Les Campelières

Centre culturel et sportif

Programme des activités

Saison 2023-2024

Culturel

Page 1 à 7	
Anglais - Théâtre	3
Guitare - Piano	4 - 5
Ecole de danse	6 - 7

Sport Adultes

Page 8 à 10	
Le corps en mouvement	8 - 9
Musculation	10

Sport Enfants

Page 11	
Trampoline / Acrogym	
Capoeira / cirque	
Pom - pom girl et acro / Ateliers découvertes	

Piscine

Page 12 à 14	
Section natation - Aqua fitness	12 - 13
Accès public	14

Infos

Page 15 à 16	
Comment s'inscrire?	15
Contact	16

Anglais

Lycéens / Adultes
Marilyn Neradko

Mardi
Perfectionnement
10h15 - 11h45
Moyens Lycéens
17h45 - 19h00
Moyens Adultes
19h00 - 20h15

Théâtre

Enfants / Ados
Morgane Benyamina

Mardi	+ de 8 ans 17h30 - 18h30	+ de 12 ans 18h30 - 20h00
Mercredi	+ de 8 ans 17h15 - 18h15	+ de 12 ans 18h00 - 19h30
Vendredi	+ de 8 ans 18h00 - 19h00	+ de 12 ans 19h00 - 20h30

Le trimestre / l'année			CACPL	HCACPL
Théâtre	Enfants	1h	60€ / 155€	72€ / 186€
Théâtre	Ados	1h30	80€ / 206€	95€ / 245€
Anglais	Adultes Lycéens	le cours	85€ / 219€	95€ / 245€

PIANO

Aurélie Perret

Initiation - plus de 6 ans - Ados -Adultes

Mercredi		
Initiation 5 - 6 ans	2 élèves	10h00 - 10h30 10h30 - 11h00
Enfants + de 6 ans	3 élèves	11h00 - 12h00
Enfants + de 6 ans et ados	3 élèves Cours particuliers Sur demande	13h00 - 14h00 14h00 - 15h00 15h00 - 16h00 16h00 - 17h00 17h00 - 18h00
Adultes	Cours particuliers 1/2 h	A partir de 18h

Piano	Le trimestre		*L'année*	
	CACPL	HCACPL	CACPL	HCACPL
5 - 6 ans 1/2 h	84€	100€	217€	259€
+ de 6 ans / Ados 1h	170€	196€	459€	528€

Guitare

Antoine Del Vicario

Plus de 7 ans - Ados - Adultes

Lundi	4 élèves	**17h30 - 18h30 Enfants** **18h30 - 19h30 Ados** **Adultes Moyens**
Mercredi	4 élèves	**17h00 - 18h00 Enfants** **18h00 - 19h00 Ados** **Adultes Débutants** **Possibilité d'ouverture de créneaux supplémentaires**

Tarifs Cours particuliers Piano - Guitare Chant 1 élève	**1/2h : 22€**
	4 x 1/2h : 83€
	1h : 44€
	4 x 1h : 166€

Trimestre / année	CACPL	HCACPL
+ de 7 ans	128€ / 331€	149€ / 384€

Danse

Enfants / Ados / Adultes

Nadège Brochier, Samantha Dupuis
Aurélia Paolino

*obs 2 et 3 : 2 cours conseillés

**Elém 1 - 2 - 3 : 2 cours obligatoires

Les cours ont lieu en salle de danse

MERCREDI
Eveil 4 / 6 ans 9h30 - 10h30 NADEGE
Initiation 6 / 8 ans 10h30 - 11h30 NADEGE
Jazz Obs 1 11h30 - 12h30 NADEGE
Break / hip hop + 8 ans 13h - 14h AURELIA
Break / hip hop + 12 ans 14h - 15h AURELIA
*Jazz Obs 2 13h - 14h NADEGE
*Jazz Obs 3 14h - 15h NADEGE
**Jazz Elémentaire 2 15h - 16h NADEGE
**Jazz Elémentaire 3 16h - 17h15 NADEGE
Contemporain enfants / ados 18h - 19h SAM
Classique ados / adultes Déb / Inter 19h - 20h15 SAM
Contemporain adultes Débutants 20h15 - 21h15

LUNDI	MARDI
*Jazz Obs 2 et 3 17h15 - 18h15 SAM	Eveil 4 / 6 ans 17h - 18h SAM
**Jazz Elémentaire 2 18h15 - 19h15 SAM	**Jazz Elémentaire 1 18h - 19h SAM
**Jazz Elémentaire 3 19h15 - 20h30 SAM	Contemporain adultes inter / avancés 19h - 20h30 SAM

Danse adultes Trimestre / année	CACPL	HCACPL
1 cours / sem.	70€ / 196€	84€ / 235€
2 cours / sem.	86€ / 240€	103€ / 280€
Pass danse + Corps en mvt	100€ / 273€	120€ / 325€

Danse enfants Ados Trim / année	CACPL	HCACPL	
1h	60€ / 155€	72€ / 186€	*Pour tous les cours de danse : gala de fin d'année en juin. Prévoir l'achat d'un costume et le billet d'entrée.*
2h	85€ / 219€	102€ / 263€	
3h	100€ / 258€	120€ / 310€	

SAMEDI
Observation 1 9h - 10h NADEGE
Eveil 4 / 6 ans 10h - 11h NADEGE
Initiation 6 / 8 ans 11h - 12h NADEGE

JEUDI	VENDREDI
	Initiation 6 / 8 ans 17h15 - 18h15 SAM
Classique enfants / ados 17h - 18h SAM	Street jazz enfants 18h15 - 19h15 Aurélia
**Jazz Elémentaire 1 18h - 19h NADEGE	Street jazz ados 19h15 - 20h15 Aurélia
Jazz Adultes Avancés 19h - 20h30 NADEGE	Street jazz adultes inter 20h15 - 21h30 Aurélia

Initiation heels
Danse en talon

Sport Santé

Le Corps

LUNDI

8h30 9h30 PILATES

9h30 - 10h30 TOTAL BODY

10h00 11h00 YOGA*

10h30 11h15 ABDOS FESSIERS

11h15 12h15 POSTURAL

12h30 13h30 CIRCUIT TRAINING

17h45 18h30 ABDOS FESSIERS

18h30 19h30 POSTURAL

MARDI

9h00 10h00 ZUMBA (sous réserve)

10h00 11h00 STRETCHING

11h00 12h00 PILATES

12h30 13h30 YOGA DU DOS

17h45 18h45 CARDIO JUMP

18h45 19h45 STRETCHING

19h00 - 20h30 DANSE CONTEMPORAINE Inter / Avancés

19h45 20h45 TOTAL BODY

MERCREDI

8h30 9h30 ABDOS FESSIERS

10h00 11h00 STRETCHING

11h00 12h00 YOGA

19h00 - 20h15 DANSE CLASSIQUE Déb / Inter

20h15 - 21h15 DANSE CONTEMPORAINE Débutants

en mouvement

JEUDI

9h00 10h00 BODY SCULPT

10h00 10h45 POSTURAL

10h45 11h30 POSTURAL

12h30 13h30 FIT'DANSE

*Salle des Lauriers

17h45 - 18H45 CIRCUIT TRAINING

17h30 - 18h30 YOGA *

18h45 - 19h45 PILATES

18h30 - 19h30 YOGA*

19h45 - 20H45 ZUMBA

19h00 - 20h30 DANSE JAZZ Avancés

VENDREDI

9h00 - 9h30 ABDOS

9h30 10h30 TOTAL BODY

10h30 11h15 ABDOS FESSIERS ET STRETCHING

11h15 12h00 GYM SENSORIELLE

12h30 13h30 STRETCHING

20h15 - 21h30 STREET JAZZ Initiation Heels Inter

LE TRIMESTRE	CACPL	Hors CACPL
De 1 à 2 cours hebdo	70 €	84 €
Pass illimité	86 €	103 €
Pass illimité + muscu ou Pass illimité + danse	100 €	120 €
L' ANNEE	**CACPL**	**Hors CACPL**
De 1 à 2 cours hebdo	196 €	235 €
Pass illimité	240 €	280 €
Pass illimité + muscu ou Pass illimité + danse	273 €	325 €

Initiation SPORT Découverte

Enfants / Ados

TRAMPOLINE et ACRO GYM *Gilles Dechant*	**8 / 13 ans** **8 / 13 ans**	Mardi **17h30 - 18h30** Mardi **18h30 - 19h30**
ACRO-GYM et AGRÈS *Armanda Dosouto Semedo*	**5 / 7 ans**	Mercredi **15h15 - 16h15**
Marie Laure Gualda	**8 / 14 ans**	Mercredi **16h15 - 17h45** Mercredi **17h45 - 19h15**
Pom pom girls Acrobatique Armanda Dosouto Semedo	**6 / 9 ans**	Mercredi **16h15 - 17h15**
CAPOEIRA *Cibriba*	**6 / 10 ans** **11 / 14 ans**	Mercredi **17h00 - 18h00** Mercredi **18h00 - 19h00**
« Ateliers» *Gilles Dechant* *Jonglerie, « parkour », Equilibre sur objet et mono– cycle*	**8 / 13 ans**	Vendredi **17h30 - 19h00**
CIRQUE *Gilles Dechant* ***EVEIL***	**4 / 6 ans**	Samedi **9h00 - 10h00** Samedi **10h00 - 11h00**
INITIATION	**7 / 10 ans**	Samedi **11h00 - 12h00**

Sport enfants	1h trimestre	1h année	1h30 trimestre	1h30 année
CACPL	60€	155€	80€	206€
HCACPL	72€	186€	95€	245€

Sport Santé

SPORT
ADULTES

MUSCULATION	
Vendredi Abdos cours collectif	9h - 9h30 au gymnase *inclus dans le tarif musculation*
Lundi	9h - 14h et 16h - 20h30
Mardi	9h - 14h et 16h - 20h30
Mercredi	9h - 12h et 16h - 20h30
Jeudi	9h - 14h et 16h - 20h30
Vendredi	9h - 14h et 16h - 20h30
Samedi	9h - 12h

Musculation
Ouverte toute l'année
Coach sportif sur place sans supplément
A partir de 16 ans et Adultes

Remise en forme

Adultes Musculation	1 mois 30€	3 mois 74€	12 mois 222€
Musculation pass *	3 mois 50€		
Pass illimité corps en mvt + musculation	CACPL	100€ trim	273€ année
	HCACPL	120€ trim	325€ année

*Tarif préférentiel pour les adhérents du SMCEC
(syndicat mixte du centre culturel et sportif des Campelières) et licenciés des clubs sportifs de la CACPL*

NATATION

	Lundi	Mardi	Mercredi
Primaire	17h - 18h	17h - 18h	14h - 15h 15h - 16h
Collège	18h - 19h	18h - 19h	
Lycée			
Adultes	Natation 19h - 20h	Aqua fitness 19h - 20h	Aqua fitness 8h - 9h 19h - 20h
		Aqua bike 20h15 45 min	Aqua bike 12h30 45 min

Tarifs Section natation	PRIMAIRE ET COLLEGE	
	1 séance / semaine	2 séances / semaine
CACPL trim / année	48€ / 124€	63€ / 163€
HCACPL trim / année	66€ / 171€	86€ / 221€

Aqua bike	Accès au cours sur réservation	15€ la séance (en été) 110€ le trimestre
Aqua fitness	30€ / mois d'été pour 1 séance / semaine	90€ la carte de 10 séances supplémentaires

Vincent Lasserre - Véronique Chiotti - Geneviève Gastaldo - Flavie innocenti - Soazik Leray - Stéphane Bourson

Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
17h - 18h	17h - 18h		
18h - 19h	18h - 19h		
Sauvetage 19h - 20h	20h - 21h	11h - 12h	
Natation 19h - 20h	Aqua fitness 16h - 17h 19h - 20h	Aqua fitness 10h - 11h Palmes 12h - 13h	Aqua fitness 9h - 10h
		Aqua bike 9h10 45 min	

LYCEE / PALMES / ADULTES / AQUA FITNESS* *(uniquement 1 séance / sem)	
1 séance / semaine	2 séances / semaine
77€ / 199€	115€ / 297€
104€ / 268€	153€ / 395€

Tarifs cours particuliers et semi-collectifs *

*Rajouter le tarif d'entrée correspondant

Enfants - Adultes	CACPL	HCACPL
Cours Part. 1/2 h	17€	22€
Cours Part 10 séances	134€	175€
Cours semi-collectifs 10 séances Ces tarifs s'appliquent à compter de 2 élèves sur les cours	93.50€	121€

PISCINE

Accès Public

Lundi	12h - 13h30* et 20h - 21h30*
mardi	12h - 13h30*
mercredi	17h - 19h00*
jeudi	12h - 13h30* et 20h - 21h30*
vendredi	12h - 13h30*
samedi	13h - 17h30*
dimanche	10h - 12h30*

Durant les vacances les horaires sont modifiés.

Règlement:
2 enfants de moins de 10 ans par adultes.
Tenue réglementaire pour tous : seul le maillot de bain est autorisé et le bonnet est obligatoire

ENTRÉES

CACPL et autres

Moins de 16 ans
1 entrée 1,70 €
10 entrées 12,50 €

Adultes
1 entrée 2,60 €
10 entrées 23,00 €
Pass annuel 114€ CACPL
155€ HCACPL

Tarif préférentiel *: 2 €*
(Etudiants, jeunes, scolaires, etc.…)
Enfant moins de 2 ans : gratuit

Swim - pass
Accès illimité aux heures publiques pour les personnes inscrites à une activité à l'année au Centre Culturel et Sportif
55€ CACPL et 100€ HCACPL

La CACPL (Communauté d'Agglomération Cannes Pays de Lérins) regroupe les communes de Mougins, Le Cannet, Cannes, Mandelieu, et Théoule sur mer

Cette plaquette n'est pas contractuelle, des modifications indépendantes de notre volonté peuvent nous obliger à revoir le thème, le montant ou les horaires définis. Merci de votre compréhension.

Comment s'inscrire ?

Reprise des activités lundi 11 septembre 2023

Horaires des inscriptions durant la saison :
- à l'administration du lundi au vendredi de 13h30 à 16h00
- au gymnase du lundi au jeudi de 9h00 à 12h00 et 17h00 à 20h00
Le mercredi de 9h00 à 20h00
Le vendredi et samedi de 9h00 à 12h00

Modes de règlement
Carte bancaire - numéraire
Chèques libellés à l'ordre du **régisseur des recettes du SMCEC**

Inscriptions sur présentation des documents suivants :
- Justificatif de domicile pour les habitants de la CACPL
- Pour les activités sportives **: certificat médical obligatoire**
ou attestation sur l'honneur (uniquement pour les - de 16 ans)

Pour la natation : test obligatoire

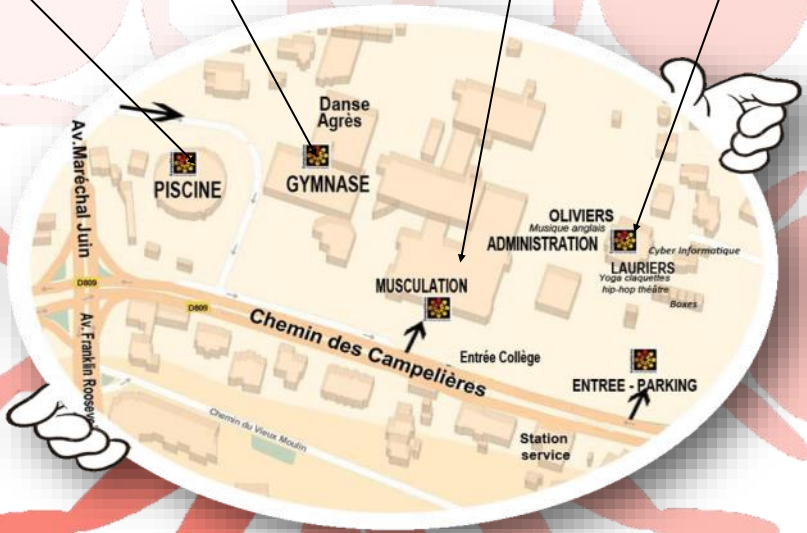
Vacances scolaires

Interruption des cours pour toutes les activités enfants et ados. Pour les adultes le planning d'activités est modifié. Veuillez consulter l'affichage.

PÉRIODES DES COURS (Sauf musculation)	
1ère période	11/09 au 22/12/2023
2ème période	08/01 au 31/03/2024
3ème période	01/04 au 23/06/2024 (selon l'activité)

Règlement
Les personnes n'ayant pas réglé leur cotisation pour le 1er jour de la période considérée se verront refuser l'accès aux cours.

PISCINE	GYMNASE	MUSCULATION	ACCUEIL
Aux heures d'ouverture du public		Aux heures d'ouverture	
04 93 45 07 69	04 93 69 44 54	04 93 69 57 65	04 93 45 68 94



Syndicat Mixte du Centre Éducatif et Culturel
« les Campelières »

199 Chemin des Campelières - 06250 MOUGINS
Email : contact@lescampelieres.fr

DÉPARTEMENT DES ALPES-MARITIMES

www.lescampelieres.fr

CANNES PAYS DE LÉRINS
Communauté d'agglomération de Cannes, Le Cannet, Mandelieu-La Napoule, Mougins et Théoule/Mer