



Bisconcella

INSCRIPTION 2024-2025

Nom Prénom

Adresse

Tél

E-mail (majuscule)

Personne à prévenir si incident :

BIEN-ÊTRE CORPOREL

Qi-gong

Yoga postural

Renforcement musculaire - Pilates

Hatha yoga

Tai-chi

Yoga motricité

Yoga danse

Certificat médical

SORTIES - DÉCOUVERTES

Théâtre

Concerts RITMY

Expositions

Journées découvertes

Voyages en France

Voyages en Europe

ACTIVITES CREATIVES

Atelier Biscrea

Mosaïque

Méditation

Cultiver sa mémoire

Atelier écriture (textuel)

Art floral Ikebana

EQUIPE BUREAU/COORDINATION :

Catherine, Chantal, Nicole, Marie-Antoinette, Daniel, Joël

EQUIPE ANIMATION :

Rachel, Frédérique, Arnaud, Audrey, Claire M., Anaïs, Claire D. Korryne, Serennela,

CONTACTS

- Pour le chi gong consultez : www.shenlin.fr
- Pour ma méditation/mémoire : www.le-sage.fr
- Pour Ikebana consultez www.heian-kyo.com
- Pour le Hatha Yoga consultez: www.audrey-fouet.com
- * **Atelier écriture consultez www.abcplume.fr**

COTISATIONS

- 30€ par famille d'Orgerus
- 35€ par famille des villages voisins utilisant les salles du Pré-Romain
- 30€ par famille utilisant les locaux de Bazainville et de La Queue-lez-Yvelines
-

BISCONCELLA

54 rue du Bois des Aulnes
78910 ORGERUS

06 81 98 28 62

E-mail : bisconcella@sfr.fr

Web : bisconcella.fr

VOYAGES

- 1 voyage en Europe : printemps 2025: **BERLIN**
-
- 1 voyage en France : automne 2025

THEATRE ESPACE COLUCHE (Plaisir) Co-voiturage

- ✓ 28 septembre: NEWS
- ✓ 29 novembre :OUBLIE MOI
- ✓ 07 mars: DENALI
- ✓ 29 mars: Elena NAGAPETYAN
- ✓ 30avril:L'AUDIENCE EST OUVERTE
- ✓ **PRIX UNIQUE 25€ par place**
- ✓
- ❖ Informations détaillées : tec-plaisir.fr

CONCERT RITMY

Dimanche 9 février 17 heures
Salle du Pré Romain - Orgerus

ABRACADA'BRASS
Formation de cuivres

Pour plus d'infos : ritmy.fr

Si 10 personnes prix de groupe 18 euros
(pré-réservation par mail bisconcella@sfr.fr)

www.bisconcella.fr

ACTIVITES BIEN-ETRE CORPOREL
(Salle du Pré Romain)- ORGERUS

- ❑ **Renforcement musculaire et Pilates** avec Anais
mardi 10h30-11h30 / Reprise 10 septembre
mardi 17h30-18h30/ Reprise 10 septembre
- ❑ **TAI CHI** avec Claire jeudi 18h-19h30
Reprise le 19 septembre
- ❑ **QI GONG** avec Arnaud lundi 17h15-18h30
Reprise le lundi 02 septembre
- ❑ **YOGA POSTURAL** avec Rachel mercredi 9h30-10h30
Reprise le 04 septembre (**)
- ❑ **HATHA YOGA*** avec Audrey jeudi 19h30-20h30
Reprise le 12 septembre
- ❑ **YOGA -DANSE:** mercredi 11h/ 12h et
vendredi 14h/17h reprise le 11 septembre
- ❑ **YOGA - MOTRICITE (sur chaise):**
lundi 10h30-11h30 reprise le 9 septembre

* Si au moins 8 adhérents

•

** Si au moins 12 adhérents

POUR L'ENSEMBLE DES COURS LE 1^{er} EST OFFERT

Pas de cours pendant les vacances scolaires

BAZAINVILLE (Salle des Grès)

- ❑ **TAI CHI** avec Claire

débutants et confirmés
vendredi 19h00-20h00

Reprise le 20 septembre

- ❑ **HATHA YOGA** avec Audrey

mardi 18h45-20h00

Reprise mardi 10 septembre

- ❑ **YOGA Postural** avec Rachel

Mercredi 18h-19h (si 6 inscriptions)

Reprise le 11 septembre

LA BONNETTE (La Queue lez Yvelines)

Salle Bergeronnette

- ❑ **TAI CHI** avec Claire
mercredi 19h-20h15
et 20h 15 -21h30

reprise le mercredi 18 septembre

✓
ACTIVITES CREATIVES A ORGERUS

- ❖ **MOSAÏQUE** : tous les mardis de 13h30 à 16h30
reprise le 3 septembre
- ❖ **ATELIER BISCREA** : tous les mardis de 13h30 à 16h30
reprise le 4 septembre
- ❖ **LES MATINALES DE L'ECRITURE** : avec Korryne
un jeudi matin par mois 9h30/12h30
reprise le 10 octobre
- ❖ **IKEBANA (Art floral japonais)** : avec Claire Delort
Les mercredis 10h/ 12h les 2 octobre-18 décembre 2024

ACTIVITES D'EPANOUISSEMENT PERSONNEL

- ✓ **Cultivons notre mémoire** : avec Frédérique (*)
2 jeudis par mois 9h30-11h30 / reprise le 19 septembre
 - Méditation en pleine conscience** avec Frédérique (*)
2 mercredis par mois / reprise le 11 septembre 18h30/20h
 - ✓ **Club de lectures** : lundis 30 septembre et 2 décembre
 - * Randonnées pédestres : tous les mardis 14h00/17h00
- (*) voir planning sur le site

AG BISCONCELLA
SALLE DU PRE ROMAIN

Le Dimanche 02 Février 2025 à 11h00h



CHARTRES EN LUMIERES

LE JEUDI 19 SEPTEMBRE 2024

Visite guidée de la cathédrale

Repas

CHARTRES EN LUMIERES EN PETIT TRAIN

Transport SAVAC

PRIX PAR PERSONNE 85 euros