, les styles de musique, les musiciens...

L'animateur :

Philippe DUMONT
06 03 97 95 31
philou.demon@free.fr

Le format du cours :

Cours collectif de 60 minutes.

Les horaires :

Mercredi de 11h00 à 12h00

Lieu :

Foyer rural : salle de musique.

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Animusic) :

Résidents sur Gometz la Ville

190 €

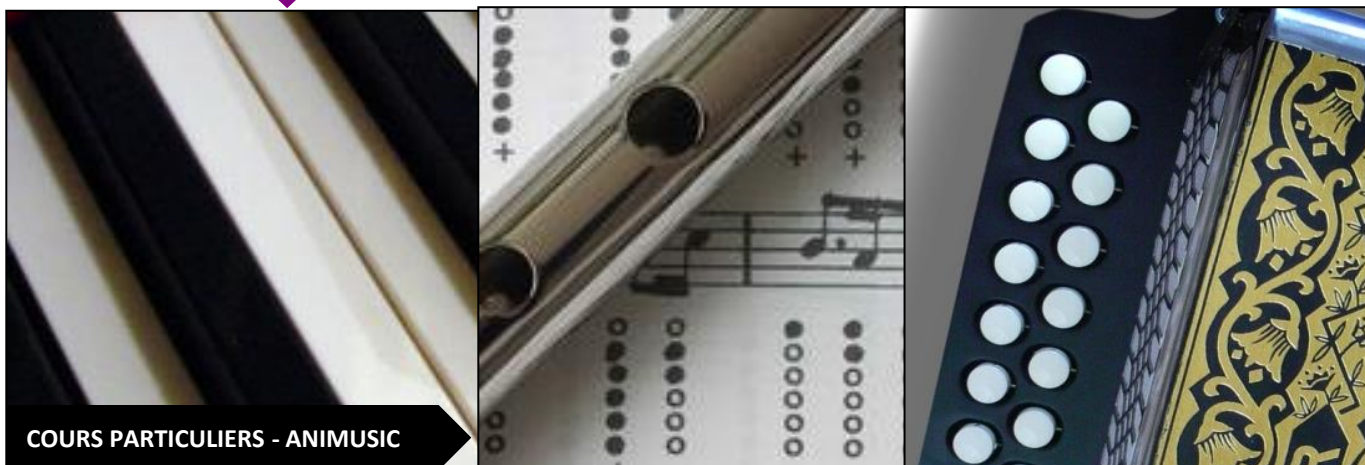
Non-résidents sur Gometz la Ville

200 €



Adhésion à Animusic

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Animusic, moyennant le versement d'une adhésion de 10€ par personne.



COURS PARTICULIERS - ANIMUSIC

Pédagogie basée sur « Les Méthodes Actives ». Découverte de l'instrument par le jeu. Les cours incluent l'apprentissage du solfège.

Apprenons avant tout à faire aimer l'instrument, aimer à en jouer et le reste suivra.

« La musique est la langue des émotions. » (E. Kant)

Le répertoire étudié évolue en fonction des demandes de l'élève.

Cours à partir de 7 ans.

Cours proposés :

- Piano
- Flûte Irlandaise
- Accordéon Diatonique
- Dulcimer
- Chant

L'animateur :

Philippe DUMONT

06 03 97 95 31

philou.demon@free.fr

Le format du cours :

Cours individuel de 30 minutes.

Les horaires :

Jour et heure à définir avec le professeur.

Lieu :

Foyer rural : salle de musique.

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Animusic) :

Résidents sur Gometz la Ville

700 €

Non-résidents sur Gometz la Ville

750 €



Adhésion à Animusic

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Animusic, moyennant le versement d'une adhésion de 10€ par personne.



ACCORDÉON DIATONIQUE – ANIMUSIC



Apprentissage sous forme de petits groupes (2 à 6) à partir de 9 ans.

Préparation à un répertoire dans le but de participer aux bals traditionnels organisés par Animusic ainsi qu'aux bals et/ou concerts organisés par d'autres.

Deux bals sont organisés dans l'année. : en octobre et en avril.

Possibilité d'apprendre à jouer en chantant.

L'animateur :

Philippe DUMONT
06 03 97 95 31
philou.demon@free.fr

Le format du cours :

Cours collectif de 30 minutes minimum évoluant en fonction du nombre d'élèves.

Les horaires :

Mercredi de 19h15 à 20h15

Lieu :

Foyer rural : Salle de musique.

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Animusic) :

Résidents sur Gometz la Ville :

270 €

Non-résidents sur Gometz la Ville :

300 €

Adhésion à Animusic

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Animusic, moyennant le versement d'une adhésion de 10€ par personne.



GUITARE - ANIMUSIC



La guitare, instrument de composition ou d'interprétation à part entière, c'est aussi l'ami nomade pour l'accompagnement de tout rassemblement en famille, entre amis ...
Le professeur d'Animusic est prêt à vous faire découvrir et aimer cet instrument passionnant. Il propose l'apprentissage et le perfectionnement.
Méthode avec ou sans solfège (tablature).

L'animateur :

François DEJEAN
06 82 13 37 42
francois.dejean@wanadoo.fr

Le format du cours :

Cours individuel de 30 minutes.

Les horaires :

Mardi ou vendredi à partir de 17h00.
(Horaire précis à définir avec le professeur)

Lieu :

Foyer rural : salle de musique.

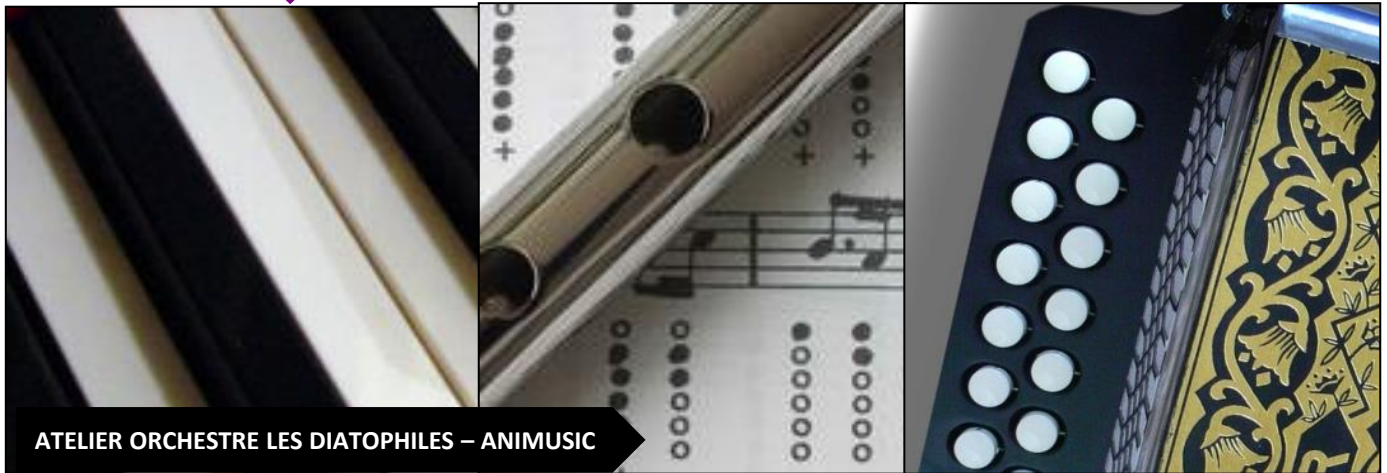
Les tarifs (en plus de l'adhésion à Animusic) :

Résidents sur Gometz la Ville
700 €

Non-résidents sur Gometz la Ville
750 €

Adhésion à Animusic

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Animusic, moyennant le versement d'une adhésion de 10€ par personne.



ATELIER ORCHESTRE LES DIATOPHILES – ANIMUSIC

Groupe constitué par les élèves de musique (accordéon, piano, guitare, chant...) et ouvert à toute personne voulant participer à des animations sur les marchés, dans les écoles, EHPAD, festivals....



Les animateurs :

Philippe DUMONT

06 03 97 95 31

philou.demon@free.fr

Yves PENN

06 73 74 81 40

yveton.penn@gmail.com

Le format du cours :

1 samedi par mois de 14h00 à 18h00

Lieu :

Foyer rural : grande salle du rez de chaussée.

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Animusic) :

Résidents sur Gometz la Ville :

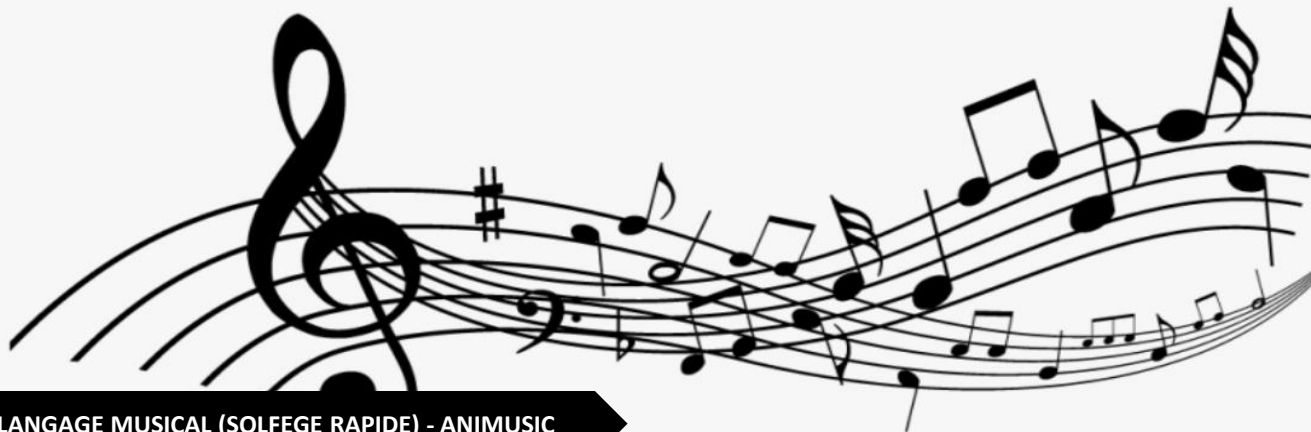
5 €

Non-résidents sur Gometz la Ville :

8 €

Adhésion à Animusic

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Animusic, moyennant le versement d'une adhésion de 10€ par personne.



LANGAGE MUSICAL (SOLFÈGE RAPIDE) - ANIMUSIC

Méthode de lecture de solfège rapide, sans instrument.

Cette méthode (AsPAM) permet d'apprendre rapidement à lire les partitions de façon intuitive.

Créée, au départ, pour les chanteurs, choristes, chefs de choeurs... elle se révèle également efficace pour les instrumentistes.

Les cours sont vivants (petits exercices, challenges et jeux) et ne demandent que peu d'entraînement à la maison.

Cours à partir de 12 ans.

L'animateur :

Philippe DUMONT

06 03 97 95 31

philou.demon@free.fr

Le format du cours :

Cours collectif d'1 heure.

Les horaires :

Mercredi de 20h30 à 21h30.

Lieu :

Foyer rural : salle de musique.

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Animusic) :

Résidents sur Gometz la Ville

190 €

50€ pour les élèves d'instruments Animusic

Non-résidents sur Gometz la Ville

200 €

50€ pour les élèves d'instruments Animusic



Adhésion à Animusic

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Animusic, moyennant le versement d'une adhésion de 10€ par personne.



CHANT SCÉNIQUE ENFANTS 9-14 ANS / ADOS ET ADULTES – ANIMUSIC



« Nous vous proposons de rejoindre le cours de chant dans lequel on apprend à chanter soit en groupe, soit en solo.

Ne confondez pas avec le chant choral, nous, c'est du chant scénique.

Chantez ce que vous voulez et améliorez votre voix.

Ces cours sont en plus très amusants et il y a un vrai esprit de convivialité.

Ouvert aux filles comme aux garçons, on s'intègre rapidement et, pour être franche, il n'y a pas un cours où l'on ne rigole pas...

Si l'on veut s'améliorer ou juste parce qu'on aime bien chanter, nous sommes là pour ça.

A la fin de l'année, on se produira alors dans un ou plusieurs endroits. (mais si on ne veut vraiment pas, on peut juste venir au cours)

En tout cas j'espère que ce message vous a donné envie d'y venir et de vous inscrire. »

(texte écrit par une élève du cours de chant.)

L'animateur :

Philippe DUMONT

06 03 97 95 31

philou.demon@free.fr

Le format du cours :

1 heure minimum, mais durée variable suivant le nombre d'élèves.

Les horaires et lieu :

Ados / Adultes : Horaire et lieu à définir.

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Animusic) :

Résidents sur Gometz la Ville

270 €

Non-résidents sur Gometz la Ville

300 €

Adhésion à Animusic

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Animusic, moyennant le versement d'une adhésion de 10€ par personne.



COMÉDIE MUSICALE ADULTES – ANIMUSIC

Théâtre et chant mêlés, la comédie musicale est omniprésente sur les scènes du monde entier depuis plusieurs siècles.



Venez découvrir et participer à la création d'un spectacle musical que nous représenterons lors d'une soirée repas-spectacle le samedi 3 décembre (pour soutenir l'AFM-Téléthon), ainsi que début juillet lors de la fête d'Animusic.

Alors acteurs, chanteurs, débutants ou chevronnés : il n'y a rien qui ne puisse s'apprendre, venez nous rejoindre pour cette aventure !

L'animateur :

Philippe DUMONT
06 03 97 95 31
philou.demon@free.fr

Le format du cours :

A partir de 16 ans.

Les horaires :

Répétitions de 1h minimum, variable en fonction du nombre d'élèves.
Mardi à partir de 20h00.

Lieu :

Foyer rural : grande salle du rez de chaussée.

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Animusic) :

Résidents sur Gometz la Ville

270 €

Non-résidents sur Gometz la Ville

300€

Adhésion à Animusic

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Animusic, moyennant le versement d'une adhésion de 10€ par personne.



ATELIERS MUSICAUX ENFANTS, ADOS – ASSOCIATION « CULTURE, FÊTES ET SPORTS »

Les ateliers musicaux ont pour vocation de :

- donner envie aux enfants de poursuivre l'apprentissage d'un instrument par le plaisir de jouer en groupe,
- développer l'écoute musicale et la synchronisation entre instruments,
- partager des moments de musique et de convivialité.



Instrument(s) :

Guitare, batterie, clavier, cuivre, ... mais aussi chant...

L'animateur :

Vincent LEPINAUD (Professeur diplômé)

06 14 09 53 94

vincent.lepinaux@gmail.com

Le format du cours (5 inscrits minimum par cours) :

Cours collectif d'1h les enfants (-12 ans).

Cours collectif d'1h15 pour les ados (+12 ans).

Les horaires :

Mercredi après-midi.

(Horaires confirmés en septembre)

Lieu :

Foyer rural : salle du fond rez de jardin.

Les tarifs enfants -12 ans (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports) :

Résidents ou non- résidents sur Gometz la Ville

285 €

Les tarifs ados + 12 ans (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports) :

Résidents ou non- résidents sur Gometz la Ville

355 €

Adhésion à l'association « Culture, Fêtes et Sports »

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à l'association « Culture, Fêtes et Sports », moyennant le versement d'une adhésion de 5€ pour les moins de 18 ans et les étudiants.



ATELIERS MUSICAUX ADULTES – ASSOCIATION « CULTURE, FÊTES ET SPORTS »

Les ateliers musicaux ont pour vocation de :

- donner envie aux participants de poursuivre l'apprentissage d'un instrument par le plaisir de jouer en groupe,
- développer l'écoute musicale et la synchronisation entre instruments,
- partager des moments de musique et de convivialité.



Instruments :

Guitare, batterie, clavier, cuivre, ... mais aussi chant...

L'animateur :

Vincent LEPINAUD (Professeur diplômé)

06 14 09 53 94

vincent.lepinaux@gmail.com

Le format du cours (5 inscrits minimum par cours) :

Cours collectif d'1h15 pour les adultes.

Les horaires :

Mercredi soir.

(Horaires confirmés en septembre)

Lieu :

Foyer rural : salle du fond rez de jardin.

Les tarifs adultes (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports) :

Résidents ou non- résidents sur Gometz la Ville

355 €

Adhésion à l'association « Culture, Fêtes et Sports »

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à l'association « Culture, Fêtes et Sports », moyennant le versement d'une adhésion de 10€ pour les adultes, 5€ pour les moins de 18 ans et les étudiants.



L'ATELIER CHORAL GOMETZIEN

Créé depuis bientôt 8 ans par la cheffe de chœur Edwige Huot-Marchand, l'Atelier Choral Gometzien se porte bien, même très bien : lors de la dernière session 2022-2023, près de 40 participants s'y sont inscrits sous la direction d'Edwige Huot-Marchand et de Françoise Mousset, en temps que Cheffes de Chœur. Et de fait un choix de chants très variés, pour le plaisir de tous, a motivé et enthousiasmé les choristes, venant de Gometz La Ville mais aussi de Gometz le Chatel, Gif, Bures et Marcoussis ...

Son succès : permettre à toutes et tous, de venir chanter pour le plaisir et de partager cette envie dans une ambiance détendue, amicale et joyeuse.

Venez nous rencontrer lors du Forum des Associations de Gometz la Ville le samedi 9 septembre 2023, nous vous ferons partager notre enthousiasme et vous présenterons notre programme de chants pour cette nouvelle session !

La pédagogie :

Acquisition rapide des morceaux, bases de l'écriture musicale, apprendre à libérer sa voix.

Echauffement, respiration, technique vocale, vocalises , rythme et polyphonie par le chant choral à plusieurs voix.

Les cheffes de chœur :

Edwige HUOT-MARCHAND

06 11 20 66 26

hm_ed@yahoo.fr

Françoise MOUSSET

06 07 45 57 23

jpfmousset@gmail.com

Le format du cours :

Cours collectif

Les horaires :

Mardi : de 17h30 à 19h30

Lieu :

Foyer rural : Grande salle du rez de chaussée.

Le tarif (en plus de l'adhésion à l'Atelier Choral Gometzien) :

gratuit

Adhésion à l'Atelier Choral Gometzien

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à l'Atelier Choral Gometzien, moyennant le versement d'une cotisation d'adhésion de 25€ par personne.



JUDO ENFANTS À PARTIR DE 5 ANS ET PRÉADOS – ASSOCIATION « CULTURE, FÊTES ET SPORTS »

Le Judo est un art de défense, une discipline éducative riche et variée et un sport complet et attractif. Il permet à de nombreux enfants d'acquérir un équilibre physique et mental harmonieux, tout en se défoulant avec plaisir.

Après une période d'échauffement, la section Judo de Culture, Fêtes et Sports propose aux enfants de nombreux exercices et mises en situation qui leur permettent d'apprendre à se contrôler tout en s'amusant, et d'acquérir les techniques de cet Art.

La section Judo est adhérente à la Fédération Française de Judo et tous ses Adhérents y sont licenciés.

Il est nécessaire de fournir un certificat médical d'aptitude à la pratique du judo (garder un double chez soi).

Différentes compétitions seront proposées aux enfants au cours de l'année.

Pour les adhérents qui souhaitent participer à des compétitions, la licence est obligatoire et le certificat médical doit mentionner « pratique du Judo en compétition »

L'animateur

Yoann GASTEBOIS

06 22 61 41 93

yoann-gastebois@outlook.fr

Le format du cours :

Cours collectif de 45 minutes pour les enfants à partir de 5 ans.

Cours collectif de 75 minutes pour les pré-ados.

Les horaires :

Enfants : Jeudi de 18h00 à 18h45

Pré-ados : Jeudi de 18h45 à 20h00

Lieu :

Foyer rural : grande salle du rez de chaussée.

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports) :

Résidents sur Gometz la Ville

148€ pour les enfants

178€ pour les pré-ados

Non-résidents sur Gometz la Ville

158€ pour les enfants

188€ pour les pré-ados



Adhésion à l'association « Culture, Fêtes et Sports »

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à l'association « Culture, Fêtes et Sports », moyennant le versement d'une adhésion de 5€ pour les moins de 18 ans.



Sur Gometz la Ville, le Football se pratique en mode Loisirs.

En dehors des séances d'entraînement, les enfants participeront à quelques rencontres amicales avec d'autres villages de la région.



L'animateur

Benjamin CLAIRAC
06 07 95 94 73

Cours foot enfants et préados (minimum de 10 participants) :

Cours collectif : 1h30

Les horaires (horaires confirmés en septembre) :

- 6 - 10 ans : samedi de 09h30 à 11h00
- 11 - 15 ans : samedi de 11h00 à 12h30

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports) :

Résidents ou non-résidents sur Gometz la Ville

178 €

Il est nécessaire de fournir un certificat médical d'aptitude à la pratique du football.

Adhésion à l'association « Culture, Fêtes et Sports »

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à l'association « Culture, Fêtes et Sports », moyennant le versement d'une adhésion de 5€ pour les moins de 18 ans.



FOOTBALL LOISIRS JEUNES (+ 15 ANS) ET ADULTES – ASSOCIATION « CULTURE, FÊTES ET SPORTS »

Sur Gometz la Ville, le Football se pratique en mode Loisirs pour les + de 15 ans et les adultes.

Le format :

Foot loisirs pendant 2H00.

Les horaires :

Dimanche : de 10h00 à 12h00.

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports) :

Résidents ou non-résidents sur Gometz la Ville

15 €

Il est nécessaire de fournir un certificat médical d'aptitude à la pratique du football.

L'animateur

Benjamin CLAIRAC

06 07 95 94 73



Adhésion à l'association « Culture, Fêtes et Sports »

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à l'association « Culture, Fêtes et Sports », moyennant le versement d'une adhésion de 10€ pour les adultes, 5€ pour les moins de 18 ans et les étudiants.



L'animateur

Julien LIBE
06 03 11 80 45

Le format du cours :

25 séances en cours collectif de 60 minutes (Licence comprise)

Les horaires :

Mercredi ou samedi après-midi (horaires confirmés à l'inscription)
+ accès libre aux terrains de tennis

Inscriptions et renseignements :

tennisclubgometz.cfs@gmail.com

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports) :

Résidents sur Gometz la Ville

Inscription et licence : 185 €

Non-résidents sur Gometz la Ville

Inscription et licence : 205 €



Il est nécessaire de fournir un certificat médical d'aptitude à la pratique du tennis.

Adhésion à l'association « Culture, Fêtes et Sports »

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à l'association « Culture, Fêtes et Sports », moyennant le versement d'une adhésion de 5€ pour moins de 18 ans .



TENNIS ADULTES – ASSOCIATION « CULTURE, FÊTES ET SPORTS »

L'animateur

Julien LIBE
06 03 11 80 45

Le format du cours :

25 séances en cours collectif de 60 minutes (Licence comprise)

Les horaires :

Mercredi ou samedi après-midi (horaires confirmés à l'inscription)
+ accès libre aux terrains de tennis

Inscriptions et renseignements :

tennisclubgometz.cfs@gmail.com

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports) :

Résidents sur Gometz la Ville

Inscription et licence : 240 €

Non-résidents sur Gometz la Ville

Inscription et licence : 260 €

Il est nécessaire de fournir un certificat médical d'aptitude à la pratique du tennis.



Adhésion à l'association « Culture, Fêtes et Sports »

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à l'association « Culture, Fêtes et Sports », moyennant le versement d'une adhésion de 10€ pour les adultes, 5€ pour les étudiants.



Vous pouvez accéder aux 2 terrains de tennis pour en faire la pratique en mode Loisirs.

Les horaires :

Sur réservation des courts de tennis suivant disponibilités.

Inscriptions et renseignements :

tennisclubgometz.cfs@gmail.com

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports) :

Résidents sur Gometz la Ville

- Inscription et licence enfants (-18 ans) : 60 €
- Inscription et licence adultes : 100 €
- Inscription et forfait famille : 190 €

Non-résidents sur Gometz la Ville

- Inscription et licence enfants (-18 ans) : 80 €
- Inscription et licence adultes : 120 €

Il est nécessaire de fournir un certificat médical d'aptitude à la pratique du tennis.



Adhésion à l'association « Culture, Fêtes et Sports »

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à l'association « Culture, Fêtes et Sports », moyennant le versement d'une adhésion de 10€ pour les adultes, 5€ pour les moins de 18 ans et les étudiants.



RANDONNÉE PÉDESTRE ADULTES – ASSOCIATION « CULTURE, FÊTES ET SPORTS »

La section Randonnée de Culture, Fêtes et Sports a été créée en 1986 et compte déjà une cinquantaine d'adhérents.

Son objectif : entretenir votre forme physique tout en goûtant au plaisir de la découverte des paysages de nos régions.

Sa proposition : une randonnée, chaque mois, le dimanche matin à la belle saison et le dimanche après-midi en saison hivernale. Nos randonnées sont de 12 km environ (soit à peu près 3h de marche) . La section Randonnée organise également, une fois par an, en mai, un week-end randonnée.

Conditions de participation : Les randonnées mensuelles sont ouvertes aux adhérents à jour de leur cotisation (cotisation Culture, Fêtes et Sports ainsi que la cotisation section Randonnée). **Les grands week-ends nécessitent une participation supplémentaire.**

Qui organise les randonnées ? Les adhérents volontaires proposent de prendre en charge le circuit et l'organisation de randonnées lors de l'AG. Le bureau apporte son aide, particulièrement pour l'organisation des grands week-end.

Il est nécessaire de fournir un certificat médical d'aptitude à la pratique de la marche.

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports) :

Résidents ou non-résidents sur Gometz la Ville

10 € pour les adultes

Pour le bureau de la Section Randonnée, Bernard Lloret, président.

bernardlloret9@gmail.com



Adhésion à l'association « Culture, Fêtes et Sports »

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à l'association « Culture, Fêtes et Sports », moyennant le versement d'une adhésion de 10€ pour les adultes, 5€ pour les étudiants.



GYMNASTIQUE ADULTES : CARDIO – FITNESS – MUSCULATION – ABDOS – FESSIERS – STRETCHING – ASSOCIATION « CULTURE, FÊTES ET SPORTS »

Que vous soyez un Homme ou une Femme, quel que soit votre âge et votre condition physique, nous vous proposons de vous remettre en forme, de renforcer votre musculature, de vous tonifier et de sculpter votre silhouette, ou tout simplement de vous aider à vous sentir bien dans votre corps.

La section Gymnastique adultes de Culture, Fêtes et Sports vous propose des séances à thèmes accessibles à tous pour développer la force, l'endurance, la coordination... et de brûler des calories avec du matériel adapté : steps, bâtons de gym, poids, élastiques, tapis de gym, etc. ... dans la bonne humeur et en musique.



Il est nécessaire de fournir un certificat médical d'aptitude à la pratique de la gymnastique.

L'animateur

Benjamin CLAIRAC
06 07 95 94 73

Le format du cours :

Cours collectif de 75 minutes (sous réserve d'un minimum de 10 inscrits par cours)

Les horaires :

Lundi : de 20h00 à 21h15
et/ou
Mercredi : de 20h15 à 21h30

Lieu :

Foyer rural : grande salle du rez de chaussée.

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports) :

Résidents sur Gometz la Ville

1 cours par semaine : 200 €

2 cours par semaine : 300 €

Forfait 2 cours : Gym + HIIT : 300 €

Forfait 2 cours : Gym + Pilates : 300 €

Forfait 2 cours : Gym + Choré Fit : 300 €

Non-résidents sur Gometz la Ville

1 cours par semaine : 220 €

2 cours par semaine : 320 €

Forfait 2 cours : Gym + HIIT : 320 €

Forfait 2 cours : Gym + Pilates : 320 €

Forfait 2 cours : Gym + Choré Fit : 320 €



Adhésion à l'association « Culture, Fêtes et Sports »

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à l'association « Culture, Fêtes et Sports », moyennant le versement d'une adhésion de 10€ pour les adultes, 5€ pour les étudiants.



PILATES ADULTES RENFORCEMENT MUSCULAIRE, ÉQUILIBRE, SOUPLESSE
 – ASSOCIATION « CULTURE, FÊTES ET SPORTS »

Le Pilates est une méthode d'entraînement physique qui s'inspire du yoga, de la danse et de la gymnastique. Elle se pratique au sol, sur un tapis, ou à l'aide d'appareils. Ces objets (ballons, ressorts, élastiques) induisent des déséquilibres, ce qui incite le corps à faire appel à une série spécifique de muscles stabilisateurs.

Grâce à la polyvalence des appareils, on peut y pratiquer des centaines d'exercices différents.



Les exercices sont sans mouvements brusques et sans chocs d'impact. Ils ne doivent jamais causer de douleur, ni surtaxer un groupe musculaire.

Au contraire, un programme complet d'exercices vise à mettre en action, en alternance, tous les groupes musculaires, parfois dans des combinaisons inhabituelles. On insiste particulièrement sur les exercices pour le bas du tronc (muscles abdominaux et fessiers), régions que Joseph Pilates, le créateur de la méthode, appelait la « génératrice ».

Il est nécessaire de fournir un certificat médical d'aptitude à la pratique du Pilates (chaque mois pour les femmes enceintes)

L'animatrice :

Baya DI SOTTO (Instructrice Pilates certifiée, diplômée de l'école Leaderfit)
 06 76 12 13 49

Le format du cours (sous réserve d'un minimum de 8 inscrits par cours) :
 Cours collectif de 60 minutes.

Les horaires et lieu :

Lundi : de 10h00 à 11h00 - Salle de l'Aérotrain

Lundi : de 11h15 à 12h15 - Salle de l'Aérotrain

Jeudi : de 20h00 à 21h00 - Foyer rural : grande salle 1^{er} étage

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports) :

Résidents sur Gometz la Ville

Pilates : 210€

Forfait 2 cours : Pilates + Gym : 300€

Forfait 2 cours : Pilates + Yoga : 300€



Non-résidents sur Gometz la Ville

Pilates : 230€

Forfait 2 cours : Pilates + Gym : 320€

Forfait 2 cours : Pilates + Yoga : 320€



Adhésion à l'association « Culture, Fêtes et Sports »

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à l'association « Culture, Fêtes et Sports », moyennant le versement d'une adhésion de 10€ pour les adultes, 5€ pour les étudiants.



HIIT ADULTES – ASSOCIATION « CULTURE, FÊTES ET SPORTS »

Le HIIT signifie High Intensity Interval Training. Il s'agit d'une méthode d'entraînement sportive basée sur des intervalles d'effort à très haute intensité. L'enjeu est de réaliser une séance de sport efficace et non chronophage. D'un point de vue scientifique, le HIIT a démontré son intérêt dans la perte de poids ainsi que dans l'amélioration de la VO2max. Par conséquent, l'entraînement HIIT s'adresse à une large population, recherchant une :

- Perte de poids efficace
- Diminution de son pourcentage de masse grasse
- Amélioration de son endurance



Il est nécessaire de fournir un certificat médical d'aptitude à la pratique du Hiit.

L'animateur

Yoann GASTEBOIS

06 22 61 41 93

yoann-gastebois@outlook.fr

Le format du cours :

Cours collectif de 1 heure (sous réserve d'un minimum de 10 inscrits par cours)

Les horaires :

Jeudi : de 20h15 à 21h15

Lieu :

Foyer rural : grande salle du rez de chaussée

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports) :

Résidents sur Gometz la Ville

HIIT : 180 €

Forfait 2 cours : HIIT + Gym : 300€

Forfait 2 cours : HIIT + Choré Fit : 300€

Non-résidents sur Gometz la Ville

HIIT : 200 €

Forfait 2 cours : HIIT + Gym : 320€

Forfait 2 cours : HIIT + Choré Fit : 320€



Adhésion à l'association « Culture, Fêtes et Sports »

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à l'association « Culture, Fêtes et Sports », moyennant le versement d'une adhésion de 10€ pour les adultes, 5€ pour les étudiants.



CHORÉ-FIT ADULTES – ASSOCIATION « CULTURE, FÊTES ET SPORTS »

Les cours de « Choré fitness » ou « Choré fit », permettent d'allier deux disciplines : le fitness et la danse. L'objectif est de travailler l'ensemble de son corps en combinant le cardio et le renforcement musculaire, tout en apprenant une chorégraphie fun et accessible. Il s'agit donc d'une activité physique dynamique et divertissante pour vous dépenser de manière ludique. Les mouvements utilisés pour la Choré fit sont issus des styles traditionnels, tels que le hip-hop, la salsa, la bachata ou encore les pas des années 80. Ils se fondent également avec les mouvements modernes comme ceux du jazz funk ou du twerk. Elle requiert une bonne condition physique car les mouvements sont très dynamiques et demandent une certaine coordination entre bras et jambes. Il n'y a pas besoin d'être expert en chorégraphie pour profiter pleinement des cours !



Il est nécessaire de fournir un certificat médical d'aptitude à la pratique de la Choré Fit.

L'animateur

Christophe DE OLIVEIRA
06 60 56 16 97

Le format du cours :

Cours collectif de 1 heure (sous réserve d'un minimum de 10 inscrits par cours)

Les horaires :

Jeudi : de 20h00 à 21h00

Lieu :

Salle de l'Aérotrain.

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports) :

Résidents sur Gometz la Ville

Choré Fit : 165 €

Forfait 2 cours : Choré Fit + Yoga : 300€

Forfait 2 cours : Choré Fit + Méditation : 300€

Forfait 2 cours : Choré Fit + Gym : 300€

Forfait 2 cours : Choré Fit + HIIT : 300€

Non-résidents sur Gometz la Ville

Choré Fit : 175 €

Forfait 2 cours : Choré Fit + Yoga : 320€

Forfait 2 cours : Choré Fit + Méditation : 320€

Forfait 2 cours : Choré Fit + Gym : 320€

Forfait 2 cours : Choré Fit + HIIT : 320€

Adhésion à l'association « Culture, Fêtes et Sports »

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à l'association « Culture, Fêtes et Sports », moyennant le versement d'une adhésion de 10€ pour les adultes, 5€ pour les étudiants.



DANSES DE SALON, ROCK, SALSA, TANGO, SWING... ADOS/ADULTES – ASSOCIATION « DREAM DANCE 91 »

Vous avez envie de bouger... de voir du monde... de partager des moments festifs... Alors bienvenue chez nous, dans notre Association de danses A2 de Gometz le Châtel.

Dreams dance 91 vous accueille dans une ambiance familiale, conviviale, pour un enseignement de qualité dispensé dans la bonne humeur...

Du Tango Argentin à la Kizomba, en passant par la Salsa, le West Coast, le Rock et la Danse Sportive ou de Salon (Chachacha, Rumba, Bachata etc... mais aussi la Valse, le Quick Step, Tango, etc..) et encore la Danse Solo, nos professeurs sont tous passionnés et désireux de transmettre leur passion.

Faites ce premier pas vers nous et venez nous rencontrer au forum des Activités et Associations de Gometz la Ville ou venez directement participer à un cours d'essai gratuit à la rentrée dès le lundi 11 septembre 2023.

Contact :

Michel : 06 60 42 04 33 - Olga : 06 81 72 64 75
dreamdance91@gmail.com - michel.danse@yahoo.com

Format des cours : Cours collectifs d'1h mais aussi des cours individuels sur demande et forfait mariage possibles. Cours d'essai gratuit.

Les horaires et lieux : <https://www.dream-danse-91.fr/planning>

Lundi (Salle Barbara et Foyer des Vignes à Gometz le Chatel)
19h30 - 20h30 : Rock niveau 3 et Danse de salon niveau 1
20h30 - 21h30 : Rock niveau 1 et Danse de salon niveau 2
21h30 - 22h30 : Rock niveau 2 et Danse de salon niveau 3

Mardi (Foyer des Vignes à Gometz le Chatel)
20h00 - 21h00 : Tango Argentin niveau 2
21h00 - 22h00 : Tango Argentin niveau 1

Mercredi (Foyer des Vignes à Gometz le Chatel)
19h30 - 20h30 : Salsa niveau 1
20h30 - 21h30 : Salsa niveau 2
21h30 - 22h30 : Salsa niveau 3

Jedi (Salle Barbara à Gometz le Chatel)
20h15 - 21h15 : West Coast Swing niveau 1
21h15 - 22h15 : West Coast Swing niveau 2

Stages de danse et/ou soirées dansantes à venir sur Gometz la Ville !

Les tarifs (Frais de gestion de 20€ en plus de l'abonnement) :

Résidents ou non-résidents sur Gometz la Ville

Entre 205€ et 595€ à l'année en fonction du nombre de cours choisis par semaine

Abonnement au trimestre à partir de 100€

Carte de 10 cours 125€

- 10 % pour Couples, Etudiants, Gometziens et moins de 15 ans (sauf carte de 10 cours)





DANSE, ART ET BIEN-ÊTRE ENFANTS/ADOS/ADULTES – ASSOCIATION « OCALYCE DES ARTS »

Ocalyce des Arts est une association de danse, d'art et de bien-être, ouverte à tous dès l'âge de 4 ans.

La danse Jazz est mise à l'honneur mais vous pourrez aussi y découvrir la danse contemporaine et la danse pour les seniors.

Le bien-être est tout aussi présent par le Renforcement Postural (Abdos/Dos/Périnée), le Yoga Pré et Post natal pour nos futures mamans tout ceci certifié par la Méthode APOR De Gasquet, sans oublier la Zumba fitness.

Nos valeurs sont : le partage, l'écoute, la persévérance et l'engagement.

Directrice Artistique :

Ophélie LAFOUASSE

06 12 33 50 26

ocalycedesarts@gmail.com

www.ocalycedesarts.com

Format des cours :

Cours collectifs mais aussi des cours individuels sur demande.

Régulièrement durant l'année, des stages et des ateliers sont organisés dans nos studios durant les week-end "Un Dimanche chez Ocalyce" ainsi que les vacances scolaires qui sont ouvertes à tous.

Durée des Cours collectif :

Entre 1h et 1h30 en fonction des disciplines

Les horaires (confirmés en septembre) :

<https://www.ocalycedesarts.com/planning>

Lieu :

Les Taillis Bourdrie, RD 40 rue des Molières à Gometz-la-Ville

Les tarifs (Adhésion à Ocalyce des Arts comprise) :

Résidents ou non-résidents sur Gometz la Ville
entre 275€ et 300€ à l'année en fonction des disciplines

<https://www.ocalycedesarts.com/tarifs>

Les tarifs sont valable pour l'année et payable en 3 fois.

Les Chèques Vacances et Coupons Sport sont acceptés jusqu'au 15 octobre 2023.

OCALYCE
— des ARTS —

C'EST NOUVEAU!



MÉDITATION - SOPHROLOGIE – ASSOCIATION « CULTURE, FÊTES ET SPORTS »

Méditation contemplative, en pleine conscience, sonore, ou approche de la méthode haptopédagogie, Christophe vous fera découvrir tous les bienfaits de la méditation :

- rester concentré,
- réduire le stress, les symptômes de dépression,
- gérer l'anxiété et la douleur,
- stimuler le cerveau,
- soulager la douleur,
- ralentir la dégénérescence cérébrale (Alzheimer),
- renforcer l'immunité,
- diminuer la sensation de fatigue,
- améliorer son comportement émotionnel, cognitif et social,
- augmenter la créativité, améliorer le sommeil...



Il est nécessaire de fournir un certificat médical d'aptitude à la pratique de la méditation.

L'animateur :

Christophe DE OLIVEIRA

06 60 56 16 97

Le format du cours :

Cours collectif de 60 minutes (sous réserve d'un minimum de 10 inscrits par cours)

Les horaires :

Jeudi : de 19h00 à 20h00

Lieu :

Salle de l'Aérotrain.

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports) :

Résidents sur Gometz la Ville

Méditation-Sophrologie : 180€

Forfait 2 cours : Méditation + Yoga : 270€

Forfait 2 cours : Méditation + Choré Fit : 300 €

Non-résidents sur Gometz la Ville

Méditation-Sophrologie : 200€

Forfait 2 cours : Méditation + Yoga : 290€

Forfait 2 cours : Méditation + Choré Fit : 320 €



Adhésion à l'association « Culture, Fêtes et Sports »

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à l'association « Culture, Fêtes et Sports », moyennant le versement d'une adhésion de 10€ pour les adultes, 5€ pour les étudiants.


YOGA ADULTES – ASSOCIATION « CULTURE, FÊTES ET SPORTS »


Discipline millénaire, le yoga propose une pratique très complète accessible à tous où l'on recherche l'harmonie du corps, du souffle et de l'esprit. La séance est unique et adaptée en fonction de ce qui « est » dans l'instant et en même temps structurée par des propositions de postures (Asana) et d'enchaînements qui respectent et recherchent l'équilibre entre tonicité et souplesse. Puis vient un temps de relaxation et des techniques de respiration (pranayama) amenant naturellement vers la méditation. Le fil conducteur de la séance est avant tout la mise en place d'une respiration consciente, alors peu à peu le pratiquant est amené à découvrir un espace et une dimension intérieure de plus en plus calme, claire et profonde. Par la pratique juste des postures portée par le souffle, le cours de yoga est un moment privilégié pour quitter l'agitation et retrouver harmonie et énergie.

Il est nécessaire de fournir un certificat médical d'aptitude à la pratique du yoga.

L'animatrice :

Thierry PELIKAN
06 31 72 72 58

Le format du cours (sous réserve d'un minimum de 10 inscrits par cours) :
Cours collectif de 1h15 minutes.

Les horaires :

Lundi : de 18h00 à 19h15

Lieu :

Salle de l'Aérotrein.

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports) :

Résidents sur Gometz la Ville

Yoga : 200€

Forfait 2 cours : Yoga + Méditation-sophrologie : 270€

Forfait 2 cours : Yoga + Pilates : 300€

Forfait 2 cours : Yoga + Choré Fit : 300€

Non-résidents sur Gometz la Ville

Yoga : 220€

Forfait 2 cours : Yoga + Méditation-sophrologie : 290€

Forfait 2 cours : Yoga + Pilates : 320€

Forfait 2 cours : Yoga + Choré Fit : 320€

C'EST NOUVEAU!

C'EST NOUVEAU!

Adhésion à l'association « Culture, Fêtes et Sports »

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à l'association « Culture, Fêtes et Sports », moyennant le versement d'une adhésion de 10€ pour les adultes, 5€ pour les étudiants.



CFS GAME ADULTES ET ADOS (>16 ANS ACCOMPAGNÉ D'UN ADULTE) – ASSOCIATION « CULTURE, FÊTES ET SPORTS »

Autour d'une ambiance conviviale, venez découvrir des jeux de société, de rôles, de stratégie, ou autres jeux de figurines !

Activité ouverte à partir de 16 ans (ados accompagnés d'un adulte) :

- Jeux de rôles,
- Jeux de plateaux,
- Jeux de figurines,
- Jeux de société,
- Deck building,
- Jeux de stratégie,

L'animateur CFS Game Culture, Fêtes et Sports :

Walter ORENGO

06 08 13 83 90

w.orengo@hotmail.fr

Les horaires :

Vendredi : de 20h30 à 01h00.

Lieu :

Foyer rural : grande salle et petite salle du 1^{er} étage

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports) :

Résidents sur Gometz la Ville : 10€

Non-résidents sur Gometz la Ville : 13€



Adhésion à l'association « Culture, Fêtes et Sports »

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à l'association « Culture, Fêtes et Sports », moyennant le versement d'une adhésion de 10€ pour les adultes, 5€ pour les moins de 18 ans et les étudiants.



LUDO CLUB - ANIMUSIC

Autour d'une ambiance conviviale, venez découvrir des jeux de société, de rôles, de stratégie, de cartes... depuis le Moyen Âge jusqu'à nos jours.



Activité ouverte à tous : enfants, ados, adultes :

- Jeux de plateaux,
- Jeux de rôles,
- Jeux de stratégie,
- Jeux de dés,
- Jeux de société,
- Soirées enquêtes,
- Jeux de cartes.

Nouveauté : ouverture de tables de Tarot, Belote et Echecs

L'animatrice LudoClub Animusic :

Sophie GARÇON
06 03 97 95 31
sophie.briquet91@gmail.com

Les horaires :

Vendredi : de 19h30 à 01h00.

Samedi : 1 fois par mois de 14h à 18h.

Lieu :

Foyer rural : Salle du rez-de-jardin

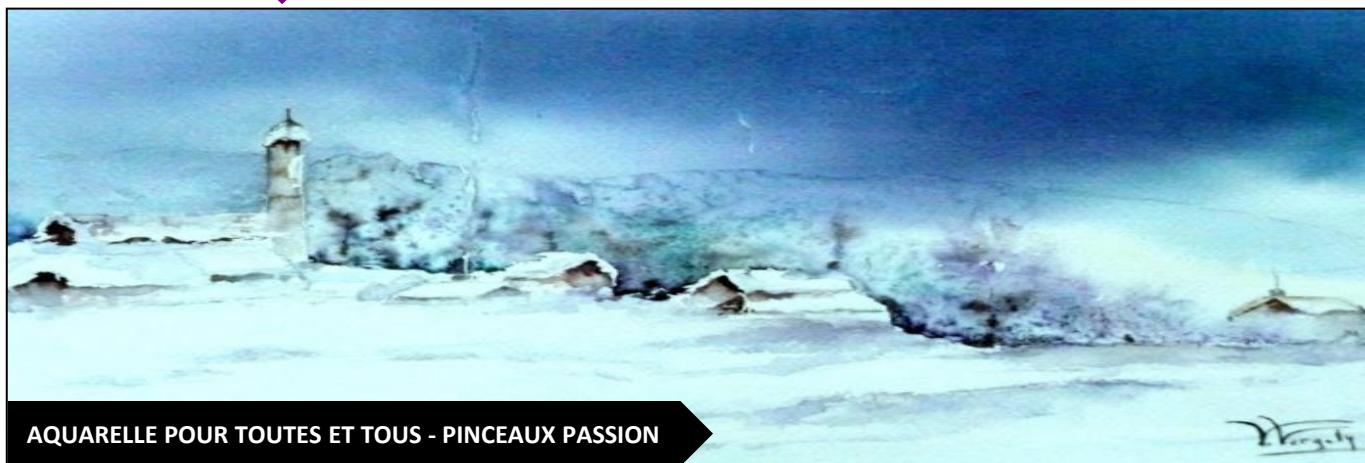
Les tarifs (en plus de l'adhésion à Animusic) :

Résidents sur Gometz la Ville : 5€

Non-résidents sur Gometz la Ville : 8€

Adhésion à Animusic

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Animusic, moyennant le versement d'une adhésion de 10€ par personne.



AQUARELLE POUR TOUTES ET TOUS - PINCEAUX PASSION

Plaisir des jeux de couleurs et de lumière et savant dosage de la goutte d'eau avec Violette Vergely, aquarelliste et professeur d'aquarelle qui guide, conseille et encourage !

Cours adaptés pour débutants et initiés .

L'animatrice :

Violette VERGELY

Aquarelliste

06 88 07 50 46

pv.vergely@orange.fr

Le format :

Atelier de 8 personnes maximum .

Inscription pour 15 séances de 2h30 pour l'année soit 5 séances par trimestre.

Les horaires :

Vendredi de 14h à 16h30.

Dates des 5 cours du 1er trimestre de la saison 2023-2024 :

les vendredis 29 septembre, 13 octobre, 10 novembre, 24 novembre et 8 décembre.

Lieu :

Chemin de Damiette à Gometz la Ville

Renseignements et inscriptions :

Violette Vergely : 06 88 07 50 46 – pv.vergely@orange.fr

Edwige Huot-Marchand : 06 11 20 66 26 – hm_ed@yahoo.fr

Les tarifs :

Résidents ou non-résidents sur Gometz la Ville

360€ pour les 15 séances.

Si plus de 5 personnes = tarif dégressif.

Cours d'essai possible à 35€ le cours.



ATELIERS DESSIN / PEINTURE OU IMPROVISATION THÉÂTRALE ENFANTS ADOS ET ADULTES – ADAPS 91

Les Ateliers D'Arts Plastiques et Scéniques du 91 (ADAPS 91), nouvelle association gometzienne a pour but de promouvoir la culture artistique auprès d'un public large, curieux de découvrir des pratiques et des artistes, désireux d'échanger pour un éveil partagé sur l'art.

Chaque mois un rendez-vous artistique sur un thème et une technique.

Le nombre de participants est limité à 15 participants par séance et avec un minimum de 5.

Les ateliers sont "à la carte" : les participants peuvent venir les mois qui leur conviennent.



1^{er} atelier : Dessin / peinture - Dimanche 24 septembre 2023 de 10h à 13h au Viaduc des Fauvettes à Gometz-le-Châtel

2^{ème} atelier : Dessin / mangas - Vendredi 6 octobre 2023 de 18h à 21h, salle de l'aérotrain à Gometz-la-Ville

3^{ème} atelier : Gravure 1^{ère} séance - Vendredi 3 novembre 2023 de 18h à 21h, salle de l'aérotrain à Gometz-la-Ville

4^{ème} atelier : Gravure 2^{ème} séance - Vendredi 1er décembre 2023 de 18h à 21h, salle de l'aérotrain à Gometz-la-Ville

5^{ème} atelier : Monotype - Vendredi 5 janvier 2024 de 18h à 21h, salle de l'aérotrain à Gometz-la-Ville

6^{ème} atelier : Théâtre/Impro - Vendredi 2 février 2024 de 18h à 21h, salle de l'aérotrain à Gometz-la-Ville

7^{ème} atelier : Théâtre/Impro - Vendredi 1er mars 2024 de 18h à 21h, salle de l'aérotrain à Gometz-la-Ville

8^{ème} atelier : Textile - Vendredi 5 avril 2024 de 18h à 21h, salle de l'aérotrain à Gometz-la-Ville

9^{ème} atelier : Théâtre/Impro - Vendredi 7 juin 2024 de 18h à 21h, salle de l'aérotrain à Gometz-la-Ville

10^{ème} atelier : Théâtre/Impro - Vendredi 3 mai 2024 de 18h à 21h, salle de l'aérotrain à Gometz-la-Ville

L'animatrice :

Agnès MAURIN, artiste plasticienne

adaps91@sfr.fr

0172484235



Les tarifs :

Résidents ou non-résidents sur Gometz la Ville

Pour les adhérents : 10€ la séance pour les ados et adultes, 5€ la séance pour les enfants -10 ans.

Pour les non-adhérents : 20€ la séance pour les ados et adultes, 10€ la séance pour les enfants.

Les enfants -10 ans doivent être accompagnés d'un référent légal pour toute la durée de l'atelier.

Le matériel de base est fourni par l'association. Réservations des ateliers indispensables.



Adhésion à ADAPS 91

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à ADAPS 91, moyennant le versement d'une adhésion de 10€ par personne.



ATELIER BRICOLAGE, DÉCORS ET COSTUMES - ANIMUSIC

Ouvert aux parents d'élèves de théâtre, aux élèves et, par extension, à tous !

Fabrication des décors et des costumes qui serviront aux différentes pièces jouées par les « Farfadets ».

Apprendre à peindre, dessiner, à utiliser une perceuse, fabriquer un décor avec des éléments de récupération, coudre avec et sans couture, ...partager ses connaissances,
Et même, des fois, on pique-nique tous ensemble dans une bonne humeur conviviale !



L'animateur :

Philippe DUMONT
06 03 97 95 31
philou.demon@free.fr

Le format de l'atelier :

Réunions 1 samedi ou dimanche par mois de 14h00 à 18h00.

Lieu :

Foyer rural : salle de musique ou Grande salle du rez de chaussée.

Les tarifs :

Résidents ou non-résidents sur Gometz la Ville

Adhésion uniquement à Animusic

Adhésion à Animusic

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à Animusic, moyennant le versement d'une adhésion de 10€ par personne.



Culture, Fêtes et Sports vous propose cette année une activité couture.

Laura, costumière expérimentée, vous aidera à réaliser vos projets quel que soit votre niveau.

Une petite robe d'été, un corset, un sac ou un cosplay, Laura vous accompagnera dans toutes les étapes de la réalisation : choix des couleurs et des matières, mesures, élaboration de la construction, finalisation des patrons et enfin réalisation dans le tissu définitif.

Une nouvelle activité pour :

- apprendre,
- vous perfectionner
- ou simplement coudre en groupe et non seul chez vous, dans une ambiance d'échange, de partage et surtout de bonne humeur.

Machine à coudre portative nécessaire.

L'animatrice :

Laura LE GALLO
07 69 23 37 08
www.vetistoria.fr

Le format :

Cours personnalisés de 2 heures 30 minutes par groupe de 6 élèves

Les horaires :

Jeudi : de 19h30 à 22h00 - toutes les 2 semaines (16 séances).

Lieu :

Foyer rural : salle du fond du rez de jardin

Les tarifs (en plus de l'adhésion à Culture, Fêtes et Sports) :

[Résidents ou non-résidents sur Gometz la Ville](#)

230 €



Adhésion à l'association « Culture, Fêtes et Sports »

Tous les résidents de Gometz la Ville, comme les non-résidents peuvent adhérer à l'association « Culture, Fêtes et Sports », moyennant le versement d'une adhésion de 10€ pour les adultes, 5€ pour les étudiants.



POTAGER ASSOCIATIF : POTAGO

Créée depuis 2016 sur notre commune, l'association POTAGO a pour objectif de cultiver en coopération des légumes, des herbes aromatiques et des petits fruits en privilégiant des techniques de culture respectueuses du sol et de la biodiversité.

Nous nous essayons aux principes de la permaculture en privilégiant les semences paysannes, l'association de cultures, le paillage du sol, et une gestion raisonnée de l'eau avec un système de récupération des eaux de pluie. La participation, l'entraide et le partage guident notre fonctionnement.

Nous rejoindre, c'est participer à la vie du potager, c'est à dire :

- S'investir au moins une heure par semaine aux activités du potager (désherbage, plantation, préparation des zones de culture, bricolage, semis, ...)
- Participer régulièrement aux réunions hebdomadaires (en général à 18h30 le vendredi soir au printemps et à 16h00 le dimanche après-midi en hiver).

Ces temps de réunion permettent de planifier les différentes tâches en fonction des saisons et sont des moments de convivialité pour l'association durant lesquels nos récoltes sont partagées.

- Participer aux différents événements de l'association : portes ouvertes, forum des associations, chantier collectif, ...

Nous avons bien des choses à apprendre, à construire, à penser...ensemble !

Toutes les bonnes volontés sont donc les bienvenues pour cultiver et entretenir notre potager et faire vivre notre belle association !

Envie de rejoindre l'aventure ?

Contactes : Marion (06 50 76 47 77) ou Sarah (06 11 29 99 57)

Venez directement nous voir sur le terrain (juste à côté du cimetière) un dimanche après-midi.

Email : potago@laposte.net

Le tarif :

La cotisation est fixée à 50 € par personne.

Elle comprend entre autres l'achat de graines, de terreau et de matériel.



CAISSE DES ÉCOLES

La Caisse des Ecoles est une association ayant pour objectif de récolter des fonds afin de financer les sorties scolaires des enfants de l'école Ingénieur Jean Bertin.

Pour l'année 2022/2023, diverses manifestations ont pu être proposées aux enfants et financées par la Caisse des Ecoles :

- Fournitures scolaires en partenariat avec Rentrée Discount ;
- Boum d'Halloween au restaurant scolaire avec concours du déguisement le plus effrayant ;
- Opérations avec la société Initiatives : vente de sacs à tarte personnalisés avec les dessins des enfants, vente de chocolats pour Pâques sans oublier la vente de chocolats de Noël avec Jeff de Bruges ;
- Boum de Noël au foyer rural avec visite du Père Noël et repas tartiflette ;
- Carnaval et défilé déguisé dans les rues de Gometz la Ville avec notre char multicolore ;
- Chasse aux œufs de Pâques sur le terrain de football ;
- Vente du muguet le 1er Mai en pré-commande et sur un stand devant les boulangeries de Gometz et Chevry ;
- Fête de l'école : organisation d'un apéritif à la sortie du spectacle des enfants devant le foyer rural.

L'année 2022/2023 était une année « USEP ». Les sorties USEP sont financées par la Coopérative Scolaire (licence pour chaque enfant) et la Caisse des Ecoles (transport en car) :

- 16/12/2022 : chaque classe a bénéficié d'un bal organisé par l'association « La balade des Arts Ludiques ». A cette occasion, chaque enfant s'est vu remettre 1 livre en cadeau pour Noël.
- 13/03/2023 : intervention de la gendarmerie sur le thème du permis piéton pour les CE2 et le permis internet pour les CM2. Les permis ont été obtenus en fin d'année par les enfants.
- 30/03/2023 : sortie USEP pour les PS/MS et PS/GS. Course d'orientation dans la forêt de Fontenay-lès-Briis.
- 27/03/2023 : sortie USEP pour les CE2/CM1 et CM1/CM2 sur le thème des Jeux Olympiques.
- 20 et 21/04/2023 : classe de Découverte pour les classes de CE2/CM1 et CM1/CM2 à Paris. Visite du Louvre, Musée du Quai Branly, Musée Guimet et 1 nuit sur Paris. En lien avec le projet de classe sur la découverte des continents.
- 11/05/2023 : sortie USEP pour les PS/MS et PS/GS. Randonnée à Chamarande.
- 23/06/2023 : sortie USEP pour les GS/CP, CP/CE1 et CE1/CE2. Randonnée Pédestre « Sous les Ailes du Petit Prince » à La Ferté Alais.
- 03/07/2023 : sortie USEP pour les GS/CP, CP/CE1 et CE1/CE2 sur le thème des jeux Olympiques.
- Classes de CP/CE1, CE1/CE2, CE2/CM1 et CM1/CM2 : intervention d'étudiants de l'IUT d'Orsay en Physique 2 fois dans l'année afin de mettre en place des expériences scientifiques en Physique.

Nous restons à votre disposition pour toute idée ou demande d'information et si vous souhaitez vous investir pour aider à la mise en place des différentes animations organisées, contactez-nous !

Merci à tous pour votre participation !

Les membres de la Caisse des Ecoles.

Contact : cdegometz@gmail.com



CLUB DES SENIORS

On ne peut pas s'empêcher de vieillir, mais on peut s'empêcher de devenir vieux. (Henri Matisse)

Le Club des Séniors vous y aide dans une ambiance chaleureuse et conviviale.

De nombreuses activités sont proposées : décoration, jeux de société, balades dans la région, sorties culturelles, auberge au foyer, spectacles, etc....

Les membres se réunissent les mardis après-midi au foyer rural de 14h à 17h et en fonction des activités proposées sur le calendrier remis à l'inscription.

Les contacts :

Présidente Patricia Rousset - patricia.rousset@gmail.com

Secrétaire Jean-François Lanchas - lanchas.jf@orange.fr

Trésorier Alain Paris – autparis@free.fr

En prévision :

Septembre : Sortie avec conférencière du Quartier des grandes carrières (autre vue de Montmartre).

Octobre : Auberge au foyer sur le thème de l'Italie.

Novembre : Décoration du foyer

Lieu de rencontre :

Le mardi : Foyer rural - Grande salle du rez de chaussée.

Pour les balades : rendez-vous sur le parking de la mairie.

Le tarif :

Résidents et non-résidents sur Gometz la Ville

15€

les activités gometziennes

**Forum des activités
et associations :
le samedi 09 septembre
de 10h00 à 18h00
au foyer rural
de Gometz la Ville**

