

2024



# Le livret des activités



## Activités physiques ou sportives

**Badminton** – Pierrick Cebron : [pierrick.cebron@meteo.fr](mailto:pierrick.cebron@meteo.fr)

**Basket** – Olivier Laurantin : [olivier.laurantin@meteo.fr](mailto:olivier.laurantin@meteo.fr)

**Capoeira** – Florent Duchaine : [florent.duchaine@cerfacs.fr](mailto:florent.duchaine@cerfacs.fr)

**Danses en couple et Flamenco** - Floriane Camy et Sandrine Tissot :  
[floriane.camy@meteo.fr](mailto:floriane.camy@meteo.fr) / [sandrine.tissot@meteo.fr](mailto:sandrine.tissot@meteo.fr)

**Équilibre** – Sophie Ricci : [sophie.ricci@cerfacs.fr](mailto:sophie.ricci@cerfacs.fr)

**Football** – Grégory ROUX et Gabriel DE-CUEVAS : [gregory.roux@meteo.fr](mailto:gregory.roux@meteo.fr) /  
[gabriel.de-cuevas@meteo.fr](mailto:gabriel.de-cuevas@meteo.fr)

**Gym Muscu Pilates Zumba** – Marion Faugères, Christel Icard et Claudine Gueguen :  
[responsables\\_section\\_gym@meteo.fr](mailto:responsables_section_gym@meteo.fr)

**Hatha-Yoga** – Aline Calabre : [Aline.Calabre@developpement-durable.gouv.fr](mailto:Aline.Calabre@developpement-durable.gouv.fr)

**Montagne Escalade** – Aude Palomba : [aude.palomba@meteo.fr](mailto:aude.palomba@meteo.fr)

**Qi-Gong** – Vinciane Unger et Florent Beucher : [vinciane.unger@meteo.fr](mailto:vinciane.unger@meteo.fr) /  
[florent.beucher@meteo.fr](mailto:florent.beucher@meteo.fr)

**Roller Hockey** – Harold Petithomme : [harold.petithomme@meteo.fr](mailto:harold.petithomme@meteo.fr)

**Self défense** – Vinciane Unger : [vinciane.unger@meteo.fr](mailto:vinciane.unger@meteo.fr)

**Tai-Chi** – Activité en cours de reprise, contacter Joëlle Breuil :  
[joelle.breuil@bleu-pastel.org](mailto:joelle.breuil@bleu-pastel.org)

**Tennis** – Christine Quicot et Muriel Aubin-Lecomte : [christine.quicot@meteo.fr](mailto:christine.quicot@meteo.fr) /  
[muriel.aubin-lecomte@meteo.fr](mailto:muriel.aubin-lecomte@meteo.fr)

**Tissu aérien** – Yannick Bochatay : [yannick.bochatay@meteo.fr](mailto:yannick.bochatay@meteo.fr)

**Volley Beach-volley** – Nicolas Rieu : [president.sectionvolleyapem@gmail.com](mailto:president.sectionvolleyapem@gmail.com)

## Activités de bien-être

**Sophrologie** – Céline de Saint-Aubin : [celine.desaint-aubin@meteo.fr](mailto:celine.desaint-aubin@meteo.fr)



## Activités culturelles ou artistiques

**Arts plastique Ikebana** – Anne Destruel : [isabelle.destruel@meteo.fr](mailto:isabelle.destruel@meteo.fr)

**Astronomie** – Gilles Hertz : [gilles.hertz@wanadoo.fr](mailto:gilles.hertz@wanadoo.fr)

**Bibliothèque** – Isabelle Couasnon : [isabelle.couasnon@meteo.fr](mailto:isabelle.couasnon@meteo.fr)

**Guitare Ukulélé Batacuda** - Frédéric Deligeon et Bruno Mondin :  
[frederic.deligeon@meteo.fr](mailto:frederic.deligeon@meteo.fr) / [bruno.mondin@meteo.fr](mailto:bruno.mondin@meteo.fr)

**Ensemble orchestral** – Bénédicte Cuenot : [benedicte.cuenot@cerfacs.fr](mailto:benedicte.cuenot@cerfacs.fr)

**Jardinage** – Alain Pagnac : [alain.pagnac@meteo.fr](mailto:alain.pagnac@meteo.fr)

**Musique** – Cyrille Morin et Ariane Maitre :  
[cyrille.morin@meteo.fr](mailto:cyrille.morin@meteo.fr) / [ariane.maitre@meteo.fr](mailto:ariane.maitre@meteo.fr)

**Œnologie** – Michel Schneider : [michel.schneider@meteo.fr](mailto:michel.schneider@meteo.fr)

**Photographie** – François Marais et Jean-Marc Destruel :  
[francois.marais@aviation-civile.gouv.fr](mailto:francois.marais@aviation-civile.gouv.fr) / [jean-marc.destruel@meteo.fr](mailto:jean-marc.destruel@meteo.fr)

**Piano** – Murielle Bruzzzone : [muriel.bruzzzone@meteo.fr](mailto:muriel.bruzzzone@meteo.fr) / [muriel.bruzzzone@meteo.fr](mailto:muriel.bruzzzone@meteo.fr)

**Scrapbooking** – Colette Dehondt : [colette.dehondt@meteo.fr](mailto:colette.dehondt@meteo.fr)

**Théâtre** – Béatrice Letemple : [beatrice.letemple@meteo.fr](mailto:beatrice.letemple@meteo.fr)

**Voix** – Joëlle Breuil : [joelle.breuil@bleu-pastel.org](mailto:joelle.breuil@bleu-pastel.org)

## Organisation et services

**Expos Espace Météo** – Anne Destruel : [isabelle.destruel@meteo.fr](mailto:isabelle.destruel@meteo.fr)

**Permanences APEM** - Anne Pineaud : [anne.pineaud@meteo.fr](mailto:anne.pineaud@meteo.fr)

**Prêt de matériels** – Eric Phegnon Stéphane Paban et Johann Bournonville :  
[asso\\_apem.materiel@meteo.fr](mailto:asso_apem.materiel@meteo.fr)

**Orchestre du Capitole** – Louis-François Meunier : [louis-francois.meunier@meteo.fr](mailto:louis-francois.meunier@meteo.fr)



## Planning des activités de l'APEM

Pôle Social		Gymnase Météo		Gymnase Pradettes		Autres	
Midi	Soir	Midi	Soir		Midi	Autres	
Qi Gong 12h30 – 13h45	Arts Plastiques Cours 17h30 - 19h30	GYM HIT 12h10 – 12h40 Pilates fusion 12h45 -13h30	Volley Match 20h30 – 23h00		Badminton 12h00 – 14h00	Sophrologie 12h30-13h30 Salle 1 Résidence. D	
	Théâtre 19h30 – 22h30 Salle Nord		Basket TAPEM – AEEEM 18h00 - 20h00		Jeux de stratégie 12h30-13h30 Salle 2 Résidence. D		
	Zumba 18h00 – 18h45		Badminton Match 20h00 – 23h00		Prêt de matériel 09h30 – 16h00 (contacter les responsables section)		
Hatha Yoga 12h15 – 13h30	Danse – Rock sans professeur 17h30 -18h00	Roller Hockey 11h40 – 12h40	Roller Hockey 18h30 – 20h00		Danse - Salsa 12h00 - 13h00 Salle 1 Résidence D		
Atelier Voix 12h30 – 13h45	Danse – Cours de Rock 18h00 -19h00	Gym Renfo musculaire 12h45 – 13h30	Basket Match 20h00 – 23h00		Permanence Bibliothèque 12h45 - 13h30		
Scrapbooking 12h00 - 13h30 salle Arts plastiques	Théâtre – selon besoin 19h30 - 22h30		Badminton 12h00 – 14h00				
Atelier terre-céramique 12h00 – 14h00	Dessin modèle 17h30 -19h30 Salle Arts plastiques		Roller Hockey 18h30 – 20h00				
Zumba 12h10 – 12h55	SELF DEFENSE 18h00 – 20h00	Escalade - mur extérieur 12h00 – 13h30	Basket Match 20h00 – 23h00		Qi Gong 12h00 – 13h15 Salle 1 Résidence D		
Pilates 13h00 – 13h45			Volley 12h15 - 14h00				
Capoeira 12h15 - 13h45			Entrainement Match 20h30 – 23h00				
Guitare 11h45 - 13h45	Danse – Cours de Salsa 18h00 – 19h00	Gym 12h15 – 13h15	Volley Entrainement Match 20h30 – 23h00		Equilibre 12h15 à 14h00 Salle2 Résidence D		
	Ikebana cours 17h30-19h00 une fois /mois		Equilibre 12h15 – 14h00				
Guitare 11h45 – 13h45	Guitare 16h45 – 18h45 (selon nombre de participants)	Foot en Salle 12h00 – 13h30		Permanence Bibliothèque 12h45 – 13h30			
		Poterie Céramique 17h30 – 19h30					
Flamenco 12h15 – 13h15 Salle Sud	Orchestre 19h30 – 22h30			TajChi 12h15- 13h15 Salle 1 Résidence D			
							Capoeira 12h15 – 13h45 Salle 2 Résidence D
				Prêt de matériel 09h30 – 16h00 (contacter les responsables section)			