

## CHORALE DE FEMMES

Elise FOUASSIER -

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

T. 07 80 50 46 38

- Lundi 20h30 à 22h30

## CLAIR LOISIRS

Gérard MUNOZ / 06 61 57 01 24

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

Mardi 14h00 à 18h00



## TRICOT - PATCHWORK

Marlène GARRY - [marlene.garry@gmail.com](mailto:marlene.garry@gmail.com)

T. 06 72 37 30 72

- Lundi 15h00 à 18h00
- Jeudi 15h00 à 18h00

## LOCATION DU FOYER

Gérard MUNOZ / 06 61 57 01 24

### TARIFS

Activités	Cotisations	Adhésions
Aquagym	180	25
GAF Compétition	300 ou 350	25
GAF GAM loisirs init/ad senior	225	25
GAM Compétition	300	25
Gym forme détente	225 ou 300	25
GR Compétition	350 ou 400	25
GR Loisirs	225	25
Eveil et Parkour	225	25
Clair Loisirs	75	25
Tricot	75	25
Pétanque	75	25
Peinture	75	25
Chorales	75	25

Pour les autres activités, voir directement avec la responsable de l'activité

Association Saint Clair

30 rue des Renardières - 44100 Nantes

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

<https://saintclairdenantes.com>

## MÉDITATION LUMINEUSE

Gérard LAURENT

[contact@jailightmediation.fr](mailto:contact@jailightmediation.fr)

T. 06 88 96 12 05

- Mercredi de 20h30 à 21h45

## PEINTURE

Wilfrid VINET - [wilfrid18@hotmail.com](mailto:wilfrid18@hotmail.com)

T. 07 66 52 82 46

- Samedi 09h30 à 11h30

## PÉTANQUE

Brigitte LAIRIE - T. 06 76 07 82 54

- Samedi 14h00 à 17h00 (hiver) 18h00 (été)

## SCRAPBOOKING

Sophie LE CAM

T. 06 83 42 81 09

- Mardi 20h00 à 22h30



SAISON 2024/2025

Antigymnastique

Aqua Gym

Chorale

Clair Loisirs

Eveil de l'enfant

Gymnastique artistique féminine

Gymnastique artistique masculine

Gymnastique forme détente

Gymnastique Rythmique

Méditation lumineuse

Parkour

Peinture

Pétanque

Pilates

Qi Gong

Scrapbooking

Taï Ji

Tricot

Yoga – Yoga Kundalini

Association Loi 1901

Affiliée à la Fédération Sportive  
et Culturelle de France (FSCF)

Agréée par le Ministère  
de la Jeunesse et des Sports

## EVEIL DE L'ENFANT

Mathys BRECHET

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

- Mercredi 10h00 à 10h45
- Samedi 13h15 à 14h00



## GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FEMININE

Alexia COMBARNOUS / Erwann DELGOVE

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

- Horaires selon niveaux



## GYMNASTIQUE ARTISTIQUE MASCULINE

Erwann DELGOVE

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

- Horaires selon niveaux



## GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

Barbara FRATTANE / Nadège COUFFIN

[gr.saintclair@gmail.com](mailto:gr.saintclair@gmail.com)

[nadege.gr@orange.fr](mailto:nadege.gr@orange.fr)

- Horaires selon niveaux



## PARKOUR

Mathys BRECHET

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

- Samedi de 11h30 à 12h30 (6 à 9 ans)
- Samedi de 15h15 à 16h45 (10 ans et +)

## ANTIGYMNASTIQUE, CONSCIENCE DU CORPS

Aline VANTZ

[aline.vantz@orange.fr](mailto:aline.vantz@orange.fr)

T. 06 07 08 79 84- T. 06 77 60 15 16

- Samedi de 9h30 à 11h00

## AQUA GYM

Michelle LANDREAU

[michellelandreau@neuf.fr](mailto:michellelandreau@neuf.fr)

T. 06 04 02 34 62

- Jules Verne / Lundi de 16h45 à 17h45
- Petite Amazonie / Mercredi de 08h00 à 09h00
- Le Petit Port / Lundi de 17h00 à 18h00  
Mercredi de 09h30 à 10h30

## GYM FORME DETENTE

Adeline BOUCHET

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

- Lundi 9h15 à 10h15 : Gym dynamique  
10h15 à 10h45 : Stretching  
11h00 à 12h00 : Gym douce  
15h00 à 16h00 : Gym douce
- Mardi 9h15 à 10h15 : Gym dynamique  
10h15 à 10h45 : Stretching  
11h00 à 12h00 : Gym douce
- Jeudi 9h15 à 10h15 : Gym dynamique  
10h15 à 10h45 : Stretching
- Vendredi 9h15 à 10h15 : Gym  
10h15 à 10h45 : Stretching  
11h00 à 12h00 : Gym douce  
16h30 à 17h30 : Gym douce  
17h30 à 18h30 : Gym douce  
18h30 à 19h30 : Gym dynamique

## PILATES

Stéphanie GUILLET

[stephanie.guilet@yahoo.fr](mailto:stephanie.guilet@yahoo.fr)

T. 06 63 16 55 58

- Lundi 17h30 à 18h30  
18h40 à 19h40
- Mardi 11h00 à 12h00 ou 12h15 à 13h15  
17h30 à 18h30 ou 18h40 à 19h40
- Mercredi 09h30 à 10h30 ou 10h40 à 11h40
- Jeudi 09h30 à 10h30 ou 10h40 à 11h40  
17h30 à 18h30 ou 18h40 à 19h40

## QI QONG

Nathalie PARIS

T. 06 81 37 54 53

- Mardi de 12h00 à 13h15 et 17h00 à 18h15

## TAI JI

Babeth et Martine LEROY

T. 06 58 48 22 40 - T. 06 77 60 15 16

- Jeudi de 18h15 à 20h00

## YOGA

Sonia DUCHESNE – T. 06 88 79 14 58

- Lundi de 19h00 à 20h00

## YOGA KUNDALINI

Stéphanie GARAT - T. 06 51 20 25 75

[padmadevi.kundaliniyoga@gmail.com](mailto:padmadevi.kundaliniyoga@gmail.com)

- Mercredi de 12h30 à 13h30 (adultes)
- Mercredi de 15h30 à 16h30 (enfants 6 ans et +)
- Mercredi de 17h00 à 18h00 (ados 11 à 14 ans)
- Mercredi de 18h45 à 19h45 (adultes)
- Vendredi de 12h30 à 13h30 (adultes)