

CENTRE DE LOISIRS DE BERSTETT



ACTIVITES 2023-2024

CERAMIQUE POTERIE

A la Maison des Associations à RUMERSHEIM

Développement du sens artistique par la réalisation d'objets courants ou imaginaires

Ateliers Créatifs pour enfants :

Mercredi : de 14H00 à 15H30 à partir du mercredi

13 septembre

Animatrice : Sylvie SOMMACAL ☎ 03 88 51 21 32

☎ 06 35 94 65 47



Ateliers Créatifs pour adultes :

Mardi : de 14H à 17H à partir du 19 septembre

Animatrice : Leila ☎ 06 15 44 45 37 (infos Hélène HERMANN)

Jeudi : de 14H à 17H (1 semaine sur 2) à partir du 28 septembre

Animatrice : Véra PITH ☎ 03 88 69 77 82

Et de 20h00 à 22h30 : Cours animé par E. OST à partir du 28 septembre



Vendredi : de 14H00 à 17H00 à partir du 29 septembre

Animatrice : Evelyne OST ☎ 03 88 51 99 79 ou 06 26 27 73 15

Samedi : de 14H à 17H (2 séances par mois) à partir du 30 septembre

Animatrice : Maryse COMPARON ☎ 03 88 69 46 49



YOGA

Apprendre à travailler son corps et à se relaxer à l'aide de techniques de respiration (Pranayama) et de la pratique de posture (Asanas) pour se tonifier et assouplir son corps et son mental.

Lundi à la maison des associations à Rumersheim

Reprise lundi 4 septembre 2023

Horaire : 19h00 – 20h15

Animatrice : Maeva TAOA diplômée de Yoga

Contact : Michèle GROSJEAN 07 70 68 24 63



PEINTURE SUR SOIE
ADULTES

Travail des différentes techniques à
travers l'inspiration et l'envie de chacun.

Réalisation de foulard, abats jours, tableaux.
Samedi après-midi de 14h00 à 17h00 – selon
disponibilités – 2 séances par mois
reprise le 30 septembre

À la maison des Associations à Rumersheim

Animation : Danièle WOLFF ☎ 03 88 20 91 48

La Frivolité

CREATION DE BIJOUX

Le Centre de Loisirs vous propose de vous initier à l'art de
la dentelle selon la méthode : frivolité à la navette.



La frivolité c'est quoi ? : c'est une série de nœuds réalisés avec
un fil de coton ou polyester et reliés entre eux pour former des
boucles et des arcs. Cette technique ancienne et héritée de nos
grands-mères est adaptée à création de bijoux

1 samedi sur 2 à la maison des associations de Rumersheim

Si vous êtes intéressés nous vous proposons de
contacter Eliane Dossmann au 06 25 75 36 80

Saison 2023 -2024

CENTRE DE LOISIRS RUMERSHEIM

à MAISON DES ASSOCIATIONS

cours

peinture et dessin

technique perso huile dans eau
peinture à la spatule

huile, acrylique, aquarelle, pastels,
lavis, empreintes, collage, sable
et autres techniques au dessin

rentrée mercredi 20 septembre 2023

Corinne ALBRECHT 06 19 24 25 49

corinne.albrecht@gmail.com

artiste avec 35 ans d'expérience

www.corinnealbrecht.eu

les mercredis sauf pdt les vacances scolaires

Gp1 14h00 - 15h30 : enfants

Gp2 15h45 - 17h30 : adultes

Gp3 17h45 - 19h30 : adultes

Cours de FITNESS Adultes



Au Dojo du complexe
sportif de Berstett

Jeudi soir de 20h à 21h00



Contact : Marilène Gontier 03 88 59 48 75

Reprise jeudi 7 septembre 2023

Tennis de table Jeunes et adultes

Inscriptions (lundi 4 et 11 septembre)
et entraînements à la
salle des fêtes de BERSTETT

Lundi soir à 20h

2 équipes en championnat



Inscription en loisirs (adultes et
enfants)

Renseignements et inscriptions :
Eric URBAN 06 30 38 75 51

TAROT

Vendredi soir à 20h00

à la maison des

associations à Rumersheim

Animateur : Didier URBAN

 03 88 59 45 52



QI GONG

Trésor de la culture chinoise, la pratique du Qi Gong Vous offre la possibilité de prendre part activement à l'entretien de votre vitalité et de votre dynamisme.

Le Qi Gong mobilise notre énergie interne, assouplit les articulations et renforce notre corps.

Il apporte une détente intérieure et favorise notre bien-être.

Par sa dimension méditative le Qi Gong harmonise le corps et l'esprit, il nous invite à nous découvrir ou nous redécouvrir, parfois avec étonnement et à savourer l'instant présent.



Le Qi Gong se compose à la fois:

- D'automassages
- De mouvements lents et souples alliés à une respiration profonde et à la concentration.
- De méditation

L'art du Qi Gong est accessible à tous car il se pratique dans le respect des capacités de chacun et sans compétition.

Il demande simplement de la patience, de la tolérance vis-à-vis de soi et de la persévérance.



Quand : Mardi matin 9h
Mardi soir 19h30

Où : Rumersheim à la [Maison des associations.](#)

Rentrée : Mardi 12 septembre 2023



Nathalie Kintz
06 75 36 07 43



nathalie.qigong67@gmail.com



www.urbanview.fr

ZUMBA



Zumba adultes :

Mercredi soir : 20h00 – 21h00
Jeudi soir : 20h15 – 21h15 à la salle
des fêtes de Gimbrett
Reprise et séances d'essai les 6 et 7
septembre

Contact : Frédérique Claudel : 06 75 62 00 66



JUDO

Au dojo du complexe sportif
Renseignements et inscriptions le
mardi 5 septembre de 16h30 à 19h30
Reprise des entraînements le mardi 12
septembre 2023



Judo

2 séances offertes pour venir découvrir
ou redécouvrir le judo

- Pour les enfants nés à partir de 2019
- Prêt d'un kimono (contre caution)
- Club affilié à la Fédération Française de Judo

Enseignant: Gretz Romain
3ème Dan
Ancien Champion de France et membre
équipe de France Cadet

Renseignements complémentaires
avant les séances ou par téléphone:

Sébastien LASTHAUS : 03.90.29.01.03
après 19h00



Entraînement

Baby Judo 2018-2019
Mardi 16h30-17h30

Mini poussins 2016-2017
Mardi 17h30-18h30

Poussin et plus: à partir de 2015
18h30-19h30

Romain Gretz: 06.80.50.90.80

Le centre de loisirs de Berstett est une association à but non lucratif, gérée par une équipe de bénévoles qui mettent leurs compétences, leur temps libre et leur énergie à votre service ! Nous mettons en commun les moyens, les idées et les bonnes volontés pour développer des activités qui participent au bien-être et à la vie de nos villages. Venez rejoindre notre équipe, apportez vos idées, nous avons besoin de toutes les énergies !!!

Contacts :

Michèle Grosjean - secrétaire : 07 70 68 24 63

Sébastien Lasthaus - président : 03 90 29 01 03

lasthaus.seb@gmail.com

