

Lundi 28 mai

9h-11h : Qi gong et Tai ji

Antoine EPIPHANI, salle de danse

9h-12h : Informatique. Démonstration et échanges autour de l'outil informatique

Ludovic ORLANDI, salle informatique

10h30-11h30 : Pilates (seniors)

Gabriele MILIA, salle multiactivités

11h-12h : Gym douce. Initiation

Sandrine KELLER, Roch Grivel

12h15-13h15 : Rythm' & mouv'. Initiation

Sandrine Keller, Roch Grivel

12h15-13h35 : Yoga de la non dualité. Initiation

Dominica H., salle de danse

14h-15h30 : Présentation du centre social et culturel municipal Crest'actif et de ses actions, Roch Grivel

17h15-17h45 (petits), 17h45-18h45 (enfants), 18h45-19h45 (ados) :

Danse moderne. Démonstration de chorégraphies finalisées
Laure DELOCHE, salle de danse

18h-19h : Nanbudo (enfants), 19h-20h (adultes). Initiation

Magali COLLOMB, Dojo

18h15-18h45 : Yoga

Nicole ARNAL, salle multiactivités

18h15-20h : Flamenco (adultes). Participation possible

Démonstration de chorégraphies finalisées
Lolita RUIZ, gymnase Dumont

18h30-19h15 : Pound Fitness. Participation possible

Marianne BRESSON, salle Roch Grivel

19h30-20h30 : Zumba. Participation possible

Marianne BRESSON, salle Roch Grivel

20h15-21h45 : Danses au féminin. Participation possible

Veerle VERBEECK, salle de danse

Mardi 29 mai



9h-10h et 10h30-11h45 : Yoga santé. Initiation

Lise ALBERT, salle Roch Grivel

10h-11h : Souplesse et vitalité (seniors)

Anna MALYUGINA, salle de danse

12h30-13h30 : Danse africaine. Initiation

Stéphane KOULBANIS, salle de danse (sous réserve de musiciens)

14h-16h : Visite guidée de l'exposition d'Arts plastiques

A partir de 14h30 : ouverture de l'exposition et rencontre avec les créateurs

17h-18h : Gym ballon

Fanny BONNEVILLE, salle de danse

17h15-18h15 (enfants), 18h30-20h (adultes) : Kung fu. Initiation

Thomas PERRINET, salle Roch Grivel

17h30-20h30 : Échecs. Initiation

Alexis RODRIGUEZ, salle de réunion + hall 1^{er} étage

18h15-19h45 : Danse contemporaine

Lise CASAZZA, salle de danse

18h30-20h30 : Qi gong et Tai ji

Antoine EPIPHANI, salle multiactivités

Informations complémentaires

- Samedi 2 juin à 20h30 et dimanche 3 juin à 16h, spectacle de théâtre, salle des fêtes à Aouste sur Sye
- Samedi 8 juin à 20h, Spectacle de Danse moderne, salle Coloriage
- Samedi 16 juin, fête de Crest'actif, nouvelle formule, à partir de 17h, dans la cour

Mercredi 30 mai

9h30-10h : Ashtanga yoga. Initiation

Sophie DEGRIVEL, salle de danse

10h-12h : Présentation des projets portés par le Comptoir des lettres en partenariat avec Crest'actif (récits de vie de personnes retraitées et de personnes bénéficiaires du RSA), Roch Grivel

14h-16h : Visite guidée de l'exposition d'Arts plastiques

14h-16h : Flamenco (enfant/ados). Participation possible

Démonstration de chorégraphies finalisées
Lolita RUIZ, salle Roch Grivel

14h45-16h15 : Couture (enfants)

Annick VERCASSON, salle de réunion

17h15-18h-15 : Danse Bolas. 18h15-18h30 : Démonstration

chorégraphiée
Anna MALYUGINA, salle Roch Grivel

18h15-19h15 : Pilates. Initiation

Gabriele MILIA, salle de danse

18h30-19h30 : Piloxing. Participation possible

Marianne BRESSON, gymnase Dumont

18h30-20h : Atelier d'écritures. Initiation et lecture publique de productions

Benoît HOUSIER, salle de réunion

18h55-19h45 : Qi gong

Patrick CHENUT, salle Roch Grivel

19h-20h : Tai ji quan. Initiation

Thomas PERRINET, dans la cour

19h30-21h30 : Danse contact improvisation. Initiation

Pascale GILLE, salle de danse

20h-21h15 : Tango, 21h15-23h : Initiation

Michel DRON, salle Roch Grivel



Visite libre tout au long de la semaine, de l'exposition d'Arts plastiques, Marie-Noëlle BRUGEROLLE.
Certaines toiles sont accompagnées de textes produits par l'atelier d'écritures, Benoît HOUSIER.
Pour les visites guidées, se référer au programme journalier.



Jeudi 31 mai

10h-11h : Souplesse et vitalité (seniors)
Anna MALYUGINA, salle de danse

11h-12h : Gym douce. Initiation
Sandrine KELLER, salle multiactivités

12h15-13h : Qi gong
Patrick CHENUT, salle de danse

14h-16h : Visite guidée de l'exposition d'Arts plastiques

14h-15h30 : Conférence
Thème : Le besoin de mouvement du tout petit
Association ZIMBOUM, salle Roch Grivel

18h-18h30 : Chinois. Initiation à l'écriture
Annick CARRE, petit atelier

18h-19h : Nanbudo (enfants), **19h-20h** (adultes)
Magali COLLOMB, salle Roch Givel

18h15-20h : Couture (adultes)
Annick VERCASSON, salle de réunion

20h30-21h : Danse africaine. Démonstration chorégraphiée
Stéphane KOULBANIS, salle de danse



Vendredi 1^{er} juin



10h-11h : Sophrologie. Initiation
Nelly MOURRIER GRENIER, salle foyer restaurant Louise Vallon

10h45-11h45 : Éveil corporel (parents-enfants – 4 ans)
Association ZIMBOUM en salle de danse

11h-11h15 : Danses avec APAJH (Association Pour Adultes et Jeunes Handicapés). Démonstration, dansons ensemble et échanges
Veerle VERBEECK, Roch Grivel

12h15-13h45 : Danses au féminin
Veerle VERBEECK, salle de danse

14h30-16h : Théâtre avec l'association APAJH, un regard sur le travail des acteurs
Béatrice MONESTIER, en Roch Grivel

17h15-18h15 (enfants), **18h30-20h** (adultes) : **Kung fu.** Initiation
Thomas PERRINET, salle de danse

18h15-19h35 : Yoga de la non dualité. Initiation
Dominica H., salle multiactivités

19h-19h30 : Théâtre. Présentation de saynètes
Noémie TERRAIL, en Roch Grivel

16h-18h : Atelier jardinage et goûter
Association ZIMBOUM, petit jardin, parc du Bosquet

Samedi 2 juin

9h30-10h : Ashtanga Yoga. Initiation
Sophie DE GRIVEL, en salle de danse

9h30-10h30 : Step. Participation possible
Marianne BRESSON, Roch Grivel



C.C.A.S - CREST'ACTIF

Nouveauté

PORTES OUVERTES



Programme du 28 mai au 2 juin

*Venez découvrir la richesse des activités tous publics
du centre social et culturel municipal Crest'actif.
Durant toute la semaine, les intervenants seront
ravis d'échanger avec vous et de
vous initier à leur pratique.
Nous vous attendons nombreux !*

Quai Bérengier de la Blache
26400 CREST
Tel : 04 75 25 64 75
Mail : crest.actif@mairie-crest.fr