

# ACTIVITÉS



LE CARROI 2025  
2026



LA FLÈCHE



# L'ASSOCIATION



Espace d'expression, lieu de partage et de savoir-faire,  
Le Carroi démontre au fil des ans sa nécessité dans la cité  
dont il participe à faire battre le cœur.

Vecteur de sociabilisation, d'ouverture et de tolérance,  
Le Carroi accueille toutes les différences au service du  
mieux vivre ensemble.

Tout au long de l'année Le Carroi, association d'éducation  
populaire vous propose :

- des activités artistiques, ludiques et sportives
- une programmation culturelle pour tous
- un festival des arts de la rue, des concerts
- des expositions d'artistes amateurs et professionnels

## ADHÉRER AU CARROI

C'EST ...

- participer pleinement à la vie de l'association
- montrer un attachement à une démarche, un projet associatif
- être solidaire
- favoriser le lien social
- un engagement moral



# > LE BUREAU <

**Président** : Nicolas Royer

**Vice-présidentes** : Mireille Dufois, Séverine Jérigné, Laurence Lecourt, Michèle Pillot

**Secrétaire** : Emmanuel Pillot

**Secrétaire adjoint** : Paul Jouvin

**Trésorier** : Jean-Rémy Abélard

**Trésorière adjointe** : Anne-Marie Guttierrez

**Membres** : Christophe Boucher, Virginie Cancé, Constant Emery, Léo Pancher

## L'ÉQUIPE



### DIRECTION

Richard Le Normand

### ADMINISTRATION

Karine Coubard : production

Elise Lardeux : administration, gestion des activités socio-culturelles

Aurélie Mézière : comptabilité

### RELATIONS AVEC LES PUBLICS

Clémentine Abélard-Royer : communication et gestion des expositions

Guénola Béchu : gestion et entretien des locaux

Hélène Belkadi Gouider : accueil, billetterie et diffusion

Ingrid Compain : entretien des locaux et diffusion

Sophie Garnier-Heurtin : médiation culturelle, mécénat et sponsoring

Bérangère Gauthier : billetterie et relations publiques

Céline Pogoda : ludothèque



## POUR RESTER EN LIEN

### LETTRE D'INFO

Si vous souhaitez recevoir la lettre d'information, rendez-vous sur le site internet du Carroi : [www.lecarroi.org](http://www.lecarroi.org)

### NOUVELLES ACTIVITÉS

Si vous souhaitez proposer une nouvelle activité et/ou un stage, contactez Elise Lardeux (au plus tard mi-mars) :

02 43 94 84 49

[e.lardeux@carroi.org](mailto:e.lardeux@carroi.org)

## OÙ NOUS TROUVER ?

### ACCUEIL, INSCRIPTIONS ET ADMINISTRATION

Espace Montréal  
72200 La Flèche

### SALLES D'ACTIVITÉS ET DE RÉUNIONS :

Cour du Carroi  
27 rue Grollier - 72200 La Flèche



# MODALITÉS D'INSCRIPTIONS

**L'adhésion est obligatoire pour participer à toute activité.**

Le tarif des cotisations est calculé sur 30 séances de septembre à juin (sauf sessions et stages). Les activités sont réservées aux adhérents et sont payables pour la saison 2025-2026 à l'accueil du Carroi. Les cotisations doivent être réglées en totalité en début de saison. Possibilité de règlement échelonné (3 fois maximum).

**Pour toute inscription à un stage, un règlement devra être déposé et sera encaissé à l'issue de celui-ci.**



## MODES DE RÈGLEMENT

Espèces, chèques (à l'ordre du Carroi) et carte bancaire.

Bons CAF et MSA, coupons sport et culture CCAS, pass Culture, chèques Up sport et bien-être, coupons sport ANCV, chèques-vacances.

# CONDITIONS DE REMBOURSEMENT



**L'inscription donne droit à un certain nombre de séances. Dans**

**l'éventualité où ce droit ne pourrait être respecté,**

**Le Carroi s'engage à rembourser les séances non effectuées.**

En cas d'absence de l'adhérent, le remboursement est effectué uniquement pour un arrêt définitif de l'activité pour cause de maladie, déménagement, mutation et sur présentation d'un justificatif. Son montant est calculé au prorata des séances restantes.

Le montant de l'adhésion ne peut en aucun cas être remboursé.

# L'ADHÉSION :

## ADHÉSION INDIVIDUELLE

une adhésion unique pour les activités et les spectacles  
L'adhésion est individuelle et nominative. Elle permet de :  
- s'inscrire aux activités  
- emprunter des jeux à la Ludothèque « Terre de Jeux »  
- bénéficier de tarifs avantageux pour les spectacles (tarif adhérent)

Adhésion adulte : 15€  
Adhésion -18 ans : 10€

## ADHÉSION ASSOCIATIONS & COLLECTIVITÉS

Activité ponctuelle (réunions...) ou « Hors les murs » : 65 €

Activité hebdomadaire (dans la limite de 5 séances)

1 séance : 160 € / 2 séances : 280 € / 3 séances : 370 € / 4 séances : 430 € / 5 séances : 470 €

Services aux associations : photocopies, mise à disposition de salles et de matériel (sous réserve de disponibilité)

## CALENDRIER DES VACANCES SCOLAIRES

- Du lundi 20 octobre au dimanche 2 novembre 2025
- Du lundi 22 décembre 2025 au dimanche 4 janvier 2026
- Du lundi 16 février au dimanche 1er mars 2026
- Du lundi 13 avril au dimanche 26 avril 2026

---

# SOMMAIRE

---

## P.08-09 . ACTIVITÉS ENFANTS

A Quatre Mains  
Danse  
Dessin - peinture  
Échecs  
Peindre et coller

## P.10-22 . ACTIVITÉS ADOS - ADULTES

### P.10-14 . ATELIERS CRÉATIFS

Broderie & tricot  
Carterie  
Cartonnage  
Couture  
Cré'a'sac  
Créations « after work »  
De mes dix doigts  
Dessin - peinture  
Encadrement  
Mandala *nouveau*  
Modelage - céramique  
Patchwork et dentelle aux fuseaux  
Peinture sur porcelaine  
Reliure  
Savoir-faire et partage  
Tapisserie d'ameublement *nouveau*  
Tricot d'art





# SOMMAIRE

## P.15-16 . BIEN-ÊTRE & SPORT

- Fitness - renforcement musculaire
- Gymnastique
- Mouvement sensoriel et méditation
- Yoga
- Plongée sous-marine *hors les murs*
- Tennis de table *hors les murs*

## P.17-18 . DANSE & THÉÂTRE

- Danse contemporaine
- Danse rock
- Lindy hop (danse swing)
- Théâtre *nouvelle formule*
- Danses collectives *hors les murs*

## P.19-21 . LANGUES & HISTOIRE

- Anglais
- Atelier d'écriture
- Espagnol
- Français orthographe
- Grec ancien
- Latin
- Presse anglaise
- Généalogie *hors les murs*

## P.22 . JEUX

- Belote & tarot
- Échecs
- Scrabble

## P.23 . LUDOTHÈQUE

## P.24-25 . ASSOCIATIONS EXTÉRIEURES

## P.26 . LES RENDEZ-VOUS DU CARROI

## P.26-27 . SAISON CULTURELLE

## STAGES

À Quatre Mains (3-5 ans)	p.08
Couture	p.11
Créa'sac	p.11
Modelage	p.13

# ACTIVITÉS ENFANTS



## DANSE CONTEMPORAIN

Aurore Vincenti

Sur des musiques originales, éveil aux fondamentaux de la danse par le jeu et par l'exploration de son corps, de l'espace, du temps, de l'énergie... tout en cherchant à développer une grande disponibilité et une grande attention à soi et aux autres.

mardi 18h-19h  
125 €  
salle 6

[ 12 ans et + : voir p. 17 ]

**7-11 ans**

reprise le 16-09

## À QUATRE MAINS **3-5 ans**



Christine David

Peinture et collages

Une activité de découverte sensorielle et de création réalisée dans un cadre sécurisant : chaque enfant sera accompagné par un adulte de son entourage pour l'aider à faire et agir ensemble. Des objets usuels détournés ou de récupération deviendront des outils pour peindre et coller de façon ludique...

**atelier parent / enfant** : samedi 10h30-11h15

samedi 18 octobre

samedi 6 décembre

samedi 14 février

samedi 11 avril

salle 8

10 € / 7 € (adhérent) la séance

*stages*

## **DESSIN - PEINTURE**

Anne Gallas



Apprendre les bases du dessin à travers différentes techniques :  
le pastel sec, l'aquarelle, l'encre, le fusain, le graphite etc...

mercredi : 13h30-15h / 15h-16h30

16h30-18h / 18h-19h30

samedi : 9h-10h30 / 10h30-12h

110 €

salle 5

**8-12 ans**

reprise le 10-09

[ 13 ans et + : voir p. 12 ]

## **ÉCHECS "LE FOU DU ROI"**

Christophe de la Fontaine

Jouer et s'amuser au jeu des Rois, au Roi des jeux.

jeudi 17h-19h  
50 € licence comprise  
salle 5

**5-12 ans**

reprise le 11-09

[ 13 ans et + : voir p.22 ]



## **PEINDRE ET COLLER**

Christine David

L'observation collective de reproductions d'œuvres de peintres contemporains, un matériau ou un outil donnera l'envie de créer. L'expérimentation ludique et l'échange des trouvailles du groupe favoriseront une créativité toute personnelle.



mercredi 16h30-17h30  
(1 semaine sur deux)

70 €

salle 9

**6-9 ans**

reprise le 17-09

# ACTIVITÉS ADOS - ADULTES

## ATELIERS CRÉATIFS

### BRODERIE & TRICOT

Christiane Rivier

Broderie : Réaliser des petits tableaux au point de croix qui pourront être encadrés.

Tricot : S'entraider pour réaliser différents tricots pour toute la famille.

mardi 14h-17h30

20 €

salle 8

reprise le 16-09

### CARTERIE

Anne-Marie Guttierrez

Réalisez des cartes créatives personnalisées et autres créations papier fait main.

jeudi (1 fois / mois) 9h15-11h45

35 € + fournitures

salle 8

reprise le 11-09

### CARTONNAGE

Christiane Rivier

À partir d'une feuille de carton ordinaire, créer différentes boîtes en fonction des besoins et des envies de chacun.e.s.

vendredi 14h-18h

45 € + fournitures

salle 8

reprise le 12-09

### COUTURE

Michelle Pivron

Découvrir ou approfondir les bases de la couture et apprendre à utiliser une machine à coudre (si possible, apporter sa machine).

**session initiation** : 10 séances de 2h  
**samedi 10h-12h**

13, 20 et 27 septembre / 4 et 11 octobre  
8, 15, 22 et 29 novembre / 6 décembre

**session perfectionnement** : 10 séances de 2h  
**samedi 10h-12h**

10, 17, 24 et 31 janvier / 7 février  
7, 14, 21 et 28 mars / 4 avril

**session perfectionnement +** : 5 séances de 4h  
**vendredi 14h-18h**

3 et 10 octobre / 7, 14 et 28 novembre

**session « création » perfectionnement +** :  
5 séances de 4h (fabrication d'un vêtement imposé)  
**vendredi 14h-18h**

9, 16, 23 et 30 janvier / 6 février  
80 € la session + fournitures

salle 9

## COUTURE

Stages

Michelle Pivron

Créer ou modifier des vêtements, des objets ou des accessoires. Les stages permettent de confectionner en groupe tout en bénéficiant des conseils avisés d'une professionnelle.

**Initié - 14 ans et +  
vendredi 10h-17h**

26 septembre / 17 octobre / 21 novembre  
19 décembre / 13 février / 20 mars / 10 avril  
**samedi 10h-17h**  
18 octobre / 13 décembre / 14 février / 11 avril  
23 mai / 13 juin

tarif par stage : 29 € / 25 € (adhérent)  
Inscription limitée à 3 stages  
salle 9

## CRÉATIONS «AFTER WORK»

Anne-Marie Guttierrez

Cette formule brève de 3 séances consécutives vous propose de venir vous perfectionner dans des travaux de création manuelle.

Pour chaque session il vous sera proposé un article de mode ou décoration à réaliser sur 3 séances.

Pour participer il vous sera demandé de maîtriser les fonctions basiques d'une machine à coudre.

## CRÉ'A'SAC

Chantal Poisson

Réalisation de maroquinerie en tissu, simili, cuir...

Savoir coudre à la machine et l'apporter.



**jeudi 9h15-17h**

**session de 5 séances** : 9 octobre / 6 novembre  
/ 4 décembre / 8 janvier / 5 février

80 € + fournitures  
salle 5

Stages  
↓

Réalisation d'un sac sur 2 jours. Un thème sera proposé (sac de voyage, sac banane...) mais pas obligatoire.  
Savoir coudre à la machine et l'apporter.

**stage de 2 jours 9h30-17h**

STAGE 1 : samedi 15 et samedi 22 novembre  
STAGE 2 : dimanche 18 janvier et dimanche 1<sup>er</sup> février  
STAGE 3 : samedi 21 et dimanche 29 mars  
tarif par stage : 49 € / 45 € (adhérent)  
+ fournitures  
salle 5

lundi 19h-21h30

**session 1** : 17, 24 novembre et 1<sup>er</sup> décembre :  
sac panière ou trousse

**session 2** : 5, 12 et 19 janvier

autres dates à venir

5 € la session + fournitures  
salle 8

# DE MES 10 DOIGTS

Anne-Marie Guttierrez

Réalisations d'articles de mode et de décoration à partir de matériaux neufs ou de récupération. Il est nécessaire d'avoir des connaissances en couture avancée.

**niveau confirmé** : jeudi 14h-17h

45 €

salle 8 et 9

reprise le 11-09

# DESSIN - PEINTURE

Anne Gallas

Apprendre et perfectionner les techniques du dessin, de la peinture à l'huile, de l'aquarelle, ou du pastel à travers l'étude d'images, de compositions, d'après nature, etc...

Les cours s'adressent à tous les niveaux !

**ados (13-18 ans) :**

mercredi : 13h30-15h / 15h-16h30 / 16h30-18h /

18h-19h30

samedi : 9h-10h30 / 10h30-12h

140 € + fournitures

salle 5

reprise le 10-09

**adultes :**

**cours de 2h** : lundi 18h-20h

270 € + fournitures

**cours de 2h30** : mardi 10h-12h30

mardi 18h-20h30

samedi 9h30-12h

325 € + fournitures

**cours de 3h** : mardi 15h-18h

390 € + fournitures

salle 5

reprise le 13-09

# ENCADREMENT

Anne-Marie Guttierrez

Mise en cadre - mise en scène. Réaliser ses propres cadres en apprenant des techniques d'encadrement diverses et variées.

**niveau confirmé**

lundi 9h15-11h45

45 €

salle 8

reprise le 15-09

# MANDALA

Claire Berger

Venez grâce au mandala recontacter la joie, l'enfant qui est en vous. Avec la formule de 6 séances vous pourrez créer des œuvres individuelles ou collectives.

Il n'est pas nécessaire de savoir dessiner.

*mouvement*

**ados et adultes (13 ans en +)**

mercredi 14h30 -16h30

**session 1** : 15 octobre / 5, 12, 19 et 26 novembre  
3 décembre

**session 2** : 7, 14, 21 et 28 janvier / 4 et 11 février

**session 3** : 13, 20, 27 mai / 3, 10 et 17 juin

75€ la session

salle 8

# MODELAGE - CÉRAMIQUE

Anne-Laure Foëssel & Christine Rochet (en alternance)

Modelez la terre pour faire apparaître une création unique.

**cours de 2h** : mardi 18h30-20h30

mercredi 9h30-11h30 ou 18h30-20h30 / jeudi 17h15-19h15

200 €

**cours de 2h30** : jeudi 9h30-12h

250 €

**cours de 3h** : jeudi 14h-17h / vendredi 9h30-12h30

300 €

salle de poterie

reprise le 10-09

Christine Rochet

Venez découvrir le modelage de l'argile.

Réalisez des objets en terre cuite

Tous niveaux - 15 ans et +

**samedi 9h30-12h30**

4 octobre : Poule

6 décembre : Femme au chapeau

24 janvier : Hibou

14 mars : Fleurs

23 mai : Mangeoire à oiseaux

25€ / 20 € (adhérent)

salle de poterie

stages

# PATCHWORK

Béatrice Paganelli

Patchwork : Découvrir ou perfectionner cette technique de couture qui consiste à assembler des morceaux de tissus de tailles, formes et couleurs différentes pour réaliser différents ouvrages.

Découverte dentelle aux fuseaux :

Technique qui consiste à tisser des pièces délicates en dentelle à partir de fil de lin, de coton ou de soie, enroulé sur des fuseaux.



**débutant** (patchwork et dentelle aux fuseaux) :

lundi 14h-18h

**initié** : mardi 14h-18h

45 €

salle 9

reprise le 15-09

# PEINTURE SUR PORCELAINE

Michèle Pillot

Apprendre à maîtriser la technique de base pour décorer des objets en porcelaine blanche.

Valérie Sénécal

Peignez sur de la porcelaine blanche : vases, assiettes, tasses... Si vous ne savez pas dessiner, décalquez les motifs à peindre.

Un après-midi thématique une fois par mois.

**tous niveaux** : lundi 9h30-12h

45 €

salle 5

reprise le 15-09

**initié** : lundi 14h-17h

90 €

salle 5

reprise le 15-09

## RELIURE

Patrick Tédesco

Remise en état de livres anciens.



**initié** : vendredi 9h-12h

45 € + fournitures

salle 8

reprise le 19-09

## SAVOIR-FAIRE ET PARTAGE

Anne-Marie Guttierrez et Chantal Poisson

Apporter ses créations en cours pour un conseil des idées ou tout simplement être ensemble : encadrement, loisirs créatifs, bricolage, couture.

Un atelier spécifique sera proposé régulièrement.

**initié** : mardi 9h15-11h45

45 €

salle 8 et 9

reprise le 16-09

## TAPISSERIE D'AMEUBLEMENT

Laurence Carette

Artisane tapissier depuis plusieurs années, j'ai à cœur de vous transmettre mon savoir-faire afin de redonner vie aux fauteuils que vous apporterez.

Lors de ces ateliers, je vous apprendrai toutes les étapes de la restauration à la fabrication des garnitures de façon traditionnelle ou contemporaine.

*mouvement*

mardi 14h-17h : 10 séances de 3h

**session 1** : du 16 septembre au 9 décembre

**session 2** : du 6 janvier au 24 mars

**session 3** : du 31 mars au 16 juin

180 € la session + fournitures

(environ 100€ selon le projet)

salle 1

## TRICOT D'ART

Technique artistique délicate où les motifs, principalement réalisés en combinant jetés et autres mailles, permettent de créer des ouvrages en dentelles tricotées.

jeudi 14h-17h

5 €

salle 1

reprise le 11-09

# BIEN-ÊTRE & SPORT

ados & adultes

## FITNESS - RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Benoît Lorieux

Cours de fitness : mélange de cardio et de renforcement musculaire avec ou sans matériel.

**Un certificat médical est obligatoire pour la pratique du fitness.**

lundi 20h-21h  
100 €  
salle 12

reprise le 15-09



## GYMNASTIQUE

Sylvie Laurent

Cette activité consiste à faire travailler les différentes zones du corps en sollicitant les muscles sans jamais leur demander d'efforts violents. Séance après séance, elle offre la possibilité d'enrichir son capital santé pour être en forme plus longtemps. Elle permet également de créer du lien social. Les exercices sont variés et à la portée de tous, sans condition de forme physique ou d'âge

lundi / mardi / jeudi / vendredi 9h45-11h  
lundi 18h30-19h45  
120 € / 180 € pour 2 créneaux  
salle 12

reprise le 11-09

**Un certificat médical est obligatoire pour la pratique de la gymnastique.**

## MOUVEMENT SENSORIEL ET MÉDITATION

Geneviève Delanné & Didier Oury

S'offrir un moment de détente et de relâchement, aussi bien sur le plan physique que psychique. Aller à la rencontre de soi et porter attention aux ressentis corporels, pour accéder à une meilleure connaissance de soi-même et de nos états, et pour cheminer vers un mieux-être global. Par la méditation et le mouvement, par le travail des ancrages, se reconnecter à l'énergie vitale, expérimenter l'accordage somato-psychique, débloquer les tensions, et s'inviter à davantage de présence à soi et aux autres.

lundi 19h-20h30  
150 €  
Espace Montréal

reprise le 15-09



# **YOGA**

Fabienne Ragueneau

Monique Haiyez

Grâce à des postures et à un entraînement du souffle et de l'attention, prendre conscience de son corps, le délier, le renforcer, apprendre à le laisser se détendre et l'y entraîner. Ouvrir une parenthèse pour faire une pause et apaiser le mental. Accueillir la Vie en profondeur, retrouver plus de sens et de présence.

Fabienne Ragueneau

mardi : 16h30-18h / 18h30-20h

mercredi : 15h-16h30

110 €

salle 12



reprise le 10-09

Monique Haiyez

jeudi 18h20-20h

40 €

salle 6

reprise le 11-09

# **TENNIS DE TABLE**

Emmanuel Pillot et Maurice Prigent

Tennis de table loisirs en équipes doubles, quel que soit votre niveau. Apportez votre raquette, vos balles, et une paire de chaussures de sport en salle, pour pratiquer dans la bonne humeur et rencontrer d'autres adeptes de ce sport.

**initié :** lundi et jeudi 9h-11h30

5 €

Complexe sportif de la Monnerie

reprise le 11-09



hors les  
murs

# **PLONGÉE SOUS-MARINE**

Laurent Lairaud

Apprendre à plonger avec du matériel spécifique et des plongeurs formés.

Plonger le week-end sur des sites variés : carrière, fosses, mer. Passer son baptême de plongée.

Prêt de matériel sous conditions (combinaisons, détendeurs et bouteilles).

entraînement avec palmes, masque et tuba

**12 ans et + :** lundi et vendredi 20h-21h30  
piscine l'Ilébulle

entraînement avec bouteille, palmes, masque, tuba,  
apnée et mono-palme

**12 ans et + :** mardi 20h-21h30  
piscine du Prytanée

## **tarifs :**

débutant à PN4 et apnée : 165 € / 154 € (- de 16 ans)

nage libre : 96€ / 85 € (-de 16 ans)

licence passage : 57 €

formations : N1 : 91 € / N2 : 170 € / N3 : 120 €

Contact : Laurent Lairaud - 06 74 09 54 69

plongeursducarroi@gmail.com

Pré-inscription sur le site internet :

<https://sites.google.com/site/plongeursducarroi>

reprise courant septembre

**Un certificat médical est obligatoire  
pour la pratique de la plongée.**



*ados  
& adultes*



# DANSE & THÉÂTRE



## DANSE CONTEMPORAINE

Aurore Vincenti

Sur des musiques variées, exploration des fondamentaux de la danse : corps, espace, temps, énergie, à travers des moments improvisés et la découverte des techniques Graham et Limón, basées sur la contraction/détente et l'équilibre/déséquilibre. Approche avant tout sensorielle, dans le respect de son corps, des autres, afin de s'exprimer avec plus d'aisance et dans la bienveillance. Cette pratique amène à une écoute et une capacité de concentration pour un épanouissement global de l'être.

**16 ans et +**

mardi 19h-20h30  
180 €  
salle 6



reprise le 16-09

## ATELIER CHORÉGRAPHIQUE

associé à une pratique régulière de la danse

Aurore Vincenti

Objectif : Travail sur la création d'une pièce chorégraphique, afin de la présenter à un public, lors de différents événements, pour favoriser des échanges culturels.

**ados - adultes (12 ans et +)**

**10 séances** : samedi (1 fois par mois) 10h30-18h  
120 € / 80 € (12-15 ans) / 50 € (participant à l'atelier danse )  
salle 6

reprise courant octobre  
calendrier remis à l'inscription

# DANSE ROCK

Sonia Meunier

Seul.e, à 2 ou entre ami.e.s venez apprendre et pratiquer le rock'n roll 6 temps dans l'énergie d'un cours collectif.

**débutant** : lundi 19h30-20h30

**intermédiaire** : lundi 20h30-21h30

**avancé** : lundi 21h-22h

100 €

salle 6

reprise le 15-09

# LINDY HOP (DANSE SWING)

Sonia Meunier

Le lindy hop est la danse swing sociale conviviale et joyeuse qui mèle le style jazz, swing et charleston, sur des musiques swing enjouées.

Niveau 1 : pour découvrir ou renforcer les bases et enchaîner les principales variations

Niveau 2 : si le 8 temps et le "swing out" sont vos amis, vous apprendrez de nouvelles variations tout en approfondissant votre swing.

**niveau 1** : vendredi 19h30-20h30

**niveau 2** : vendredi 20h30-21h30

100 €

salle 12

reprise le 12-09



# THÉÂTRE *nouvelle formule*

Cie Les Assoiffés d'Azur

Au cours de cet atelier, les participant.e.s rencontreront successivement différents artistes de la troupe des Assoiffés d'Azur, qui penseront une mise en scène collective pour embarquer la troupe volontaire dans la grande aventure d'un spectacle... à destination de l'extérieur !

**16 ans et +**

lundi 19h30-22h30

+ 1 week-end de répétitions

+ représentations

180 € / 130 € (-25 ans)

salle 11

reprise le 22-09

# DANCES COLLECTIVES TRADITIONNELLES ET DU MONDE

Jocelyne Bougard et Cathy Mancel

Dances de différentes époques et de différents pays.

**tous niveaux**

lundi 15h30-17h30

salle Printania

5 €

reprise le 15-09

*hors les murs*

*ados & adultes*

# LANGUES & HISTOIRE



## ANGLAIS

Béatrice Gadbin O'Connell

Venez réactiver vos connaissances en anglais dans une ambiance conviviale et détendue.

Notre but essentiel : communiquer en anglais, les cours sont donc axés sur l'oral.

**niveau 1 - débutant :**

mardi 15h30-16h45

**niveau 2 :** mardi 10h30-11h45

**niveau 3 :** mardi 12h30-13h45

**niveau 4 :** lundi 14h-15h15 / 18h30-19h45

**niveau 5 :** lundi 17h-18h15 / mardi 14h-15h15

150 €

salle 3

*niveau 1-5*

reprise le 15-09

## FRANÇAIS POUR ANGLOPHONES

Béatrice Gadbin O'Connell

Come and speak French in a friendly atmosphere.

Venez consolider vos connaissances en français dans une ambiance sympathique.

lundi 9h30-10h45

150 €

salle 3

reprise le 15-09

## CONVERSATION FRANCO-ANGLAISE

Béatrice Gadbin O'Connell

Available to French and English speakers

Nécessité d'avoir déjà de bonnes bases. Dans une ambiance sympathique, ce cours de conversation vous permet de mettre en pratique vos connaissances mais aussi d'aider les anglophones ou les francophones à maîtriser votre langue. Le cours sera partagé en deux parties, conversation anglaise et conversation française.

lundi 11h-12h15

150 € ou 220 € (cours + conversation)

salle 10 & 11



reprise le 15-09

## ATELIER D'ÉCRITURE

Florence Poussin

L'écriture pour tous

René Char a dit : "Les mots qui vont surgir savent de nous des choses que nous ignorons d'eux".

Laissez votre instinct vous guider et ponctuez votre année par des moments d'écriture partagés dans la bienveillance.

mercredi 19h-20h30 / jeudi 19h-20h30

200 €

salle 8



reprise le 10-09



## ESPAGNOL

Maribel Balle - Mendoza Jimenez

"El mundo es de quién nace para conquistarla y no de quien sueña que puede conquistarla". Frida Kahlo.

La langue espagnole nous permettra de voyager en direction de l'Amérique Latine et de l'Espagne.

Nous découvrirons ensemble de manière conviviale, la culture, la musique et la cuisine entre autres.

Rejoignez-nous au sein de ce cours quel que soit votre niveau.

**débutant** : mercredi 17h30-18h30

**intermédiaire** : mercredi 18h40-19h40

**avancé** : mercredi 19h50-20h50

120 €

salle 3



reprise le 10-09

## FRANÇAIS-ORTHOGRAPHE

Lucette Renaudeau

Ravivez vos souvenirs d'école et amusez-vous à faire une dictée pour progresser ou parfaire votre orthographe, une fois par semaine avec une correction commentée.

De temps à autre, une dictée difficile.

vendredi 14h15-15h15

5 €

salle 11



reprise le 12-09

# GREC ANCIEN

Jean-Claude Gaven

Découverte de la langue et civilisation grecques par les textes.



# LATIN

Françoise Gaven

Langue et littérature latines

Lire, relire les textes d'auteurs latins (poètes, historiens, prosateurs) pour mieux connaître la civilisation de l'Antiquité.



# PRESSE ANGLAISE

Bernard Sommier

Traduction d'articles de journaux accompagnée de la mise au point grammaticale nécessaire.

Renseignements au 06 32 67 73 61.

**débutant** : jeudi 14h-15h

**initié** : vendredi 10h-11h

**confirmé** : jeudi 16h-17h

5 €

salle 4

reprise le 25-09

**avancé** : vendredi 11h-12h

**confirmé** : vendredi 14h-15h

5 €

salle 3

reprise le 26-09

# GÉNÉALOGIE « CERCLE GÉNÉALOGIQUE FLÉCHOIS »

Serge Amiard, Michèle Bodet, Philippe Guiffard et François-Xavier Pilloud

Chercher à établir la liste des membres de sa famille formant sa filiation avec l'aide méthodique de personnes passionnées par ce loisir riche en découvertes.

Notre " cercle " se propose de vous ouvrir les portes du passé et de vous aider à établir votre " arbre généalogique ".  
contact : [cgflechois@free.fr](mailto:cgflechois@free.fr) / 02 43 45 71 58

mercredi 14h30-16h30

ou sur rendez-vous

13 €

salle de quartier du Québec  
(1 place de la Nouvelle France)

reprise le 10-09

hors les murs

# JEUX

ados & adultes

## BELOTE ET TAROT

José Dos Santos, Véronique Jobin et Sylvie Lebouché  
Pour ceux qui aiment jouer en toute convivialité à ces deux jeux populaires.

Après tirage au sort, tout le monde joue ensemble dans une ambiance conviviale de loisir et sans esprit de compétition, à deux équipes de deux pour la belote, à 3, 4 ou à 5 joueurs pour le tarot.

jeudi 13h45-17h30  
5 €  
salle 10



reprise le 11-09

## ÉCHECS



Christophe de la Fontaine

Jouer et s'amuser au jeu des Rois, au Roi des jeux.

jeudi 17h-19h  
70 € / 50 € (-18 ans)  
licence comprise  
salle 5

reprise le 11-09

## SCRABBLE

Jacqueline Porcher

Amateurs de mots, quel que soit votre niveau, pratiquez ce jeu de lettres populaire créé en 1948 et commercialisé dans 121 pays !

mardi 14h-18h  
5 €  
salle 10



reprise le 16-09

# LUDOTHÈQUE

« TERRE DE JEUX »

accès libre

## Espace culturel pour jouer en toute liberté

[ Animation, conseil, prêt, location de jeux ]

Céline Pogoda

Prenez le temps de venir découvrir en famille, entre amis, seul, une collection variée de jeux, jouets... Jeux de société, jeux de construction, jeux de rôles, grands jeux en bois... Amusez-vous à tester votre adresse, votre stratégie, votre logique, votre mémoire, votre patience, votre rapidité, votre esprit compétitif et coopératif...

### PUBLICS ACCUEILLIS



Adultes, ados et enfants  
à partir de 3 ans  
(enfants de 3 à 6 ans accompagnés  
d'un adulte)  
Groupes sur rendez-vous

### CONDITIONS DE PRÊT ET DE LOCATION

Prêt de jeux de société pour les adhérente.e.s de l'association  
(sur présentation de la carte d'adhésion) :  
4 jeux par mois par adhérent  
10 jeux par mois par association ou collectivité  
Location de jeux surdimensionnés : 10 € / jeu

### OUVERTURE

#### Période scolaire :

Mercredi 14h-18h & samedi 9h-12h  
[ Réouverture : mercredi 10 septembre ]



#### Vacances scolaires :

Ouverture la première semaine  
Du lundi au jeudi : 14h-18h  
vendredi 14h-18h : Délocalisation au quartier des Fleurs  
salle Jean Serrès  
[ Fermeture : vacances de Noël ]

Organisation d'événements ponctuels (nocturnes...)  
Calendrier disponible sur [www.lecarroi.org](http://www.lecarroi.org)

### CONTACT

Céline Pogoda  
02 43 48 53 83 - [ludotheque@carroi.org](mailto:ludotheque@carroi.org)

# ASSOCIATIONS EXTÉRIEURES

Renseignements et inscriptions auprès des associations

## PERMANENCES

### BIBLIOTHÈQUE SONORE

Association Les donneurs de voix

Prêt gratuit de MP3 à des audilecteurs.

Enregistrements recouvrant tous les domaines : littérature, histoire, religion, philosophie... et ouvrages scolaires.

**mercredi :** 14h-17h (sauf vacances scolaires) / salle 1

contact : Maurice Lemonnier

02 43 45 00 00 / 06 74 96 44 56

bslafleche72@gmail.com

<https://lesbibliothequesonores.org>



### VIE LIBRE

Association pour les personnes souffrant d'addictions

Réunion mensuelle destinée aux personnes souffrant d'addictions, à leur entourage ou à toute personne désireuse de se renseigner sur les dépendances nocives.

**3<sup>e</sup> vendredi du mois :** 18h-19h / salle 1

contact : Eric Bignon - 06 70 82 38 71

[mouvement.vielibresarthe@laposte.net](mailto:mouvement.vielibresarthe@laposte.net)

## ACTIVITÉS

### CAPOEIRA

Association Grito De Liberdade

La capoeira est une pratique sportive mêlant sport de combat et danse, qui s'est développée au Brésil ; ce sont les esclaves venus d'Afrique qui en sont à l'origine.

Aujourd'hui présente dans le monde entier elle nous fait vibrer avec ses chants (chula), ses instruments et surtout ses mouvements !

contact :

[asso.gritodeliberdade@gmail.com](mailto:asso.gritodeliberdade@gmail.com)



## DANSE HIP HOP

Breakdance & Afro Fusion – Association Nouvel Air

Cours de Breakdance dès 6 ans, battles et compétitions.  
Nouveauté 2025-2026 : cours d' Afro-Fusion (Afro, Dancehall, House) dès 8 ans & atelier Afro-Breakdance tous niveaux.  
Rejoignez une pratique artistique dynamique et inclusive !

contact :

asso-nouvel-air@outlook.com

Instagram : @assonouvelair

Facebook : Association Nouvel Air

## DANSES LATINES ET AFRO-CARIBÉENNES

Association En Salsa me !

Cours de Salsa, Bachata, Kizomba, Jeux de Rueda.

Niveaux débutant, intermédiaire et avancé.

A partir de 16 ans.

contact : Mickaël BOURMAULT : 07 89 57 18 25

ensalsame@gmail.com

facebook.com/EnsalsameLafleche

www.ensalsame.fr

## KHI CONG

Gymnastique traditionnelle chinoise

Connaissance et maîtrise du souffle associées à des mouvements lents dédiées à entretenir la santé.

contact : Jean-Pierre Nadreau - 07 88 16 29 23

jean-pierre.nadreau@wanadoo.fr

## TANGO ARGENTIN

Association Tango des mille et une nuits

Le tango argentin est une danse universelle, une danse d'émotion. C'est bien plus qu'une danse, c'est une culture, un langage, mélange d'élégance et de sensualité.

contact : Tahar Aoudia - 06 76 69 00 21

tango.des.mille.et.une.nuits@gmail.com

## THÉÂTRE

Association Les Jourdain du Loir

Troupe de théâtre regroupant des artistes amateurs bénévoles qui a pour but de produire des pièces (mise en scène, interprétation, réalisation de décors et de costumes).

contact : Jean-François Béchu ou

Martine Passin-Pilloud - 06 19 09 52 74

lesjourdainduoir@gmail.com

facebook.com/lesjourdainduoir72

## ACTIVITÉS

*hors les  
murs*

## BRIDGE

Association Bridge Club de La Flèche

**contact :** Hervé Boniface - 06 83 14 03 87

h.boni@wanadoo.fr

www.bridgeclubflechois.blogspot.fr

## THÉÂTRE

Cie Les Têtes d'Atmosphère

Ateliers théâtre enfants / ados / adultes

contact : 02 43 45 70 30 - 06 89 30 61 27

lestetesdat@gmail.com

www.tetesdatmosphere.com

# LES RENDEZ-VOUS DU CARROI



## SEPTEMBRE INSCRIPTIONS

A partir du samedi 6 septembre 10h-17h - Complexe sportif de la Monnerie  
Reprise des activités : mercredi 10 septembre

## DÉCEMBRE MARCHÉ DE NOËL

Salon de thé et vente de créations « fait main »

## MARS PARUTION DU « CAHIER FLÉCHOIS »

Réalisé par le groupe « Connaissance du Pays Fléchois »  
Alain de Dieuleveult, Daniel Potron et Laurent Waquet  
Articles sur divers sujets en vue de faire connaître l'histoire de La Flèche  
et de sa région

## MAI EXPOSITION CAMÉLÉON

Biennale des ateliers créatifs (prochaine édition en 2027)

## MAI-JUIN PRÉINSCRIPTIONS AUX ACTIVITÉS

Pour les adhérent.e.s souhaitant poursuivre leur.s activité.s

## JUIN FÊTE DE LA MUSIQUE

## RESTITUTION DE L'ATELIER CHORÉGRAPHIQUE

## JUILLET-AOÛT

## REPRÉSENTATIONS DE L'ATELIER THÉÂTRE

Festival Les Affranchis et Festival de la Cie Les Assoiffés d'Azur

## ET AUSSI ÉVÉNEMENTS LUDIQUES

par la Ludothèque « Terre de Jeux »

Rendez-vous sur le site du Carroi : [www.lecarroi.org](http://www.lecarroi.org)

SAISON CULTURELLE

2025-2026



OUVERTURE  
DE LA BILLETTERIE

Samedi 6 septembre  
10h-17h  
Complexe sportif de la Monnerie

## LES SPECTACLES

Vendredi 26 septembre	<b>Ouverture de saison</b>	Tu connais la chanson !	Spectacle musical
Samedi 11 octobre	<b>Ironie de l'histoire</b>	Réda Seddiki	Humour
Vendredi 17 octobre	<b>Ma vulve et mon uku</b>	Claire Méchin	Chanson
Mardi 4 novembre	<b>Bebop</b>	St Graal + CJ Beth (1 <sup>ère</sup> partie)	Musique
Jeudi 13 novembre	<b>Le chœur des femmes</b>	Cie actes uniques	Théâtre
Mercredi 19 novembre	<b>Mes nouvelles chaussures</b>	Tian Gombau	 Théâtre d'objets
Vendredi 28 novembre	<b>Huellas</b>	Cie Hold Up & Co	Cirque
Vendredi 5 décembre	<b>Déraisonnable</b>	Les Productions du Sillon	Théâtre
Vendredi 12 décembre	<b>Alligator</b>	TRAM	Musique
Vendredi 9 janvier	<b>Camille et Matthieu Saglio</b>	Cie Anaya	Musique
Jeudi 15 janvier	<b>« Bien reprenons ! »</b>	Collectif Muerto Coco	Théâtre - Musique
Jeudi 29 janvier	<b>Traces</b>	Cie S'poart	Danse Hip-Hop
Vendredi 6 février	<b>Le verso des images</b>	Cie l'atelier hors champ	 Théâtre
Samedi 14 février	<b>Ne m'attends pas</b>	Cie la neige sur les cils	 Marionnettes
Mercredi 18 février	<b>La fontaine Unplugged</b>	Cie DNB	 Spectacle musical
Mercredi 4 mars	<b>Rien ?</b>	Cie Monsieur K	 Danse - Théâtre
Vendredi 13 mars	<b>A good woman</b>	Izo FitzRoy	Musique
Vendredi 20 mars	<b>Vers l'infini (mais pas au-delà)</b>	Guillaume Meurice / Éric Lagadec	Humour
Jeudi 26 mars	<b>Viva !</b>	La Loquace Cie	Théâtre d'objets
Vendredi 3 avril	<b>Ersatz</b>	Collectif Aïe Aïe Aïe	Théâtre d'objets
Jeudi 9 avril	<b>Ma distinction</b>	Wally	Théâtre
Mardi 28 avril	<b>L'exploitation à la cool</b>	Cie El Ajouad	Théâtre
Mardi 5 mai	<b>La pointe du compas</b>	Cie HKC	Théâtre - Cirque
Jeudi 21 mai	<b>Ce que vit le rhinocéros...</b>	Cie 15 000 cm <sup>2</sup> de peau	Lecture-performance

## LES FESTIVALS

Du 23 au 25 janvier 2026 : <b>La Folle Journée de Nantes à La Flèche</b>	Musique classique
Du 5 au 18 février 2026 : <b>Malices au Pays</b>	Jeune public
Du 3 au 5 juillet 2026 : <b>Festival Les Affranchis</b>	Arts de la rue
Du 17 juillet au 14 août 2026 : <b>Les ApARTés</b>	Musique

## LES EXPOSITIONS - LA HALLE-AU-BLÉ

Jusqu'au 5 octobre 2025 : « <b>Higanbana, fleur d'équinoxe</b> » - Yongmei Liu	Art textile
Du 15 au 30 novembre 2025 : <b>Le Salon d'Automne</b> - Artistes amateurs	Pluridisciplinaire
Invitée d'honneur : Adeline Meyer-Moreau	Peinture
Du 7 février au 29 mars 2026 : « <b>Preuves</b> » - Camille Millerand	Photographie
Du 20 juin au 11 octobre 2026 : <b>Collectif La Douceur</b>	Street art

# Début des **INSCRIPTIONS**

2025  
2026



Samedi **6** septembre 10h-17h  
**FORUM DES ASSOCIATIONS**  
Complexe sportif de la Monnerie

puis à l'accueil du Carroi aux horaires d'ouverture :

**Lundi et jeudi** : 13h30-18h

**Mardi, mercredi et vendredi** : 10h-12h et 13h30-18h  
[ fermeture à 17h pendant les vacances scolaires ]

**Samedi** : 10h-12h [ du 13 septembre au 11 octobre ]

#### **Fermetures annuelles :**

Lundi 8 septembre

Du lundi 22 décembre 2025 au dimanche 4 janvier 2026

Vendredi 15 mai 2025

Du vendredi 3 juillet au dimanche 16 août 2026

**Reprise des activités  
mercredi 10 septembre**

#### **Le CARROI**

Espace Montréal  
BP 40028  
72200 LA FLÈCHE  
02 43 94 08 99  
accueil@carroi.org  
www.lecarroi.org

