

Bienvenue  
Welcom  
Velkommen  
Willkommen  
Bienvenidos  
Velkomin  
Benvenuto  
Welcome  
Bem-vindo  
Benvenguda  
Välkommen  
Hoan nghinh  
vitejte



# Aups et sa Région

Sports et Loisirs 2019/20



# ACTIVITES SPORTIVES

## DANSE CLASSIQUE et CONTEMPORAINE

### Eveil corporel

### Cours à Salernes et à Aups

Adultes et enfants (cours selon le niveau)

## RENFORCEMENT MUSCULAIRE et STRECHING (adultes) BARRE A TERRE

### **SARABANDE**

Mme Nicole VERGNES – BLANQUER

Tél : 06.82.42.50.06



## MODERN JAZZ, HIP-HOP, STREET DANSE...

### Cours à Barjols

### Cours de danses de salon à Barjols & Salernes

### **BOUGE DANSE**

Renseignements : 06.83.06.57.43/06.32.16.80.72

bougedanse@sfr.fr



## DANSE MODERNE, RAGGA, DANCEHALL

### Cours à Salernes et Aups

### HARMONIE DANSES

Alicia au 06.23.09.63.18

## NOUVELLES DANSES, PILATE , HIP-HOP...

**MAD** - Musique, Animation, Danse

### Cours à Aups

Renseignements : 07.78.11.71.22 (Céline)

06.19.71.64.47 (Jeanne)



# **ACTIVITES SPORTIVES**

## **DANSE MODERNE, NEW STYLE, REGGAETOM**

Cours sur Régusse enfants/ados

Tél. :Audrey au 06.50.68.61.43

## **GYM**

Moissac Forme et Loisirs

Tél. 06.82.24.41.58

## **DANSES FOLKLORIQUES**

Pour enfants, Adolescents et Adultes

Cours enfants le vendredi de 17h00 à 18h00

Cours adultes le vendredi de 21h00 à 22h00

## ***LOU PEBRE D'AÏ***

Présidente : Mme Lucinda PIRES

Tél: 06.16.68.19.37 ou Marie-Jeanne au 06.18.04.69.60



## **CAPOEIRA**

Cours à Aups et Salernes

Pour Adultes et enfants

## ***QUERO APRENDER***

Fanny -Présidente : 06.26.53.85.26

Professeur Tartaruga : 06.01.26.84.21

## **JUDO**

Cours à Aups le lundi et le mercredi

Renseignements et contact : M. Thierry MALOSSANE

Tél: 06.80.15.16.40

## **KARATE / KOBUDO /KRAV-MAGA**

Cours à Régusse

## ***SEMPAÏ DOJO***

Pascal au 06.99.40.16.23



# **ACTIVITES SPORTIVES**

## **SAVATE FIGHT CLUB**

Adultes : Cours à Aups le mercredi et vendredi de 19h à 21h

Cours à Régusse le mardi et jeudi de 19h à 21h

Enfant : Cours à Aups le mercredi de 18h à 19h15

Cours à Régusse le mardi de 18h à 19

Renseignements : 06.59.17.48.20

## **FOOTBALL**

### ***ENTENTE SPORTIVE AUPS-REGUSSE-TOURTOUR***

Renseignements et contact :

Tél: 06.18.03.34.70



## **PETANQUE**

### ***AMICALE BOULISTE AUPSOISE (ABA)***

Renseignements :

Tél : 06.74.57.21.80

## **QI GONG & TAÏ JI QUAN**

### **Le lundi à Aups au Foyer Romano**

Renseignements : Isabelle DECAE

Tél : 06.86.65.27.50



## **YOGA DU RIRE**

### **Séances au centre de la Combe à Moissac Bellevue le mercredi de 10h30 à 11h30 et/ou de 18h à 19h**

Renseignements : Florence au 06.77.14.45.87

Florence.flowderire@gmail.com

# ACTIVITES SPORTIVES

## ASSOCIATION MULTISPORT

Le mercredi au gymnase d'Aups  
de 20h30 à 22h30

Renseignements: Stéphanie au 06.75.20.85.03  
[vayavoirdusport@laposte.net](mailto:vayavoirdusport@laposte.net)



## TENNIS

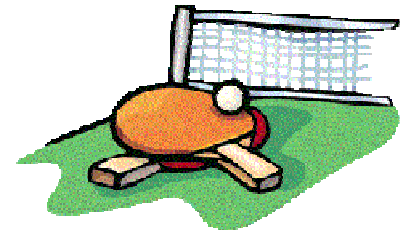
**Tennis Club Aupsois -**  
Contact : 06.34.31.26.83  
[tennisclubaupsois@gmail.com](mailto:tennisclubaupsois@gmail.com)



## TENNIS DE TABLE

**Club de Tennis de Table Aupsois -**

Contact : 06.56.72.07.25



## TIR A L'ARC

**Séances à La Verdière**

Renseignements : **Président 06.52.40.63.47 Serge Rozerot**  
**Entraîneur 06.07.76.93.20 Claudine Caux**

## VELO

**Cyclo Club Aupsois**

Infos : [www.cycloclubaupsois.com](http://www.cycloclubaupsois.com) / [cycloclubaupsois@live.fr](mailto:cycloclubaupsois@live.fr)  
Infos : 06 21 94 65 18 - Claude / 06.43.08.87.81 - Alain

## **CENTRE NAUTIQUE MUNICIPALE BAUDUEN**

De septembre à décembre et de mars à juin

Infos : 04.94.70.09.22/06.48.58.05.80

Mail : [centrenautique83@wanadoo.fr](mailto:centrenautique83@wanadoo.fr)

Site web : <https://www.cnbauduen.fr/>

## **YOGA DOUX & RELAXATION**

**Tous les mardis de 14h45 à 16h15 au Centre Culturel**

Mme Marie CLAUWAERT - Association SEVE

Tél : 04.94.80.76.58

# **LOISIRS**

## **AINES**

***RENCONTRE ET AMITIE (Club des aînés ruraux)***  
***Travaux manuels, balades, gymnastique, sorties***

Renseignements et contact :

Mme Duet au 06.09.48.07.89 /Mme Esquirol au 04.94.70.11.14

Mme Schlosser au 06.01.00.00.71 (rencontres culinaires)

Mme Tupet au 07.85.55.96.15 (cours de gymnastique)

## **AUTOMOBILE**

- ***Les RAVANS (Rassemblement aupsois de véhicules anciens)***

Renseignements : M. ISERENTANT

Tél : 06.09.51.75.77



- ***S.A.O.L. TEAM – LES FADAS DE ZAOU (Véhicules de course, Rallyes)***

Renseignements : Fabien - 06.62.71.53.48



## **L'ART CHEMIN**

### **Cours à Moissac Bellevue**

Atelier de sculpture sur terre, pierre et bois, histoire de l'art, art-thérapie ...

Tél: 06.74.51.35.12

[www.art-chemin.fr](http://www.art-chemin.fr)

## **BIBLIOTHEQUE**

Juillet et Août :

➤ Du lundi au samedi : 09h00/12h30

Autres mois :

➤ Lundi / Mardi/ Vendredi : 14h00 / 17h30

Mercredi : 9h00 / 12h00 et 14h00 / 17h30

Samedi: 9h00 / 12h00



Place Martin Bidouré

Tél: 04.94.70.07.72

## **THEATRE**

### **La Petite Fabrique**

Professeur de théâtre diplômé d'état

Cours à Salernes

[www.lestiroirs.fr](http://www.lestiroirs.fr)

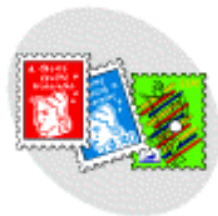
Informations : Tél. 07.83.21.26.26

## **PHILATELIE**

### ***AMICALE PHILATELIQUE AUPS-SALERNES***

Renseignements et contact : BRUNEL Maurice

Tél : 04 94 70 71 76



## **RUGBY**

### ***GUERRIERS DU VERDON***

Club de supporters du RCT

M. Denis Trouillot

Tél : 06.70.31.58.05



Bureau d'Information touristique - Place M. Bidouré - 83630 AUPS  
☎/📧 : 04.94.84.00.69 - aups83@wanadoo.fr - www.aups-tourisme.com