

## COURS DE LANGUE

### Association LEO (L'Esprit Ouvert)

Le Chambon/Lignon Maison des Bretchs

\***ANGLAIS** par Nicole Izard – intermédiaires (2 groupes) mardi 10h à 12h

\***ALLEMAND** par Louise Lovy 04 71 59 70 90 – confirmé jeudi 14h15 à 16h15

\***ITALIEN** par Antonio Savini 06 46 59 82 80 - débutants et intermédiaires – lundi 9h à 12h Cours Payant

**COURS de PATOIS** – Tence – mercredi 18h ou 20h en alternance - Daniel Ribeyre  
06 31 60 15 86 – *Cotisation 12€/an* - Maison de la langue

### COURS D'ESPAGNOL - Tence

Evelyne Jacquet 06 83 73 46 08

Débutants et intermédiaires - Ecole publique

### Association LEO

Chambon/Lignon

\***COUTURE** 04 71 61 88 23 -  
mercredi 18h à 20h30

\***DENTELLE** 04 71 59 72 41 -  
mercredi 9h à 11h

\***PEINTURE SUR SOIE** 04 71 59  
78 07 - lundi 14h à 17h

\***TRAVAUX MANUELS** 04 71 56  
37 10 - jeudi 14h à 16h30

\* **SOPHROLOGIE** Soara DEBARD  
06 80 73 62 04

Maison des Bretchs

## Programme Rentrée 2018/2019

### Activités sur le HAUT-LIGNON

Document non contractuel

#### ARCHERS DU VIVARAIS LIGNON

Chambon/Lignon Jérôme PROVOST

04.71.59.73.84

[archersduvivaraislignon@gmail.com](mailto:archersduvivaraislignon@gmail.com)

Mardi et Jeudi - Maison des Bretchs

#### BOULE LYONNAISE Mazet-St-Voy

5 jeux plein air au Bruas

4 jeux au Boulodrome


04 71 65 06 27/04 71 59 28 29

#### PETANQUE CHAMBONNAISE<sup>43</sup>

Chambon/Lignon Guy Lebrat 04 75 29 39 82

#### ECOLE DE GOLF –

Chambon/L - Benoit THERRIAUD

[btherriaud@yahoo.fr](mailto:btherriaud@yahoo.fr) 04 71 59 28 10 

[www.golf-chambon.com](http://www.golf-chambon.com)

Mercredi et samedi de 14h à 16h d'avril à mi-novembre (hors juillet août)  
de 6 à 18 ans. Prêt du matériel.

#### PÊCHE A LA MOUCHE CLUB

Tence/Lignon/Velay

Médéric Gibert 06 88 01 39 11

Soirée montage de mouches, sortie pêche, compétition. Infos en cours d'année.

#### VELO CLUB du Haut-Lignon

Eric ROYET 04 71 65 00 15 à partir de 20€

#### COMMANDO AIRSOFT Tençois

Florian PARLANTI  06 36 82 1761

#### THE FOX BOX Tence

Salle pour les jeunes – Jérémy Digonnet  
06 73 98 93 41

#### AQUA GYM Tence

Mardi et vendredi départ 15h30 pour  
Yssingeaux Existence Club  
Gilbert Casteras

04 71 65 43 19/06 89 37 36 36

carte adhérent 18€ + 4.20 la séance

#### AQUA GYM/ TONIC/ DETENTE / BEBE NAGEUR ET OUVERTURE PUBLIC

Piscine école Chambon/Lignon

Mairie 04 71 65 71 90

#### DAUPHINS DU PLATEAU

Cours de natation les mercredis

Piscine école du Chambon/Lignon

Tarifs : 120€

Anne DELAYE 06 77 58 18 92

#### AMA THEATRE – Chambon/L

Nicole Viillard 06 89 86 50 09 Maison des Bretchs

#### ATELIER MARIONNETTES Mazet-St-Voy

Evelyne Lohro 06 82 87 37 26

Enfant-Adultes 120/150€ – Salle municipale

#### BRIDGE Chambon/L

Gilbert SOUBEYRAND 06 87 14 02 69

[bridegclub.lechambonsurlignon@gmail.com](mailto:bridegclub.lechambonsurlignon@gmail.com)

Tournoi de régularité le mardi de 18h45 à 23h.

Cours le mercredi à 18h30 Maison des Bretchs

#### SCRABBLE Chambon/L - mercredi 14h

(dupliquette, prévoir son jeu) 04 71 59 27 19

Salle de la gare

#### SCRABBLE Mazet-St-Voy – Jeudi 14h30 – 17h30

04 71 65 06 51 Résidence du Lizieux

#### ART FLORAL Tence

Samedi 15 sep / 13oct / 17nov / 22dec / 19jan

/ 9fev / 9mar / 6avr / 18mai et 22 juin -

18€/stage + *adhésion 20€* - Salle de la gare

#### ATELIERS TRAVAUX PRATIQUES

(couture...) Tence - lundi 13h30 à 17h

Existence Club – Gilbert Casteras

04 71 65 43 19/06 89 37 36 36

25€ + adhésion 20€ - Salle de la Gare

#### ART FLORAL Chambon/L

Samedis selon calendrier 06 71 50 26 65

[c.roro@orange.fr](mailto:c.roro@orange.fr) - Salle de la gare

#### Côté Ardèche :

Voir les activités

CENTRE SOCIO CULTUREL

[www.centresocio-saintagreve.org](http://www.centresocio-saintagreve.org)

CLUB ASTRONOMIE DE MARS

[www.clubastromars.org](http://www.clubastromars.org)

Tence

**ATELIERS PEINTURE** – Monique LEMPEREUR 06 24 29 16 05

Mardi 15h-17h adultes – Mercredi 15h-17h ado et adultes

**ATELIERS CREATIFS** – Aurélie PETIT 06 74 45 33 64

**COURS DE DESSIN** - Kizou DUMAS 06 66 17 60 32

## TENNIS CLUB

Chambon/L – André Viallon 06 80 10 02 59

[www.lechambontennis.com](http://www.lechambontennis.com)

Tence – Benjamin ROBERT 06 82 06 96 62

[www.club.fft.fr/tctence](http://www.club.fft.fr/tctence) ou [tctence@fft.fr](mailto:tctence@fft.fr)

## TENNIS DE TABLE du Haut-Lignon – Isabelle BERTRAND

06 81 07 14 22 [f](#) à partir de 60€ l'année

Chambon/L Maison des Bretchs le mercredi à partir de 16h45

Tence Gymnase le vendredi à partir de 17h

## BADMINTON Intercommunal du Plateau –

Ludovic HERITIER 07 63 48 64 17 [f](#) le lundi et le

mercredi Chambon/L

Maison des Bretchs

## ESPACE REMISE EN FORME

Tence Pôle multi activités – Xavier Berrier

06 07 66 13 59 du lundi au vendredi 17h à 19h30 et mardi/ jeudi 9h à 11h.

De 75 à 145€

## FITNESS – Mazet-St-Voy salle à côté de la poste –

Philippe SOUBEYRAN 06 12 49 05 45

Lundi et vendredi 9h- 20h, mardi, mercredi, jeudi

9h – 12h et 14h – 20h samedi 9h12h. *Tarifs 65€*

*l'année en autonomie.*

## MARCHE NORDIQUE – Tence

Dominique Royer – le jeudi 9h30 à 11h

[Judo Club du Haut-Lignon](#)

[judoduhautlignon@gmail.com](mailto:judoduhautlignon@gmail.com)

carte adhérent 18€ + 140€

## RANDONNEE – Programme trimestriel de Rando

du Haut-Lignon à l'Office de tourisme

## CHORALE Mazet-St-Voy

Jeudi 20h-22h M. Gros

Salle de la Mairie

## Existence Club –

04 71 65 43 19/06 89 37 36 36 propose :

\***DANSE FOLKLORIQUE** Tence, Salle de la gare le jeudi de 20h à 21h30

\***COUNTRY LINE DANCE** Tence, Salle de la gare le mardi de 19h30 à 21h

(intermédiaires)

\***GYMNASTIQUE TONIC et SENIORS**

Tence, Maison des Associations le lundi de 8h30 à 10h30 (2 cours séniors)

et le jeudi de 19h30 à 20h30

carte adhérent 18€ + cotisation selon l'activité

\***MODERN JAZZ** – Tence, Dominique

ROYER, Maison du Chatiague le jeudi

16h45 à 19h30 – enfants (3/12 ans)

## DANSE – Chambon Danse – Baby Danse

(3-4ans), Eveil (4-6ans), Classique,

Stretching et Modern Jazz. 06 72 24 71 35

[chambondanse@gmail.com](mailto:chambondanse@gmail.com) ou [f](#)

## DANSE CONTEMPORAINE

Chambon/L- L'art sème

Mercredi 10h-12h. 04 71 56 37 49

Maison des Bretchs

## CREATION CHOREGRAPHIQUE

Chambon/L- L'art sème Enfants 6 à 12 ans

Mercredi 10h30-12h. 06 84 21 75 89

32 séances, 200€, adhésion 5€

Maison des Bretchs

## GYMNASTIQUE St Jeures Détente

04 71 07 99 64

lundi 18h à 19h *Tarifs : 80€ l'année*

Salle du Bru

## GYMNASTIQUE Mazet-St-Voy

Lundi 18h Steps – Mercredi 18h Gym

Salle Le Calibert

## ZUMBA Move Dance 43 Chambon/L

Guylaine 06 15 84 30 17

Enfants samedi et adultes/ados mercredi,

vendredi - Maison des Bretchs

## LE 108 QI CONG XPEO TAÏ CHI Odile ARGENTIER

06 70 38 74 21 [www.tai-chi-lignon-vivarais.fr](http://www.tai-chi-lignon-vivarais.fr)

Chambon/L : lundi salle de danse QI CONG XPEO

de 19h à 20h et TAÏ CHI débutants de 20h à 20h30

mardi Maison des Bretchs

Tence : mercredi 10h à 11h15 QI CONG XPEO

salle maison de retraite [f](#)

## HATHA YOGA – Chambon/L Valérie Pierre 06 88 62 97 73

[yoganaom@gmail.com](mailto:yoganaom@gmail.com) : mercredi, vendredi et samedi [f](#)

Maison des Bretchs + Méditation + Relaxation le vendredi

Yoga séance adulte/enfant.

## YOGA Saint-Jeures DETENTE 04 71 59 65 40

Mardi de 8h50 à 10h Tarifs 90€/an

## YOGA + RELAXATION Saint-Jeures DETENTE

04 71 59 65 40 mardi de 18h20 à 20h. Tarif 140€/an ou 60€

/10 séances

## YOGA Tence mardi de 14h à 15h30 et de 19h à 20h30 dont

30 min relaxation maison des associations

Existence Club 04 71 65 43 19 carte adhérent 20€ +100€

## YOGA Mazet-St-Voy vendredi 10h-11h30 Salle de la Mairie

## CORPS VOIX ENERGIE Mazet-St-Voy Corinne Drevet

04 71 56 33 87 ou 06 67 92 43 31 Ateliers mardi

19h30-21h30 salle de la Mairie [www.bienetreauchenes.com](http://www.bienetreauchenes.com)

## SOPHROLOGIE Tence les mercredis et jeudis et au

Chambon les lundis et mardis avec Soara DEBARD 06 80 73

62 04 [soara.d@hotmail.fr](mailto:soara.d@hotmail.fr) [f](#) Ateliers collectifs ou séances

individuelles

## ESCALADE

Gilles RUSSIER

06 50 69 64 68

<http://escalade.mezenc.eu/index.php>

Enfants et adultes

Zénith Sensation

Chambon/L

Maison des Bretchs

## EQUITATION - Voir les

centres Equestres

## RENCONTRE DES AINES

Saint-Jeures : mardi 13h30 – 18h Marius Bertrand 04 71 59 64 74

Tence : jeudi 14h -17h30 Maison du Chatiague

Chambon/L : jeudi 13h30 – 17h30 Salle de la Gare

Mazet-St-Voy : mardi 14h30 – Résidence du Lizieux

## Saint-Jeures

St Jeures détente

**ATELIERS TRICOT** lundi 14h à 16h Gratuit

« LE GOUTER DU JEUX DI APREME »

Jeudi, jeux société, partage pâtisseries,

activités manuelles de 14h à 16h-04 71 59 65 40

Salle du Bru



Haut  
Lignon  
Communauté de Communes