

# Guide des Sports 2018-2019

Commune	Association	Jours et horaires d'entraînements	Contact
Aérobic			
Crevant	Familles Rurales	Le vendredi à 19h15 à la salle des fêtes	02 54 30 17 75
Aïkido			
La Châtre	MJCS	<b>Enfants</b> : Le mardi et vendredi à 18h <b>Adultes</b> (à partir de 14 ans): mardi et vendredi et à 19h15 et 20h45 (avec armes) au dojo.	02 54 48 08 23 <a href="http://aikidolachatre.mon-site-orange.fr">http://aikidolachatre.mon-site-orange.fr</a>
Athlétisme			
La Châtre	USLC	<b>Enfants</b> à partir de 6 ans : le mercredi à 14h30, le mardi à 17h15 (plus de 11 ans) <b>Adultes</b> : le mardi et vendredi à 18h30 au parc des sports	07 85 20 86 92 06 24 74 42 76 athle.lachatre@yahoo.fr
Aquagym - Aquafitness - Aquabike			
La Châtre	Piscine	voir horaires et activités auprès de l'établissement	02 54 48 59 60 <a href="http://www.piscinedelachatre.fr">www.piscinedelachatre.fr</a>
Badminton			
Aigurande		Le mardi à 18h30 (adultes) au gymnase. Le jeudi à 18h (enfants)	06 61 64 45 42
La Châtre	USLC	Le mardi de 19h30 à 22h <b>seniors et loisirs</b> (Gymnase du lycée), le mercredi de 17h15 à 18h45 <b>jeunes</b> (gymnase du lycée), le jeudi de 18h30 à 21h <b>loisirs</b> (Gymnase Fouchet), le vendredi de 19h à 22h <b>loisirs</b> (Gymnase du lycée) et le dimanche de 9h30 à 14h <b>loisirs</b> (Gymnase du lycée)	06 31 85 95 39 badmlachatre@live.fr <a href="http://badmintonlachatre.clubeo.com">http://badmintonlachatre.clubeo.com</a>
Basketball			
Aigurande		<b>Mini Baby (3 à 5 ans)</b> : mercredi 15h30 <b>Enfants de 6 à 10 ans</b> : le mardi et vendredi à 17h <b>Enfants de 11 à 14 ans</b> : le mardi à 17h, le mercredi à 16h30 et le vendredi à 18h <b>Jeunes de 15 à 17 ans</b> : le mercredi à 17h45 <u>Tout au gymnase</u>	02 54 06 38 25 02 54 06 37 33 usabasket@hotmail.fr <a href="http://basket-aigurande.clubeo.com/">http://basket-aigurande.clubeo.com/</a>
La Châtre	USLC	voir horaires et lieux d'entraînements avec l'équipe	06 79 22 28 21 uslc.basket36@hotmail.co
Neuvy Saint Sépulchre	Neuvy Basket Club	<b>Babys</b> : mercredi à 16h <b>U9</b> : mercredi de 16h <b>U11</b> : le mercredi de 16h et le vendredi de 17h15 <b>U13</b> : le lundi de 17h15, mercredi de 17h15, vendredi à 18h15 <b>U15</b> : mercredi à 18h30, jeudi 17h30 et vendredi 18h15 <b>U18</b> : mercredi à 18h30 et vendredi à 19h30 <b>Loisirs</b> : mercredi à 20h	06 72 88 92 83 02 54 48 24 73
Boules Lyonnaises			
La Châtre	USLC	Le mercredi et vendredi de 15h à 18h au boulodrome place de l'Abbaye	02 54 06 03 78 lecourmichel@orange.fr
Bridge			
La Châtre	Les Bridgeurs de la Vallée Noire	<b>Ecole de bridge</b> : le lundi, horaires à préciser (initiation), et de 14h30 à 18h15 (perfectionnement selon niveau) <b>Tournois de régularité</b> : le mercredi à 14h, tournois particuliers une fois par mois (voir site internet)	02 54 06 02 79 09 64 26 65 89 <a href="http://abvn.pagesperso-orange.fr">http://abvn.pagesperso-orange.fr</a>
Belote			
Mers Sur Indre		le 1er et 3ème jeudi du mois de 14h à 17h, salle du presbytère	06 78 30 44 19
Country			
Montgivray	Authentic Country	Le lundi à 19h (adultes) mercredi à 18h (enfants) à la salle des fêtes	06 79 02 77 29 authenticcountrymontgivray36@gmail.com
Lacs	Phénix Country	Mardi et vendredi de 19h30 à 20h (débutants) et de 20h30 à 21h30 (expérimentés)	phenixcountry.club@gmail.com

## Cyclisme

La Châtre	USLC	Les mercredis de 14h à 15h, le vendredi de 18h à 19h au local et sur le circuit de Chavy	06 21 09 46 40 lyonnet36@club-internet.fr
-----------	------	--	--

## Cyclotourisme - VTT

La Châtre	USLC	En fonction des groupes, le mercredi après midi entre 13h30 et 14h, le dimanche entre 8h et 9h (suivant la saison), départ place du Marché, voir calendrier du club	06 29 79 27 98 chatre-comcc@ffct.org http://chatre-comcc.ffct.org
-----------	------	---	---

## Cross-Training

Aigurande (Horaires 2017)	CPPA	Le mercredi de 18h45 à 19h45 à la MEL	06 60 96 34 25 06 07 65 15 80 06 87 32 54 54 clubpreparphysiqueaigurandais@hotmail.fr
---------------------------	------	---------------------------------------	--

## Danse traditionnelle

Aigurande (Horaires 2017)		Le vendredi à 20h30 à l'ancienne école	02 54 06 47 99 06 62 19 33 89
Chassignolles	Association Toufeu-Toufolk	Le mardi à 20h15 à la salle des fêtes (la Tazonnière)	02 48 61 34 05
Pouigny Notre Dame (Horaires 2017)		Le mardi à 19h à la salle des fêtes, tous les 15 jours	02 54 30 24 95 02 54 30 70 19
Saint Août	Trad Aygulf	Jeudi à 19h à la salle des fêtes.	02 54 36 27 89
Saint Denis de Jouhet		Le jeudi de 20h à 22h à la salle des fêtes	02 54 30 74 81 02 54 30 76 75
Thevet Saint Julien		Le lundi à 19h à la salle des fêtes (1er et 3ème lundi du mois)	02 54 48 21 45

## Expression Corporelle - Autre danse

La Châtre	MJCS	<b>Danse contemporaine</b> : le samedi à 14h (ado), le samedi de 15h45 à 17h45(adultes). <b>Atelier improvisation/contact</b> le lundi de 18h à 20h.	02 54 48 08 23 mjclachatre@wanadoo.fr http://mjclachatre.monsite-orange.fr
La Châtre	MJCS	<b>Eveil corporel</b> (3-5 ans) voir planning de l'établissement	02 54 48 08 23 mjclachatre@wanadoo.fr http://mjclachatre.monsite-orange.fr
La Châtre	MJCS	<b>Modern'Jazz</b> : voir planning de l'établissement	02 54 48 08 23 mjclachatre@wanadoo.fr http://mjclachatre.monsite-orange.fr
La Châtre	MJCS	<b>Danse africaine</b> : le mercredi de 19h30 à 20h30 (à partir de 7 ans)	02 54 48 08 23 mjclachatre@wanadoo.fr http://mjclachatre.monsite-orange.fr
La Châtre	MJCS	<b>Classique</b> : voir planning de l'établissement	02 54 48 08 23 mjclachatre@wanadoo.fr http://mjclachatre.monsite-orange.fr

## Equitation

La Berthenoux	Centre équestre Calypso	Randonnées, école d'équitation de 9h à 17h30 selon âge et niveau le mercredi et samedi. A partir de 2 ans	02 54 30 08 45 06 63 07 59 12 http://domaine-equestre-calypso.jimdo.com/
La Châtre	Centre équestre de Belleplace	Cours selon âge et niveaux. A partir de 3 ans	09 73 51 06 55
Montipouret	Haras des Courtilllets	Centre équestre et poney club. A partir de 2 ans	02 54 06 38 43 06 47 59 93 43 www.harasdescourtilllets.com
Pérassay	Le Poney Fringant	Mercredi et samedi toute la journée en fonction des niveaux. A partir de 2 ans	02 54 30 65 81 http://poneyfringant.blog4ever.com/

## Escalade

La Châtre	MJCS	<u>Adultes</u> : Lundi, mercredi et vendredi à partir de 19h Au Gymnase Marguerite Fouchet	02 54 48 08 23 mjclachatre@wanadoo.fr <a href="http://mjclachatre.monsite-orange.fr">http://mjclachatre.monsite-orange.fr</a>
-----------	------	---	---

## Football

Aigurande		<b>U7</b> : Entraînement le mercredi à partir de 14h30 à Aigurande <b>U9</b> : le mardi à 17h30 à Aigurande <b>U11</b> - <b>U13</b> : mercredi à 17h30 à Aigurande <b>U15</b> : le mercredi à 18h et le vendredi à 18h à Cluis. <b>U17</b> : le mercredi à 18h à Neuvy-Saint-Sépulchre et le vendredi à 18h30 à Aigurande. <b>Séniors</b> : Le mercredi à 19h et le vendredi à 19h30	Nicolas : 06 66 61 53 13 06 66 63 20 02 <a href="http://us-aigurande.footeo.com/">http://us-aigurande.footeo.com/</a>
La Châtre	USLC	Le mercredi à 14h (U7 ans et U9 ans) 15h30 (U11 ans). Le mercredi à 15h15 (U13 ans). Le mercredi 17h15 et vendredi 17h45 (U15 ans). Le mercredi à 17h30 et vendredi à 18h (U18 ans). Le mardi à 19h15 et vendredi à 19h30 (seniors)	Le 02 54 48 39 77 02 54 06 02 60
Crevant / Chassignolles	FC Bas-Berry	<b>U7, U9, U11 et U13 garçons</b> : le mercredi à 16h à Crevant <b>U11 féminines</b> : le mercredi à 16h à Chassignolles <b>U13 et U15 féminines</b> : le mercredi à 19h samedi à 14h30 au Magny <b>Séniors féminines</b> : le vendredi à 19h à Chassignolles <b>Séniors hommes</b> (équipe 1, 2 et 3) : samedi à 20h, dimanche à 15h à Crevant et dimanche à 15h à Chassignolles	06 58 47 51 83

## Golf

Poulligny Notre Dame	Les Dryades	Le mercredi de 13h30 à 16h (école de golf), initiation adultes, accompagnements sur le parcours	02 54 06 60 67
----------------------	-------------	---	----------------

## Gymnastique

Aigurande	Familles rurales	Lundi à 19h15 et mardi à 9h15 au dojo	02 54 06 46 45 06 47 99 00 99
La Berthenoux		Le vendredi à 19h30 à la salle des associations.	02 54 30 00 94
La Châtre	MJCS	<b>Gym d'entretien</b> : le mardi de 11h à 12h <b>Gym</b> : le lundi et jeudi de 9h15 à 10h15	02 54 48 08 23 mjclachatre@wanadoo.fr <a href="http://mjclachatre.monsite-orange.fr">http://mjclachatre.monsite-orange.fr</a>
La Châtre	USLC	<b>Eveil gymnique (4-6ans)</b> : mercredi à 14h15 <b>Trampoline</b> : lundi à 17h, <b>Gym loisir</b> : mardi à 17h15 (niveau initié, avec trampoline), mercredi à 14h15 (5-6 ans), jeudi à 17h15 (enfant, niveau débutant)	02 54 30 24 75 domi_bonnin@yahoo.fr <a href="http://lachatre-gym-trampo.fr">http://lachatre-gym-trampo.fr</a>
Crevant (Horaires 2017)	Familles Rurales	Le lundi de 15h30 à 16h30 à la salle des fêtes	02 54 30 26 74 02 54 30 22 66
Cluis		Le mardi à 17h30 et 18h30 en salle de gymnastique (cour de la mairie)	02 54 31 21 06
Fougerolles		Le lundi à 19h à la salle des fêtes	06 43 00 58 73
La Berthenoux (Horaires 2017)		Le mercredi de 20h à 21h et le vendredi de 19h30 à 20h30 à la salle des associations	02 54 30 00 94
Lacs		le vendredi de 18h à 19h à la salle polyvalente	02 54 48 10 04
Lourdoux Saint Michel	Familles Rurales	Le mardi à 18h à la salle des fêtes.	02 54 06 33 56
Maillet (Horaires 2017)	Familles Rurales	Le lundi à 20h à la salle Epiphane	02 54 24 04 46
Montchevriér		Le lundi à 18h30 à la salle des fêtes	02 54 06 30 36 02 54 06 35 08
Montgivray		Le lundi à 10h45 à la salle des fêtes	02 54 06 03 63
Montipouret (Horaires 2017)	Familles Rurales les 2M	Le mardi de 19h à 20h à la salle des fêtes	06 66 94 03 63

## Gymnastique (suite)

Neuvy Saint Sépulchre (Horaires 2017)	Association Gym Neuvy	<b>Baby Gym</b> : le samedi de 10h à 10h45 (2-3 ans) et de 11h à 12h (4-6 ans) <b>Gym</b> : le vendredi de 18h à 19h	06 09 34 07 62 06 78 45 61 59
Nohant-Vic	Club de Rencontres et Loisirs	Le mardi de 19h à 20h et le jeudi à 19h et 21h à la salle des fêtes	02 54 31 10 22 02 54 31 06 99
Orsennes		le jeudi à 19h	06 83 41 41 96
Poulligny Notre Dame		Le jeudi à 19h à la salle municipale de la Chaume-Blanche	
Saint Aout		Le mercredi à 18h30 (gym douce) et 19h30 (gym tonic) à la salle	02 54 36 39 13
Saint Denis de Jouhet		Le mercredi de 19h15 à la salle des fêtes	02 54 30 74 81 02 54 30 76 75
Sainte Sévère (Horaires 2017)	ASGV	Le mardi à 10h30 (séniors) et le mercredi à 19h au gymnase	02 54 30 69 60
Thevet Saint Julien (Horaires 2017)		Le mercredi à 19h45 à la salle des fêtes	02 54 30 07 57

## Hand

La Châtre	USLC	<b>Baby hand</b> (4 à 8 ans) : samedi 10h30 <b>moins 12 ans filles</b> : jeudi 17h45, <b>moins 12 ans garçons et moins de 18 ans filles</b> : mardi (gymnase Garnier) et jeudi à 18h (gymnase du lycée), <b>moins de 15 ans filles</b> : jeudi 17h45, <b>seniors garçons</b> : jeudi à 20h (gymnase lycée), <b>loisirs mixte</b> : mercredi 18h30. Gymnase Garnier (sauf mention contraire)	06 77 13 89 34 <a href="http://hand-la-chatre.clubeo.com">http://hand-la-chatre.clubeo.com</a>
-----------	------	---	---

## Judo-Jujitsu

Aigurande		Le mercredi et vendredi à partir de 17h (à partir de 4 ans)	06 61 41 53 30
La Châtre	MJCS	<b>Baby judo</b> (de 4 à 7 ans) : le samedi de 15h15 à 16h <b>8 - 12 ans</b> : Le samedi de 14h à 15h (8 - 12 ans). <b>Ado et Adultes</b> : samedi de 16h à 17h	06 14 24 12 64 mjclachatre@wanadoo.fr
Neuvy Saint Sépulchre	MJC Neuvy	<b>Baby judo</b> : le vendredi à 17h15 (à partir de 4 ans) <b>6/7 ans</b> le vendredi à 18h <b>8/9 ans</b> le vendredi à 19h <b>10 ans et plus</b> : le vendredi à 20h	02 54 30 82 70 judomjc36@gmail.com
Orsennes (Horaires 2017)		Le vendredi de 18h à 19h (baby judo), de 19h à 20h (ados) et 20h à 21h (adultes + jujitsu)	07 68 34 83 81

## Karaté - Self défense -Body Karaté

La Châtre	MJCS	<b>Karaté</b> : Pour les <u>enfants</u> le lundi, mercredi à 18h et le samedi à 11h. <u>Adultes</u> le mercredi à 19h, le samedi et à 9h30 <b>Karaté défense</b> : le lundi à 19h et le jeudi à 19h15 Au dojo.	02 54 48 08 23 <a href="http://www.shotokan-la-chatre-36.fr">www.shotokan-la-chatre-36.fr</a>
-----------	------	--	--

## Marche Nordique

La Châtre	Grand Air Gym Volontaire	Sortie le jeudi matin de 11h à 12h dans différents lieux pour découvrir également le petit patrimoine. RDV à la MJCS	Mme Rolande LABESSE 06 85 68 07 79
La Châtre	USLC / MJCS	le jeudi de 10h à 12h, départ du Camping du Val Vert	07 85 20 86 92 06 24 74 42 76 athle.lachatre@yahoo.fr

## Méditation

La Châtre	MJCS	1er et 3ème mardi de chaque mois de 20h15 à 20h45	06 88 04 52 24 www.sophrologues.org /sabrabraem
-----------	------	---	---

## Natation

La Châtre	USLC	En fonction des groupes : <b>Apprentissage natation</b> : le lundi à partir de 18h30 et le samedi à partir de 9h <b>Compétition</b> : le lundi à partir de 18h15, le mardi à 20h, mercredi à partir de 13h30 et 19h, le jeudi à 18h15, vendredi à partir de 20h, samedi à partir de 9h et 12h <b>Loisirs</b> : le mercredi à partir de 20h, le vendredi à 20h, samedi à partir de 9h (en fonction de l'âge)	02 54 30 06 50 06 87 82 38 37 yolande.cornon@wanado o.fr
-----------	------	---	---

## Pétanque

La Châtre	USLC	Du lundi au vendredi de 17h à 19h au terrain de Lauillère (été) et à la halle des Rouettes	02 54 48 23 42 fsella1@yahoo.fr
-----------	------	--	------------------------------------

## Pilates

La Châtre	MJCS	Le mercredi de 20h15 à 21h.	06 58 37 17 04 www.zumbazumba.fr
Neuvy Saint Sépulchre (Horaires 2017)	Association de Gym	le vendredi de 19h à 20h au centre socio-culturel	06 48 16 85 75

## Qui gong

Neuvy Saint Sépulchre (Horaires 2017)	Association de Gym	Le lundi à 17h30 (débutants) et 18h30 (confirmés) (avec Tai Chi Chuan) au Centre Socio-culturel	06 09 34 07 62 06 78 45 61 59
---------------------------------------	--------------------	---	----------------------------------

## Randonnée Pédestre

La Châtre	MJCS	Le jeudi à 14h (départ place de l'abbaye) et 7h30 du 15 juin au 15 septembre	02 54 48 16 53 http://mjcs-randonnee-pedestre.iimdo.com
-----------	------	--	--

## Relaxation - Stretching

La Châtre	MJCS	Le mardi de 18h30 à 20h.	06 52 11 83 26 mjclachatre@wanadoo.fr http://mjclachatre.monsite-orange.fr
-----------	------	--------------------------	--

## Remise en forme - renforcement musculaire

La Châtre	USLC Gym Trampo	Le jeudi à 19h gymnase Fouchet	02 54 30 24 75 domi_bonnin@yahoo.fr http://lachatre-gym-trampo.fr
-----------	-----------------	--------------------------------	---

## Rugby

La Châtre	USLC	voir horaires et lieux d'entraînements avec le club en fonction de l'âge. Entraînement Chemins de la justice au Pré de la Fille	06 43 62 57 36 miche.paille2@orange.fr
-----------	------	---	---

## Saut à l'élastique

Cluis	Oxygène 40	Initiations au viaduc de l'Auzon à Cluis	02 54 31 21 06 06 03 61 58 19
-------	------------	--	----------------------------------

## Sophrologie

La Châtre	MJCS	Le lundi de 10h30 à 11h30 et de 18h30 à 19h30.	06 88 04 52 24 www.sophrologues.org/sabri nabraem
-----------	------	--	---

Montipouret (Horaires 2017)	Centre Mathieux	Le lundi à 16h30 et 18h30	06 84 98 85 09 taimiotisabelle@yahoo.fr
-----------------------------	-----------------	---------------------------	--

Montlevicq		Le mercredi à 18h et 19h par mois à la salle communale	06 88 04 52 24 www.sophrologues.org/sabri nabraem
------------	--	--	---

Saint Chartier (Horaires 2017)	Familles Rurales	Le mardi à 18h30 à la salle communale	02 54 31 02 75 88 99 66 37
--------------------------------	------------------	---------------------------------------	-------------------------------

## Sports mécaniques

Montgivray	Euroformula	Stage de découverte au perfectionnement sur le circuit Maurice Tissandier de Montgivray sur une formule Renault, été comme hiver	02 54 06 05 24
Montgivray	VHC Attitude Pilotage	Ecole de pilotage sur rendez-vous au circuit Maurice Tissandier de Montgivray	02 54 48 13 62 06 58 15 68 44 06 07 13 71 23

## Step

La Châtre	MJCS	Le lundi de 19h à 20h et le jeudi de 19h30 à 20h30.	02 54 48 08 23 mjclachatre@wanadoo.fr <a href="http://mjclachatre.monsite-orange.fr">http://mjclachatre.monsite-orange.fr</a>
La Châtre	USLC Gym Trampo	Step adultes le lundi à 18h30 au gymnase du lycée	02 54 30 24 75 domi_bonnin@yahoo.fr <a href="http://lachatre-gym-trampo.fr">http://lachatre-gym-trampo.fr</a>
Fougerolles		Le lundi à 20h à la salle des fêtes	06 43 00 58 73

## Stretching

Mers sur Indre	Familles Rurales	le mardi à 9h30 à la salle des fêtes	02 54 31 12 84
----------------	------------------	--------------------------------------	----------------

## Tai Chi Chuan

La Châtre	MJCS	le jeudi de 18h15 à 19h45 (débutants) et de 18h15 à 20h (initiés).	05 55 65 08 20 mialle.renaudin@aliceadsl.fr
Neuvy Saint Sépulchre (Horaires 2017)	Association de Gym	Le lundi à 17h30 (débutants) et 18h30 (confirmés) au centre socio-culturel (avec Qui gong)	06 09 34 07 62 06 78 45 61 59

## Taïso

Aigurande		Le jeudi à 19h et 20h30 au dojo	06 61 41 53 30 02 54 06 37 33
Neret (Horaires 2017)	Associaion de l'O.Vive	Le vendredi à 17h30 à la salle des fêtes	06 62 49 64 25 sentierovive@gmail.com
Neuvy Saint Sépulchre (Horaires 2017)	MJC Neuvy	Le lundi de 18h30 à 20h (à partir de 12 ans)	02 54 30 82 70 judomjc36@gmail.com
Orsennes (Horaires 2017)		Le mercredi à 19h au dojo	07 68 34 83 81

## Tennis

La Châtre	USLC	Cours collectifs le mercredi toute la journée, jeudi et vendredi	02 54 06 01 61 07 86 72 61 60
-----------	------	--	----------------------------------

## Tennis de Table

Aigurande		Mardi et jeudi de 17h à 20h30 au gymnase, à partir de 8 ans	02 54 06 38 25 02 54 06 37 33
La Châtre	MJCS	<u>Jeunes</u> : le mardi à 18h30, le mercredi 16h45, le vendredi 18h30 et samedi 14h (compétitions) <u>Adultes</u> : le lundi à 18h30, le mardi à 17h30 (retraités) et 18h30, mercredi 19h (féminines), le jeudi à 19h15, vendredi à 18h30, le samedi à 11h et 14h (sur réservation) et le dimanche de 9h à 13h (compétitions)	02 54 48 08 23 <a href="http://tt-mjc-la-chatre.clubeo.com/">http://tt-mjc-la-chatre.clubeo.com/</a>

## Tir à l'arc

Cluis	Les Archers du Luma	Le mardi à partir 19h, le vendredi à partir de 18h, au gymase (d'octobre à mars) ou stade (d'avril à septembre)	02 54 47 72 89 06 64 97 82 19minetcl@wanadoo.fr
-------	---------------------	---	---

## Tir sportif

Chassignolles	USLC	Le mercredi à partir de 17h30 et samedi de 14h30 à 17h30	02 54 31 33 61 Marie-Paule BOISNEL
---------------	------	--	---------------------------------------

## Trial

La Châtre	USLC	Entrainement selon catégorie et conditions météorologiques, sur différents sites autour de La Châtre et du départeemnt	02 54 27 87 48 <a href="http://trial.lachatre.free.fr">http://trial.lachatre.free.fr</a>
-----------	------	--	---

## Volleyball

La Châtre	USLC	Le lundi et mercredi de 20h à 22h au gymnase Garnier. Adultes tous niveaux	02 54 30 18 84 ou 06 85 98 37 98
-----------	------	--	-------------------------------------

## Yoga

Aigurande	Familles Rurales	Le mardi à 10h à la salle des associations	02 48 61 49 09 06 01 77 15 47 vogocelinelegg.wix.com
La Châtre	MJCS	<b>Yoga de Madras</b> : le mardi de 16h45 à 18h15 et de 18h30 à 20h. Reprise le 11 septembre 2018.	02 48 61 49 09 06 01 77 15 47 celine.legg@sfr.fr
La Châtre	MJCS	Le lundi de 10h15 à 11h30, jeudi de 10h15 à 11h30	06 12 92 33 22 06 30 54 85 51 rezaynergie@gmail.com
Lourouer Saint Laurent		Le lundi de 16h45 à 18h15 et de 18h30 à 20h à la salle des fêtes.	02 54 06 04 40 yoga-clubdedetente@outlook.fr
Le Magny	A Chacun son Loisir	Le mardi à 18h30 à la salle des fêtes	02 54 48 35 48 02 54 48 21 38
Neuvy Saint Sépulchre (Horaires 2017)	Familles Rurales	Le mercredi à 14h30 au gymnase	06 73 32 11 91
Nohant-Vic		Le mercredi de 16h30 à 18h à la salle des fêtes	02 54 31 10 22
Orsennes	Familles Rurales	Le lundi à 14h15 a la salle multisports	06 73 32 11 91
Perassay		le mardi à 10h15 à midi à la salle des fêtes (+ relaxation)	06 75 64 15 77 02 48 61 49 09
Sainte Sévère		Yoga de Madras : le mercredi 9h30 à la salle des fêtes	06 01 77 15 47 celine.legg@sfr.fr

## Zumba

Aigurande	CPPA	Zumba et Pound : Le mercredi de 20h à 21h à la MEL	06 60 96 34 25 06 07 65 15 80 06 87 32 54 54 clubprepaphysiqueaigurandais@hotmail.fr
La Châtre	MJCS	Le mercredi 19h à 20h (adultes).	07 78 66 52 01 www.zumbazumba.fr
Neuvy Saint Sépulchre (Horaires 2017)	Familles rurales	Le jeudi à partir de 19h au gymnase	06 73 32 11 91
Neuvy Saint Sépulchre (Horaires 2017)	Association Gym Neuvy	Le jeudi à 18h (enfants), et Zumba boxing energy à 19h (adultes et ados)	06 09 34 07 62 06 78 45 61 59
Sainte Sévère		Le jeudi de 18h30 à 19h30 au gymnase	07 78 66 52 01 www.zumbazumba.fr

*Cette liste est non exhaustive - INPS - mise à jour en septembre 2018*