

Association Culture et Loisirs de Jumièges

Saison 2026 - 2027



NOUVEAUTÉ

Cours de dessin ados adultes animés par Camille Larger salle de la Ferme Foubert, rue du Quesney.

Cours un mercredi sur deux en petits groupes. Renseignements et inscriptions : lemondedekmi@gmail.com

Séance découverte le mercredi 9 septembre
A partir de 19h



Atelier Loisirs Créatifs animé par Christine Tiphagne salle n°1 du clos chouquet

Chacun vient avec son projet et peut être aidé pour le réaliser. Confection de vêtements, sacs, doudous et objets utilitaires, ... Partage de bonnes idées !

Reprise le mercredi 9 septembre
20h-21h30

Activité gratuite pour les adhérents de l'association



Balade pédestre

L'objectif est de se retrouver pour marcher 6 à 8 km sur les chemins de Jumièges ou aux alentours dans une ambiance conviviale, le mardi après-midi tous les quinze jours. Découvrir ou redécouvrir des petits coins de nature !

Renseignements et inscriptions au 06 71 09 02 88 ou
contact.aclj76480@gmail.com.

Activité gratuite pour les adhérents de l'association

Gymnastique animée par Thérèse Legros salle des fêtes - clos du Chouquet
Responsables d'activité : Christine Tiphagne et Madeleine Mouton
L'ACLJ est affiliée à la Fédération Française Sport et Vitalité.

Différents types d'activités sont proposés avec du matériel adapté (ballon, élastiques, steps, ...) dans la bonne humeur et la convivialité pour vous permettre d'être à l'écoute de votre corps et de ressentir les bénéfices d'une pratique régulière. 1^{ière} séance découverte gratuite.

Lundi 7 septembre
18h15-19h15

± 1/2h stretching
19h15-19h45

Renforcement
musculaire
Travail cardio-vasculaire
Souplesse
Vitalité

Vendredi 11 septembre 9h25-10h25

Gym douce : mélanges d'exercices de
fitness, stretching ou yoga avec une
solicitation cardiaque modérée

Vendredi 11 septembre 18h15-19h15

Steps : gym très tonique
Endurance

Travail cardio-vasculaire
Sens du rythme

Montant annuel des cours incluant la licence gymnastique volontaire :

1 personne/1 cours hebdomadaire : 100€

1 personne/2 cours hebdomadaires : 160€

Supplément pour la 1/2h de stretching du lundi : 50€

Il est possible de régler en deux chèques.



Yoga animé par Evelyne Bodelle salle n°3 clos du chouquet

Responsable d'activité : Sylvie Laurent

Depuis 6000 ans au service des êtres humains, le yoga, classé au Patrimoine Immatériel de l'Humanité, nous rappelle que le but ultime de chacun quel que soit son âge, son mode de vie, ses croyances, ... est d'être en PAIX. Le yoga est une philosophie de vie, il aide à prendre en main sa vie de façon responsable, autonome et consciente.

Reprise le mercredi 9 septembre 18h15-19h45

Prévoir un tapis

Renseignements et inscriptions sur place

Yoga du rire animé par Line Oliveira salle n°3 du clos du chouquet

« *Le YOGA du RIRE : un mélange puissant de RIRE et de respiration consciente qui vous permet de lâcher-prise, de réduire le stress et de raviver votre énergie* »

**Séance découverte gratuite le jeudi 10 septembre 19h à 20h
ou le jeudi 17 septembre 20h à 21h
Prévoir de l'eau pour s'hydrater et un tapis**

Renseignements et inscriptions au 06 13 82 24 84 ou 06 71 09 02 88.



Accompagnement aux devoirs

Un accompagnement aux devoirs est proposé gratuitement aux enfants du centre de loisirs de Jumièges - lundi et jeudi de 17h à 17h45.

Reprise le lundi 14 septembre 2026

Nous avons besoin de bénévoles. Contact Pascale Pouille au 06 71 09 02 88



A côté des activités régulières, l'association propose aussi des activités ponctuelles

Rallye pédestre le samedi 12 septembre 2026 : ce rallye est avant tout touristique à la découverte du patrimoine proche de Jumièges et sur un parcours d'environ 2 km.

Renseignements et inscriptions par mail à cath.duboc@icloud.com

Voyage annuel

Cette année, le voyage aura lieu au Maroc « Capitales des sultans » du 16 au 25 septembre 2026

Sorties : des spectacles, visites seront proposées au cours de l'année. En se groupant, il sera possible d'avoir un tarif de groupe et d'organiser du covoiturage. N'hésitez pas à nous faire part de vos idées !

Adhésion annuelle 2026-2027 à l'association : 12€/famille

ACLJ - Mairie - 76480 Jumièges
06 71 09 02 88
contact.aclj76480@gmail.com