



## ASSOCIATION LÉO (L'ESPRIT OUVERT)

Le Chambon/Lignon - Maison des Bretchs

- **ANGLAIS** Mardi 9h (niv. intermédiaire), 10h30 (niv. avancée). Nicole IZARD.
- **ALLEMAND** Jeudi 14h15. Louise LOVY **04.71.59.70.90**
- **ITALIEN** Lundi 9h (niv. intermédiaire), 10h30 (niv. débutant). Antonio SAVINI **06.46.59.82.80**
- **ARABE** Mercredi 17h. Tahar DEIRA **06.66.20.02.87**
- **COUTURE** Jeudi à 20h. Yvette VIVAT **04.71.59.28.31**
- **DENTELLE** Mercredi 9h à 11h/12h Lucette RENAULT **06.32.95.67.94**

## COURS DE PATOIS Tence

Mercredi 18h ou 20h en alternance. 12€/an. Maison de la langue. Daniel Ribeyre **06.31.60.15.86** ou **06.20.17.01.57**

## COURS D'ESPAGNOL Tence, École publique

Mardi et vendredi débutants et intermédiaires. Evelyne Jacquet **06.83.73.46.08**



## AMA THÉÂTRE Le Chambon/L, Maison des Bretchs

Horaires en fonction des groupes. Nicole Viallard **06.89.86.50.09**

## MALIGADI SCÈNE Tence, Chambon, Mazet, St-Jeures

Atelier Théâtre, Expression, Création. Adulte et enfant à partir de 7 ans. Magalie OLIVIER **06.80.59.68.32** maligadi43@gmail.com

## ATELIER MANIVELLE Le Mazet-St-Voy, Salle des fêtes

Association la Caravelle. Marionnettes et théâtre d'ombres. Atelier enfants, mercredi 10h-11h30. Evelyne LOHRO **06.82.87.37.26**



## BRIDGE Le Chambon/L, Maison des Bretchs

Tournoi de régularité le mardi de 19h45 à 23h. Cours le mercredi à 18h15 et jeudi 10h-12h. Octobre à Mai. Gilbert SOUBEYRAND **06.87.14.02.69** brideclub.lechambonsurlignon@gmail.com

## SCRABBLE Le Chambon/L, Salle de la gare

Mercredi 14h (dupliquette, prévoir son jeu). **04.71.59.27.19**

## SCRABBLE Le Mazet-St-Voy, Résidence du Lizieux

Jeudi 14h30-17h30. 20€ l'année. **04.71.65.06.51**

## ATELIERS D'ÉCRITURE Le Chambon/L, Maison des Bretchs.

Un jeudi/mois de 17h à 20h. plumedeclic@yahoo.com

## ATELIERS TRICOT St-Jeures, Salle du Bru

Lundi 14h à 16h. Gratuit. **04.71.59.65.40**

## RENCONTRE DES AINÉS

- St-Jeures. Mardi 14h-18h Marius BERTRAND **04.71.59.64.74**

## - Tence, Maison du Chatiague

Mardi 14h-17h30, jeudi 14h-17h30 Marie-Thérèse CURSOUX : **04.71.59.84.75**

## - Le Chambon/L, Salle de la Gare

Jeudi 13h30-17h30 Mme BALLY **04.71.65.93.63** ou **04.71.59.76.71**

## THE FOX BOX Tence

Salle pour les jeunes. Jérémy DIGONNET **06.73.98.93.41** association.the.fox.box@hotmail.com

## CÔTÉ ARDÈCHE

## CLUB ASTRONOMIE MARS

contact@clubastromars.org www.clubastromars.org

Voir les activités au Centre Socio-Culturel

www.centresocio-saintagreve.org - **04.75.30.26.60**

# PROGRAMME

## Rentrée 2019-2020

activités sur le Haut Lignon TOURISME

## MARCHE NORDIQUE Tence

Jeudi 9h30-11h. Dominique Royer **06.70.58.06.63** pascal.grousson@orange.fr

## RANDONNÉE

Programme trimestriel de Rando du Haut-Lignon à l'Office de tourisme. **04.71.59.80.73** www.randoduhautlignon.fr

## SPORTS COLLECTIFS

### FOOTBALL

- FREYCENET FOOT David BONNET **04.71.59.60.62**  
- AS MAZET/CHAMBON : Laurent POYET **06.80.93.24.94** / L. Dignonnet **06.30.48.55.94**  
- TENCE FOOT : F. Roche **06.46.56.04.88**

De baby-foot à U18 : mercredi après-midi à Tence ou au Chambon/L (horaires différents suivant les âges) Seniors féminines et masculins : mercredi et vendredi 19h-21h à Tence

### RUGBY CLUB DES HAUTS-PLATEAUX

Stade Jo Maso, Tence  
Enfants : mercredi 17h. Adultes mercredi et vendredi 19h. À partir de 5 ans. 90€ tenue comprise. Michel LEVENT **06.18.82.83.77** - michelevent@wanadoo.fr

### BASKET BALL Tence

À partir de 4 ans, 7 niveaux, 1 section loisirs. U7 mardi, U9 lundi et vendredi, U11 mercredi et vendredi 16h30-18h. U13 lundi 18h-20h et jeudi 16h30-18h. U15 lundi 18h-20h et mercredi 18h-19h30. U17 masculins et U20 féminines vendredi 20h-22h. Seniors féminines mardi et jeudi 20h-22h. Loisirs mixte lundi 20h-22h. David BRUYERE **06.37.19.27.84** F. GOUIN **06.24.86.03.41**

### VOLLEY INTERCOMMUNAL DU PLATEAU

Le Chambon/Lignon, Gymnase des Bretchs  
Les jeudis de 20h30 à 22h30. À partir de 15 ans. 50 €. Aurélie Russier **06 27 31 84 53** volleyduplateau@gmail.com

## ARCHERS DU VIVARAIS LIGNON

Le Chambon/Lignon, Maison des Bretchs  
Mardi et jeudi soirs. 128€ licence comprise. Jérôme PROVOST **04.71.59.73.84** archersdುವivaraislignon@gmail.com

## BOULE LYONNAISE Le Mazet-St-Voy

5 jeux plein air au Bruas et 4 jeux au Boulodrome 30€ toute la saison / 2€ l'après midi. **04.71.65.00.11** - JC. BEJARANO : **06.17.35.37.15** ou JC. BLACHERE : **07.85.53.34.18**

## PÉTANQUE CHAMBONNAISE 43 Le Chambon/Lignon

JC BEJARANO : **06.17.35.37.15** ou G. FERNANDEZ : **06.78.19.15.99** lapetanquechambonnaise43@orange.fr

## ÉCOLE DE GOLF Le Chambon/Lignon

Ouvert 7/7 jours de 6 à 18 ans. Prêt du matériel. Benoit THERRIAUD **btherriaud@yahoo.fr** www.golf-chambon.com - **04.71.59.28.10**

## PÊCHE A LA MOUCHE CLUB Tence/Lignon/Velay

Soirée montage de mouches, sortie pêche, compétition. Médéric GIBERT **06.88.01.39.11** Marc DESAGE **04.75.29.39.82**

## VÉLO CLUB DU HAUT-LIGNON

Arnaud ROUSTAIN **06.21.84.12.52** à partir de 20€.

## ÉQUITATION Le Chambon/Lignon

- L'Écurie du Dragon. **04.71.59.73.54**  
- Teen Ranch. **06.69.07.08.51**

## ÉQUITATION Tence

Cheval des Hautes Terres. **06.26.74.75.78**

## ESCALADE Le Chambon/Lignon, Maison des Bretchs

Zénith Sensation. Adultes seulement. Gilles RUSSIER **06.50.69.64.68**



## TENNIS CLUB

- Le Chambon/L - André Viallon **06.59.04.32.96**  
**club@lechambontennis.com**  
**www.lechambontennis.com**  
 - Tence - Benjamin ROBERT **06.82.06.96.62**  
 Les jeudis et vendredis 17h-22h.

## TENNIS DE TABLE DU HAUT-LIGNON

À partir de 60€ l'année. Dès 7 ans.  
 - Chambon/L Maison des Bretchs le  
 lundi et mercredi à partir de 18h  
 - Tence Gymnase : mardi et vendredi 17h-18h  
**06.81.07.14.22** ou **06.50.84.97.16**

## BADMINTON Le Chambon/Lignon, Maison des Bretchs

Lundi et mercredi. 35€.  
 Ludovic HERITIER **07.63.48.64.17**



## AQUA GYM Tence

Mardi et vendredi départ 15h30 de la maison des  
 Associations. Carte adhérent 20€ + 4.40€ /séance.  
 Jacques FOURNIER **04.71.59.55.74**

## AQUA GYM/ TONIC/ DETENTE / BÉBÉ NAGEUR ET OUVERTURE PUBLIC Piscine école du Chambon/Lignon Mairie **04.71.65.71.90**

## DAUPHINS DU PLATEAU Piscine école du Chambon/Lignon

Cours de natation les mercredis.  
 Tarifs : 120€. **06.10.67.40.36** -  
**associationlesdauphinsduplateau@laposte.net**



## ÉCOLE DE MUSIQUE INTERCOMMUNALE DU HAUT-LIGNON

Céline RITTON SAUGUES **06.78.98.85.77**  
**emihl.cc.hautlignon@orange.fr**

## BATTERIE FANFARE LIZIEUX-MÉZENC Tence, Maison

des associations. 8-15 ans : mercredi à partir de 19h et  
 vendredi à partir de 20h.  
 Mme Rey **04.71.65.40.43**  
 Y. Gounon **06.76.17.11.14**

## CHORALE Le Mazet-St-Voy, Salle de la Mairie

Jeudi 20h-22h.



## CHAMBON DANSE

Éveil 4/6ans. Classique, Stretching et Modern Jazz.  
**06.72.24.71.35** - **chambondanse@gmail.com**

## LEZ'ENFANTS DANSE Le Chambon/Lignon, Maison

des Bretchs. Tous les mercredis.  
 3/5 ans Éveil et créativité : 10h-11h.  
 6/10 ans Groupe de Création Chorégraphique : 11h-12h30.  
 Danse en famille durant les vacances scolaires  
 Lisa Gimenez, L'art sème : **06.84.21.75.89**

## ZUMBA MOVE DANCE 43 Le Chambon/L, Maison

des Bretchs. Enfants samedi. Adultes/ados mercredi et  
 vendredi. Maud Bader **zumba.chambon@gmail.com**

## EXISTENCE CLUB

Carte adhérent 20€ + cotisation selon l'activité.  
 Gilbert CASTERAS **04.71.65.43.19**

- **DANSE FOLKLORIQUE Tence, Salle de la gare**  
 Tous les jeudis de 20h à 21h30.
- **GYMNASTIQUE TONIC ET SENIORS Tence, Maison**  
 des Associations. Lundi 8h30-9h30. Jeudi 19h30 -20h30.
- **ATELIERS TRAVAUX PRATIQUES Tence, Salle de la gare**  
 Lundi 13h30-17h. **07.88.52.51.54**

## MODERN'JAZZ Tence, Maison du Chatiague

Mercredi : 10h-11h (6/9ans), 11h-11h45 (3/5ans).  
 Jeudi 17h30-18h30, ados/adultes.  
 Dominique ROYER **04.71.65.45.09**

## COUNTRY Tence, Salle de la gare

Mardi 19h30-21h. Martine BESSET **06.31.73.92.23**



## JUDO CLUB DU HAUT-LIGNON

- **COMBAT CELTE**  
 Adultes uniquement, lundi.
- **JUDO**  
 Lundi 17h-20h30 Tence, Dojo  
 Vendredi 17h-20h Le Chambon/L, Maison des Bretchs  
 165€/an. **judoduhautlignon@gmail.com**

## KARATÉ Le Chambon/L, Maison des Bretchs

Combat Médiéval. Lundi, mardi et/ou jeudi.  
 Olivier et Mathieu BRIEUSSEL **06.17.16.73.43**

## KARATÉ BOXE PIEDS POINGS ARTS MARTIAUX

Tence, Dojo stade Jo Maso  
 Mardi 17h30-19h (enfant), 19h15-20h30 (adulte,  
 remise en forme). Mercredi 18h30-20h karaté adultes.  
 Tarifs : 110€ dès 6 ans. Pour hommes et pour femmes.  
 Pascal BROCARD **07.62.47.29.75**

## LIGNON PILATES

15 Route de St-Agrève, Le Chambon/L  
 Cours collectifs, solo ou duo sur réservation. **06.28.83.00.17**  
**www.lignonpilates.com** - **lignonpilates@gmail.com**



## PILATES Tence, Maison des associations

Lundi 9h30-10h30 et jeudi 18h30-19h30.  
 30€ le trimestre + 20€ de carte adhérent annuelle.  
 Claudette MONTELMARD **04.71.59.85.40**

## ESPACE REMISE EN FORME Zone de LEYGAT à Tence

Du lundi au samedi matin. À partir de 25€.  
**06.61.20.82.95** - **remiseenformetence@gmail.com**  
 Cours personnalisés (sur demande) ou training  
 fitness. Marie Valla **06.88.88.66.18**

## FITNESS FORME ENSEMBLE

Le Mazet-St-Voy, Salle à côté de la Poste  
 Lundi et vendredi 9h-20h, mardi, mercredi, jeudi 9h-  
 12h et 14h-20h samedi 9h12h.  
 70€ l'année en autonomie.  
 Philippe SOUBEYRAN **06.12.49.05.45**

## GYMNASTIQUE Le Mazet-St-Voy, Salle Le Calibert

Tous les vendredis. 18h30 Gym. 19h30 Steps. À partir  
 de 16 ans. Mairie du Mazet : **04.71.65.01.09**

## GYMNASTIQUE ST-JEURES DÉTENTE Salle du Bru

Lundi 18h-19h. Tarifs : 80€ l'année.  
**04.71.59.65.40 / 04.71.59.66.27**

## QI CONG XPEO TAI CHI

- Le Chambon/L.  
 Lundi 19h-20h30 Qi Gong et Tai Chi débutants. Salle  
 de danse Rue des Écoles.  
 Mardi 10h-11h30, Maison des Bretchs.

## - Tence, Maison du Chatiague.

Mercredi 9h45-11h30 Qi Gong et Tai Chi débutants.  
 Odile ARGENTIER **06.70.38.74.21**  
**www.tai-chi-lignon-vivarais.fr**

## HATHA YOGA / YOGA NIDRA / YOGA DU

RIRE / MÉDITATION Le Chambon/L, Maison des Bretchs  
 Lundi, mardi, mercredi et vendredi.  
 Valérie Pierre **06.88.62.97.73** - **yoganaom@gmail.com**

## YOGA / ACCESS BARS / CERCLE DE PAROLES

DÉDIÉ DES FEMMES Le Chambon/L  
 Christine LAURIENT **07.84.68.76.01**  
**christine\_laurient@yahoo.fr**

## YOGA Tence, Maison des associations

Mardi de 14h-15h30 et 19h-20h30 dont 30 min  
 relaxation. Carte adhérent 20€ + 100€.  
 Dominique MEDARD **04.71.65.43.32**

## YOGA Le Mazet-St-Voy, salle de la Mairie

Tous les vendredis 10h-11h30.

## YOGA ST-JEURES DÉTENTE Salle polyvalente

Mardi 8h50-10h. 90€/an.  
 Mardi de 18h20-20h. Tarif 140€/an ou 60€ les 10  
 séances. **04.71.59.65.40** - **04.71.59.66.27**

## CORPS VOIX ÉNERGIE Le Mazet-St-Voy, Salle de la

Mairie. Ateliers les mardis 19h30-21h30.  
 Corinne Drevet **04.71.56.33.87** ou **06.67.92.43.31**  
**ipsee@corinnedevret.fr** - **www.corinnedevret.fr**

## SOPHROLOGIE / MÉDITATION

Ateliers collectifs ou séances individuelles.  
 - Le Chambon/L, lundi 17h30-18h45 et mardi 18h-19h15.  
 - Tence, jeudi 18h-19h15.  
 Soara DEBARD **06.80.73.62.04** - **soara.d@hotmail.fr**

## SOPHROLOGIE Mairie de St Jeures

Tous les samedis, ateliers collectifs, 10€/séance.  
 Séances individuelles sur RDV.  
 Patricia Bouchut **06.88.47.98.87** - **pbouchut@yahoo.fr**



## LA COULEUR DES MAUX Le Chambon/L

Atelier d'art-thérapie pour mieux se connaître, libérer  
 ses émotions et découvrir sa créativité. Ateliers en  
 groupe, individuel ou parent/ado sur RDV. Tout âge.  
 Emmanuelle JAMBOU **06.34.25.29.82**  
**atelierlacouleurdesmaux@gmail.com**

## ATELIERS PEINTURE Tence

Mardi 15h-17h adultes. Mercredi 15h-17h ados et  
 adultes. Monique LEMPEREUR **06.24.29.16.05**

## COURS D'AQUARELLE Le Chambon/L

Tous niveaux, sur réservation.  
 Colette BARDIN **07.66.36.23.25**

## PEINTURE SUR SOIE Lundi 14h-17h. **04.71.59.78.07**

## COURS DE DESSIN Tence

Lundi 17h30-19h30. À partir de 12 ans, 90€ matériel  
 compris. Kizou DUMAS **06.30.29.81.73** -  
**kizou.dumas@wanadoo.fr**

## ATELIERS CRÉATIFS Tence

Mercredi après-midi et samedi matin. Aurélie PETIT  
**06.74.45.33.64** - **lamalleauxtresaur43@orange.fr**

## ART FLORAL

- Tence, Salle de la gare. Les samedis. 16€/stage +  
 adhésion 15€. Martine BESSET **06.31.73.92.23**  
 - Le Chambon/L, Salle de la gare. Un samedi/mois à 14h.  
**06.71.50.25.65** - **c.roro@orange.fr**