

LOISIRS ARTS CULTURE (LAC) > Enfants et adultes

Yoga adultes :

Lundi 10h30-12h30 et 17h15-19h00 et 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 : mardi 20h00-22h00

Cours de théâtre (à partir de 3 ans) :

3 à 6 ans > Jeudi : 16h45-17h30

7 à 12 ans > Jeudi : 17h30-18h30

Ados/adultes > Jeudi : 18h30-20h00

Contact : Brigitte Serret ☎ 06 88 29 85 42

lacadrets@yahoo.fr

LE TEMPS LIBRE > Adultes

Anglais conversation : lundi 10h à 12h

Anglais débutant : vendredi 9h30-11h

Italien : mardi et mercredi 9h30-11h30

Espagnol : samedi 9h00-11h00

Bridge : lundi 14h-20h

Belote : vendredi 18h-20h et samedi 14h-17h

Scrabble : mardi 14h-17h

Atelier peinture : jeudi 14h-17h30

Pétanque : vendredi 14h00

Jeux de sociétés, repas convivial : vendredi 17h-23h

Taï Chi Chuan : mardi à 10h

Randonnées à la journée : jeudi départ 9h

Balades découvertes : mercredi départ 10h

Renforcement musculaire : mardi à 11h

Jardinage : mardi à 16h sur rendez-vous

Ateliers manuels, bien-être, partage de loisirs, passions...

Voyages, excursions, pique-niques, sorties à thème tout le long de l'année

Contacts : Luc Petit ☎ 07 88 03 39 70

Arlette Gautheron ☎ 06 07 60 33 88

letempslibresadrets1@gmail.com

Association LE TEMPS LIBRE Les Adrets de l'Estérel

MÉDIATHÈQUE MUNICIPALE GUTENBERG

Conférences, expositions et animations culturelles

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

Contact : Odile Elie ☎ 06 48 17 19 46

biblio.gut@wanadoo.fr www.mediatem.fr

Médiathèque Les Adrets

MÉLO DANSE ET PILATES > A partir de 6 ans

Danse initiation Jazz enfants 6/8 ans

> Vendredi 17h30-18h30

Pilates adultes > Lundi 10h00-11h et 19h30-20h30

Danse lady style cabaret adultes > Lundi 20h30-21h30

Contact : Stéphanie Mangino ☎ 06 50 67 70 86

melodie06270@gmail.com Mélo Danse & Pilates

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 > Enfants et adultes

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

SAKURA DOJO > A partir de 6 ans

Karaté, boxe avec et sans contact

Le mardi et le jeudi 6-9 ans > 17h30-18h30

10-14 ans > 18h30-19h30

15 ans jusqu'à adultes > 19h30-21h00

Contact : M. Charpentier-Girard ☎ 07 44 73 41 57

sakura.dojo.var@gmail.com

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)

Octobre : JNCP (activités et jeux pour les enfants,

tombola, stands d'artisans, présentation des professionnels

du village avec démonstration et dégustations)

Décembre : Marché de Noël avec de nombreux stands.

Contact : Corinne Mireur-Grévoz > uac83600@gmail.com



Associations 2023-24



« 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

L'ADRÉCHOISE

Association de chasse des Adrets
Contact : David Roman ☎ 06 20 67 67 10
roman.dav@outlook.fr

ADRETS DANSE LOISIRS > Adultes

Danses de salon (Cha-cha-cha, Rock, Salsa, Bachata, Valses, Tango...)
Lundi, mercredi et 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)

Information en temps réel des projets de chaque enseignant.
Partenaire de projets pédagogiques, événements (Illuminations de Noël, carnaval, kermesse...)
☎ AIPE-Les Adrets de l'Estérel
Contact : Cédric Cavalière aipe.adrets@gmail.com

AMSLF ESCRIME > A partir de 7 ans

Cours escrime moderne enfants (fleuret)
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 ☎ 04 94 19 35 80
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
☎ Anestérel Estérel

ART' DRETS' DANSE > A partir de 3 ans

Danse classique :
Enfants (A partir de 7 ans) > Mardi : 17h30-18h30
Ados/Adultes > Mardi : 18h30-20h00
Jazz/contemporain
Eveil (à partir de 3 ans) > Mercredi : 10h15-11h00
Initiation (6/7 ans) > Mercredi : 11h00-12h00
Elémentaire (8/9 ans) > Mercredi : 14h00-15h00
Jazz Moyen (10/11 ans) > Jeudi : 17h45-18h45
Pré-Ados (11/12 ans) > Mercredi : 15h00-16h15
Ados (13/14 ans) > Mercredi : 16h15-17h30
Jeunes adultes (15/16 ans) > Mercredi : 17h30-18h45
Danse adultes > Jeudi : 20h30-21h30
Atelier > Samedi : 10h30-12h00
Papap danseurs : Mercredi : 20h30 - 21h30
Pilates de Gasquet : Mercredi : 19h15-20h15
Jeudi : 15h15-16h15 et 19h45-20h30
Pilates avec ballon/Fitball : Samedi : 09h30-10h30
Zumba : Jeudi : 19h-19h45
Contacts : Pascale Prier ☎ 06 35 92 39 35
Aurélia Bouhadjar ☎ 06 18 13 08 38
☎ Art'Drets Danse

AS ESTEREL FOOTBALL CLUB > Enfants et adultes

Club de Football
Entraînements :
Lundi, mardi, jeudi et vendredi : 17h30-22h00
Mercredi : 10h00-22h00
Contacts : Claude Gimenez ☎ 06 64 83 25 22
claude.gimenez@wanadoo.fr
Eric Barbot ☎ 06 32 84 91 86
eric.barbot83@gmail.com
☎ Association Sportive de l'Estérel Football club

ASDA > A partir de 3 ans

Krav Maga (à partir de 7 ans) :
Ados/enfants > Mardi 17h00-18h30
Adultes > Mardi 18h30-20h00
GRS et Baby gym (à partir de 3 ans) > Lundi 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) (Judo)

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
☎ Défense de l'Estérel et du lac de Saint Cassien. Non à Fontsante

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 à parti de 9h
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
☎ Comitedesfetes Lesadrets

ESTÉREL CLUB CYCLISTE ADRÉCHOIS (ECCA)

> A partir de 8 ans
Cyclotourisme (Milieu urbain en vélo route et milieu nature en VTT)
Ecole Française de Vélo > Samedi : 14h00-17h00
VTT adultes > Dimanche : 08h00-12h00
Route adultes > Mardi, jeudi, dimanche (horaires en fonction des saisons)
Contact : Philippe Greffe ☎ 06 02 10 09 25
president@ecca-les-adrets.org • www.ecca-les-adrets.org
☎ Estérel Club Cycliste Adréchois

GUIARE 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