

LOISIRS ARTS CULTURE (LAC) > Enfants et adultes

Yoga adultes : Lundi 11h-12h30 et 17h15-19h00
Mercredi 19h-21h

Marie ☎ 06 13 65 51 70

Sophrologie adultes : Mardi 18h30-20h

Christelle ☎ 06 85 30 67 42

Ecole de cirque (6 ans et +) : Jeudi 16h45-18h15

Magali et Charlye ☎ 06 58 06 84 87

ecoledecirquecapella@gmail.com

Danse trad : 1er et 3ème mardis du mois 19h45-21h15

Stage de théâtre

Contact : Brigitte Serret ☎ 06 88 29 85 42

lacadrets@yahoo.fr

LE TEMPS LIBRE > Adultes

Anglais conversation : lundi 10h à 12h

Atelier Peinture : jeudi 9h à 12h

Atelier Photos : vendredi 10h à 12h

Balades découvertes : mercredi départ 10h

Bridge : lundi 14h à 20h

Belote : vendredi 18h/20h

Histoire locale : conférences à thème

Italien : mardi 9h30 à 11h30 Mercredi 9h30 à 11h30

Jardinage : sur rendez-vous

Jeux de sociétés, repas convivial : vendredi 18h à 23h

Pétanque : vendredi 14h

Randonnées à la journée : jeudi départ 9h

Renforcement musculaire : mardi 11h à 12h

Scrabble : mardi 14h à 17h

Taï Chi Chuan : mardi 10h

Voyages, Excursions, Pique-Niques, Sorties à thème
tout le long de l'année

Contact : Luc Petit ☎ 07 88 03 39 70

letempslibresadrets1@gmail.com

MÉDIATHÈQUE GUTENBERG > A partir de 4 ans

Médiathèque municipale, conférences, expositions et
animations culturelles

Ouverte le mercredi et le samedi de 10 h à 12h

Contacts : Anne-Marie Renaud ☎ 06 61 62 82 09

Catherine Siméon ☎ 06 82 65 45 85

biblio.gut@wanadoo.fr

Site Mediatem : www.mediatem.fr

GUITARE ESTEREL > A partir de 6 ans

Cours de guitare, enregistrement, composition, stages

Du lundi au vendredi jusqu'à 20h30

Contact : Pacteau Raphaël ☎ 06 86 65 93 97

Loukacheff Tatiana ☎ 06 04 13 73 65

guitareesterel@gmail.com

MUSIC AND CO > A partir de 6 ans

Cours de Batterie avec l'ancien batteur des Martin Circus

Mercredi > enfants et ados

Jeudi > adultes

Contact : René Guérin ☎ 06 87 82 49 30

rene.guerin6@wanadoo.fr

MUSIQUE PASSION > A partir de 8 ans

Cours individuel de solfège et piano. Tous les styles

de musiques jusqu'à vos propres compositions

Contact : Martine Auguste-Cordon ☎ 06 03 59 12 96

musiquepassion@orange.fr

NATURARMONY > Tout public

Conférences, visites guidées, stages, méditation, voyages

Contact : Natalia Aragon ☎ 06 30 20 40 83

PADEL TENNIS CLUB DES ADRETS > A partir de 4 ans

Tous les jours de 6h30 à 22 h

Tennis (à partir de 4 ans) et Padel (à partir de 9 ans)

Contact : Membre du comité ☎ 06 52 67 94 75, tous les

jours (9h à 18h) tennisclub.adrets@free.fr

REGAIN DE L'ESTEREL

Jardin partagé et distribution paniers bio le jeudi

Contacts : Richard Durando (jardin) > richarddur@free.fr

Christelle Raoust (paniers) > christelleraoust@yahoo.fr

regaindelesterel@gmail.com

UNION DES ARTISANS ET COMMERÇANTS (UAC)

Contact : Corinne Mireur-Grévoz > aaamg83@gmail.com

WATER WALKING ESTEREL > de 12 ans à + de 70 ans

Marche aquatique - Longe côte - Marche nordique

Tous niveaux, santé, zen, tonique, sport et compétition

Longe côte : Mardi, jeudi et samedi > 9h00-10h30

Contact : Jean-Louis Le Drezen ☎ 06 08 78 35 22

info@wwesterel.com

Plus d'infos sur les associations sur le site web de la commune

www.lesadretsdelesterel.fr



Associations 2022-23



« La vie associative est le reflet
du dynamisme de notre village »

Les Adrets-de-l'Estérel

Retrouvez l'actualité de vos associations sur le site



www.lesadretsdelesterel.fr



ABANKOR

Activité : Association humanitaire, soutien aux familles en difficulté, personnes handicapées et personnes âgées
Contact : Myriam Climent ☎ 06 70 11 66 69

ABMA > Adultes

 Méditation guidée, sonore, tambour : Mardi 19h30
 Trail (course dans la nature)
Contact : Claire Kohsok ☎ 06 10 77 94 71


ADRETS DANSE LOISIRS > Adultes

Danses de salon (Cha-cha-cha, Rock, Salsa, Bachata, Valses, Tango...)
 Lundi : 20h15-22h15
 Mercredi : 20h15-22h15
 Jeudi : 20h15-22h15
Contacts : Elie et Ginette Massiera
 ☎ 06 13 51 23 89 / 06 09 71 20 37
 elie.massiera@wanadoo.fr

AIPE (Association Indépendante des Parents d'Elèves)

Participation aux conseils d'écoles, organisation d'événements (illuminations de Noël, Carnaval, Kermesse...)
Contact : aipe.adrets@gmail.com

AMSLF ESCRIME > De 7 à 77 ans

Cours escrime moderne enfants (fleuret) et adultes (épée), découverte escrime artistique et sabre laser
 Mercredi : 10h30-12h
Contact : Alain Bagnasco ☎ 06 19 19 19 72
 bagnaalain@gmail.com
 AMSLF Escrime

AMICALE DES POMPIERS

Animations, événements, portes ouvertes, prévention, information et formation
Contact : Fabio Giannota ☎ 06 51 41 09 04
 asp.ael83@hotmail.com

ANESTEREL

Débroussaillage écologique par des ânes pour lutter contre le risque d'incendie
Contact : ☎ 06 09 62 32 38 • anesterel@live.fr

ART' DRETS' DANSE > A partir de 4 ans

Danse classique : Enfants > Mardi : 17h30-18h30
 Ados/Adultes > Mardi : 18h30-20h00

Jazz/contemporain

Éveil > Mercredi : 11h00-11h45
 Élémentaire > Mercredi : 14h00-15h00
 Pré ado > Mercredi : 15h00-16h00
 Ados > Mercredi : 16h00-17h15
 Jeunes adultes > Mercredi : 17h15-18h45
 Moyens > Jeudi : 17h-18h
 Adultes > Jeudi : 20H30-21H45
 Atelier > Samedi : 10h30-12h00

Danse «papa» : Mercredi : 20h20 - 21h30 (Dès janvier)

Pilates : Ados/Adultes > Mercredi : 19h15-20h15
 > Jeudi : 15h15-16h15
 > Jeudi : 19h45-20h30


Fit danse zumba : Ados/Adultes > Jeudi : 19h-19h45

Fitball : Ados/Adultes > Samedi : 09h30-10h30

Préparation concours/Répétitions solo :

Ados/Adultes > Samedi : 14h00-18h00

Yoga danse : Enfant > Mercredi : 10h15-11h00

Contacts : Pascale Prier ☎ 06 35 92 39 35
 Aurélia Bouhdjar ☎ 06 18 13 08 38
 Art'Drets Danse

AS ESTEREL FOOTBALL CLUB > Enfants et adultes

Club de Football


Mardi (sept-oct) : 19h-20h

Mercredi : 14h-20h30

Vendredi : 19h-23h

Samedi : Matches

Contacts : Eric Barbot ☎ 06 32 84 91 86
 Claude Gimenez ☎ 06 64 83 25 22
 claude.gimenez@wanadoo.fr

 Association Sportive de l'Estérel Football club

ASDA > A partir de 4 ans


Krav Maga : Ados/enfants > Mardi 17h00-18h30
 Adultes > Lundi 18h30-20h00

GRS et Baby gym (4 à 30 ans) > Mardi 18h30-20h00
 > Mercredi 9h00-16h30
 > Mardi, Jeudi, Vendredi 18h30-20h00

Judo (4 ans et +) > Mercredi : 17h-19h

Hip-Hop (6 ans et +) > Lundi 16h45-18h20

Contacts : Ema Le Brun ☎ 06 62 74 78 82
 asdagr83@gmail.com
 Sylvia Rapuc ☎ 07 89 60 80 04

sylviaasdagr83@gmail.com
 ASDA (GR) (Baby Gym) (Krav Maga) (Hip Hop)

COMITÉ COMMUNAL DE FEUX DE FORÊT (CCFF)

Surveillance de la forêt communale et sécurité civile
Contact : R. Martinat ☎ 06 09 95 49 77
 martinat.robert@neuf.fr

 CCFF-RCSC-Les-Adrets

CLP ESTEREL-ST CASSIEN

Défense et protection du Massif de l'Estérel et du lac de Saint-Cassien
Contact : B. Masbou ☎ 06 07 67 20 48
 bemasbou@gmail.com
 defense.stcassien.esterel@gmail.com
 www.fontsante.org

CLUB DE TAROTS > +70 ans


Jeudi 18h00-22h00
Contact : Emile Hanquez ☎ 06 12 13 09 85

COMPAGNIE D'ARC DE L'ESTÉREL > A partir de 8 ans

Tir à l'arc pour enfants et adultes
 Enfants/débutants > Mercredi : 14h - 16h
 Autres > Dimanche
Contact : Jean-Claude Davy ☎ 06 11 30 03 54
 jean-claude.davy0216@orange.fr

COMITÉ DES FÊTES

Organisation d'événements festifs
Contact : ☎ 06 52 63 33 36
 comitedesfetes83@sfr.fr

 ComitedesfetesLesadrets

ESTÉREL CLUB CYCLISTE ADRÉCHOIS (ECCA)

> A partir de 8 ans
 Cyclotourisme (Milieu urbain en vélo route et milieu nature en VTT)
 8 à 18 ans > Samedi : 14h00 - 17h00
 Adultes > Dimanche
Contact : Philippe Greffe ☎ 06 02 10 09 25
 ecca.ffct.president@gmail.com • www.ecca-les-adrets.org
 Estérel Club Cycliste Adréchois