



# 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](http://www.shenlin.fr)
- Pour ma méditation/mémoire : [www.le-sage.fr](http://www.le-sage.fr)
- Pour Ikebana consultez [www.heian-kyo.com](http://www.heian-kyo.com)
- Pour le Hatha Yoga consultez: [www.audrey-fouet.com](http://www.audrey-fouet.com)
- \* **Atelier écriture consultez [www.abcplume.fr](http://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](mailto:bisconcella@sfr.fr)

Web : [bisconcella.fr](http://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](http://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](http://ritmy.fr)

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

[www.bisconcella.fr](http://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/15h 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<sup>er</sup> 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**