



La Commune à Vivre

# BIG SPÉCIAL ASSOCIATIONS

N° 16 - SEPTEMBRE 2016



**FORUM DES ASSOCIATIONS  
SAMEDI 3 SEPTEMBRE  
DE 9 H à 13 H  
À LA SALLE POLYVALENTE**

*Bulletin Info Cintré*

# EDITO

Notre Forum des Associations est l'un des temps forts de la rentrée. Moment privilégié de rencontres, il permet à chaque association de se faire mieux connaître, de nouer des contacts, d'échanger des expériences.

Il est aussi l'occasion de mesurer la richesse et le dynamisme de notre tissu associatif communal. Grâce aux nombreuses associations cintréennes et intercommunales, nous avons la chance de pouvoir pratiquer des activités variées dans de très nombreux domaines.

La Commune soutient et valorise cette belle vitalité en essayant de répondre aux attentes.

Notamment, elle met ses infrastructures à la disposition des associations, édite depuis 16 ans le **Bulletin d'Informations de Cintré SPÉCIAL ASSOCIATIONS**.

Le **Bulletin d'Informations de Cintré SPÉCIAL ASSOCIATIONS** est un support dédié aux associations afin qu'elles y présentent leurs activités.

Il constitue un guide pour le FORUM, demeure un document à disposition du public (et, entre autres, des nouveaux habitants) durant toute la saison.

Toutes les associations sont sollicitées pour faire parvenir article et photos afin d'élaborer ce document. Je regrette et déplore que plusieurs associations ne nous aient rien communiqué et, en conséquence, ne figurent pas dans ce journal.

Néanmoins, je tiens à rendre hommage, encourager et féliciter, au nom de l'équipe municipale, toutes celles et tous ceux qui se consacrent au service du plus grand nombre.

Mes remerciements vont également à la commission des associations et aux agents de la commune pour la bonne organisation de ce forum.

Bonne rentrée à toutes et à tous.

*Le Maire,  
Jacques RUELLO.*



## SOMMAIRE

|                                   |         |
|-----------------------------------|---------|
| Comité des fêtes                  | page 3  |
| Badminton                         | page 4  |
| Football                          | page 6  |
| Tennis de table et B.J.B.         | page 9  |
| V.T.T.                            | page 10 |
| Basket                            | page 11 |
| DéCLIC                            | page 12 |
| Jumelage                          | page 17 |
| Ecole de musique                  | page 18 |
| Office des sports                 | page 19 |
| Dispositif « Sortir ! »           | page 19 |
| Le chèque sport / Le coupon sport | page 20 |

Retrouvez l'actualité des associations cintréennes sur le site de la commune :

[www.ville-cintre.fr](http://www.ville-cintre.fr)

**culture, sports et loisirs/associations**

- Associations sportives
- Associations socio-culturelles
- Associations de parents d'élèves

**Les idées, les affirmations ou opinions publiées sont sous la seule responsabilité de leur auteur et n'engagent en aucune façon la municipalité.**

Le **Comité des Fêtes de Cintré** est composé de 16 personnes avec pour **président Patrick Giboire** et pour membres Bily Philippe, Boscherel Bertrand, Bouyer Jean-luc, Bregent Gérard, Chevrel Daniel, Dumortier Stéphane, Fourage Maurice, Gadby Gildas, Guérin Didier, Guillerme-Eckelboudt Anne-Yvonne, Morlais Jocelyne, Launay Florent, Michel Bernadette, Piron Yannick, Razé Alexandre.

Le **Comité des Fêtes de Cintré** organise trois manifestations :

**La course cycliste** a eu lieu le 6 mars. Cette course est organisée par le Comité des Fêtes de Cintré en collaboration avec le VC Chavagne.

**La braderie** a lieu en général le dernier week-end d'avril et attire de nombreux exposants et visiteurs

**La fête de la musique** se déroule le dernier samedi avant le 21 juin. Vous avez été nombreux à venir écouter, danser et chanter au son des différents univers musicaux de Synkop (jazz, blues, funk) Extra systols (Pop, Rock) Màm (Pop-Rock) DJ NICO Nicolas Marquer Flot (guitare acoustique chansons française) DJO PHILIP AND THE BAND – (reggae, afrobeat) BJ-one (reggae-roots) Les Sublettes (trad Breton) Les Traënn Choq (trad Breton).

Le **Comité des Fêtes de Cintré** remercie tous les bénévoles, l'Association des Compagnons de la Pierre Blanche de Saint Gilles pour leur participation active lors de la braderie, les sponsors et la Mairie de Cintré qui les soutiennent. De telles manifestations ne pourraient voir le jour sans leur adhésion.



Pixiz



## 1) Présentation du club

Le club a été créé en Octobre 1994 avec pour sigle ASBC (Association Sportive Badminton Cintré).

Pour la saison 2015/2016, nous étions 29 licenciés à évoluer sur deux entraînements par Semaine, vacances scolaires incluses. La salle de sports de Cintré possède 4 terrains de badminton.

Le club est affilié à la Fédération Française de badminton (FFBAD).

Vous pouvez visiter librement notre site web

<http://asbc35.free.fr>

## 2) Entraînements

Les entraînements auront lieu à la salle de sports de Cintré le lundi et le mercredi de 20h30 à 23h30, à partir du **lundi 5 septembre 2016**.

## 3) Inscriptions

Inscriptions au forum des associations **le samedi 3 septembre 2016 de 9h à 13h** à la salle des sports de Cintré.

Le club prend les inscriptions à partir de la catégorie junior (né en 2000).

Pour un certain confort, le club se limitera à une cinquantaine d'adhérents.

## 4) Tarifs cotisation - Chèque sport

Adulte : **70 €** (né en 1998 ou avant)

Junior (né en 2000 ou en 1999), étudiant, adulte sans emploi : **55 €**.

Joueur second club (ayant déjà sa licence validée dans un autre club) : **30 €**.

Pour la **catégorie junior** le club accepte le chèque sport de 15 € de la région Bretagne, cela concerne aussi les seniors nés en 1998.

## 5) Conditions d'adhésion des nouveaux pratiquants

Tout nouveau pratiquant disposera de **deux essais gratuits** et au troisième entraînement, il devra fournir :

- La demande de licence se trouvant dans le Formulaire de prise de licence FFBAD.
- Le certificat médical FFBAD obligatoire.
- Le paiement de la cotisation.

Le club fournit les imprimés du certificat médical ainsi que le formulaire de prise de licence.



## 6) Réinscription adhérents

Au troisième entraînement, l'adhérent désirant se réinscrire, devra fournir :

- La demande de licence se trouvant dans le Formulaire de prise de licence FFBAD.
- Le certificat médical FFBAD obligatoire.
- Le paiement de la cotisation.

## 7) Compétition - Championnat départemental interclubs - D3

Une équipe sera engagée en compétition départementale 3, et éventuellement une seconde équipe en D5 (si l'effectif le permet) Pour ceux qui aiment les challenges pour eux-mêmes et pour leur équipe tout au long de l'année.

Résultats de la saison 2015/2016 : l'équipe continue l'aventure en D3 !

## 8) Détente - Rencontres interclubs

Le club participera aux rencontres « détente » pour une dizaine de soirées avec des communes avoisinantes (si l'effectif le permet) Ces rencontres seront l'occasion d'échanger des volants avec des badistes d'autres clubs dans un esprit convivial et sans contraintes.

## 9) Tournoi interne nocturne

Notre premier tournoi en interne se jouera **en nocturne le vendredi 2 décembre 2016** et sera suivi d'un buffet froid pour les joueurs.

## 10) Second tournoi interne

Notre second tournoi interne aura lieu **le samedi après-midi 10 juin 2017** et sera suivi d'un repas convivial en famille.

## 11) Galette des rois

Notre galette des rois est prévue pour **le vendredi soir 6 janvier 2017**.

## 12) Composition du Bureau

|                                   |                  |                      |
|-----------------------------------|------------------|----------------------|
| Président :                       | Rémy ROULIN      | Tél : 02 99 78 64 63 |
| Vice-présidente :                 | Catherine PORTE  |                      |
| Trésorière :                      | Isabelle BAUDAIS |                      |
| Secrétaire :                      | Aurélié MOUTEL   |                      |
| Capitaine équipe compétition D3 : | Eric PUIGSERVER  |                      |
| Assistante :                      | Catherine PORTE  |                      |
| Responsable équipe détente :      | Pierre TIRIZONNI |                      |
| Assistante détente :              | Delphine BAUCHET |                      |
| Responsable du site Web :         | Lucas ROULIN     |                      |

Site web AS Badminton Cintré : <http://asbc35.free.fr>



Participants au tournoi de décembre 2015



Participants au tournoi de juin 2016



# Football Club Chapelle Cintré (F 3 C )

Club Labellisé FFF

[www.fccc.fr](http://www.fccc.fr)

## La présentation du F.C. La Chapelle Cintré

Le Football Club la Chapelle Cintré, F.C.C.C, ou encore plus communément le F3C, a été créé en 2001, avec le regroupement des anciens clubs de Cintré et de la Chapelle Thouarault.

C'est un club de 175 adhérents, dans lequel toutes les catégories sont représentées. Ses couleurs sont le noir et blanc.

Au F3C, toutes les catégories, des U6 (5 ans) aux vétérans, sont importantes. Malgré ses moyens modestes, le F3C cherche à offrir à ses adhérents une qualité d'enseignement du football dans tous les niveaux. Ceci est possible grâce à son éducateur, Fabien, au club depuis 10 ans.

L'ambiance, l'affection pour son club, la culture de la vie associative, sont les valeurs indispensables qui font la réussite d'un club. Le F3C s'y attache et cherche en permanence à développer des actions collectives pour apprendre à se connaître.

Le beau jeu et l'esprit de compétition sont des valeurs importantes pour la pratique du football, dès lors qu'il existe des championnats et des classements par équipes. Des niveaux inférieurs existent également pour les joueurs moins compétiteurs. Le samedi et le dimanche, les équipes

sont encadrées par des dirigeants bénévoles, motivés pour mener à bien une saison riche en émotion.

## Les infrastructures du F.C. Chapelle Cintré :

Les installations du club:

- 2 terrains en herbe à Cintré
- 1 terrain en herbe + 1 terrain stabilisé éclairé à la Chapelle
- 1 foyer à la Chapelle + 1 local accueil école de foot à Cintré

Les entraînements et les compétitions ont lieu sur les terrains de Cintré et de la Chapelle, suivant un planning établi en fonction de la disponibilité des terrains et des conditions météorologiques.

## Le Conseil Administration du F3C

**Président :** Baudais Sébastien

**Vice Président :** Loyeau Christophe

**Trésorier :** Baudais Isabelle

**Secrétaire :** Gueguen Fabienne

**Les membres :** Soufflet Pascal - Rigaud Gilles – Martin Mickael - Mounier Laurence – Barthelemy Patricia.- Lounay Dominique - Burgaud Christophe – Lebarbere Nicolas.



## Les inscriptions :

Nous accueillons tous les âges à partir de 2011.  
Pour les nouveaux joueurs, les contacts sont :

**Fabien, éducateur Brevet d'Etat,**  
[educateur@fcc.fr](mailto:educateur@fcc.fr) 06 59 38 27 39  
**Sébastien, Président,**  
[sbaudais@free.fr](mailto:sbaudais@free.fr) 06 81 19 73 81

N'hésitez pas à visiter le site du club [www.fccc.fr](http://www.fccc.fr)

### Les catégories en fonction des âges :

|          |                    |
|----------|--------------------|
| U7       | né en 2010 et 2011 |
| U9       | né en 2008 et 2009 |
| U11      | né en 2006 et 2007 |
| U13      | né en 2004 et 2005 |
| U15      | né en 2002 et 2003 |
| U17      | né en 2000 et 2001 |
| U19      | né en 1998 et 1999 |
| Seniors  | né en 1979 et 1997 |
| Vétérans | né avant 1979      |

La saison prochaine nous tablons sur :

- 1 groupe U7
- 1 groupe U9
- 2 équipes U11
- 3 équipes U13 (D2 et Secteur)
- 2 équipes U15 (D2 et D4)
- 1 ou 2 équipes U17 (D2 et D3)
- 1 équipe U19 (D3)
- 2 équipes de seniors D3 – D4
- 1 équipe de vétérans

Les catégories U11 - U13 - U15 – U17- U19 et Vétérans sont en Groupement de Jeunes ou en entente avec l'Hermitage.

## L'éducateur sportif :

Depuis 10 ans, le club a fait le choix d'un encadrement professionnalisé pour enseigner le football à nos jeunes licenciés, en employant Fabien, jeune joueur issu du club, et diplômé du Brevet d'état 1<sup>er</sup> degré football. C'est un gros effort financier de la part du club, mais indispensable, car le rôle d'un éducateur sportif apporte plusieurs avantages :

- C'est une personne formée, donc des entraînements plus structurés
- Des entraînements assurés tout au long de la saison
- Une progression sportive régulière.
- Un suivi sur l'évolution de l'ensemble des catégories
- Un référent sportif pour le club.

Fabien est épaulé par une équipe de bénévoles les mercredis pour les entraînements et les samedis pour les championnats. L'Ecole de football est labellisée depuis 5 ans, ce qui garantit aux jeunes pousses du club une qualité d'enseignement grâce à l'intervention de plusieurs éducateurs formés, et une qualité de vie grâce aux actions organisées tout au long de la saison.



## Le Groupement de Jeunes avec l'Hermitage

Pour la nouvelle saison qui commence, le club a fait le choix de sceller les 6 années d'entente en jeunes, avec la création d'un Groupement de Jeunes sur l'ensemble des catégories jeunes des U11 à U19. Cette nouvelle structure va permettre de donner un nouvel élan et de proposer un avenir à nos jeunes joueurs. De nouvelles couleurs et un nouveau logo doivent voir le jour dans les prochains mois.



## Retour sur le Projet Allemagne mai 2016

Le F3C en association avec l'Hermitage offre à ses adhérents la possibilité de construire des projets à caractère exceptionnel, comme des déplacements en Allemagne pour disputer des tournois de football. Nous essayons de maintenir un cycle de 3 ans pour les catégories U15 et U17, afin de nous démarquer des autres clubs et pérenniser nos effectifs. Cette année, nous avons été reçus par le club de Talheim, une ville près de Stuttgart, un réel moment de convivialité pour nos jeunes et les adultes accompagnateurs.



### Les animations à venir :

Tournoi U15 et U17  
3 septembre 2016 sur les terrains de Cintré

Tournoi U11 et U13  
17 septembre 2016 sur les terrains de Cintré

Un grand repas du F3C courant avril 2017

Une fête du foot début juin 2017

**Venez nombreux le 3 et 17 septembre 2016  
pour encourager les équipes locales !!**



# Tennis de Table La Raquette d'Or

Le club est un regroupement des communes de L'Hermitage, Cintré et la Chapelle-Thouarault.

Pour la saison 2015-2016, le nombre de licenciés était de 60 joueurs, augmentation de 10 joueurs par rapport à la saison précédente.

Les résultats de championnat pour les séniors : l'équipe Départementale 2 termine 2<sup>ème</sup> ; l'équipe Départementale 3 du mardi, 3<sup>ème</sup> ; l'équipe Départementale 3 du samedi termine 1<sup>ère</sup> et accède à la division supérieure l'an prochain qualifiée L'équipe Départementale 4 est 5<sup>ème</sup>. Chez les jeunes, les 2 équipes cadets-juniors sont 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup>.

Pour tout renseignement sur l'an prochain, le club sera présent sur les 3 communes pour les forums de rentrée : la Chapelle-Thouarault, le vendredi 2 septembre ; Cintré, le samedi 3 septembre et à l'Hermitage le samedi 3 septembre, également.

**Pour tout renseignement, contactez Michel DENAIS, secrétaire du club au 02.99.07.67.81, par mail à [atllaraquettedor.micheldenais@orange.fr](mailto:atllaraquettedor.micheldenais@orange.fr) ou consulter le site [raquettedor.kalisport.com](http://raquettedor.kalisport.com)**



## Les Bras et les Jambes Bretiliens (B.J.B.)



Les Bras et les Jambes Bretiliens



En octobre 2017, la BJB change de continent. Cinq filles de l'association partent pour le Vietnam. Des montagnes au nord du pays à la mer de Mékong, elles vont aller à la rencontre des enfants de différentes ethnies.

Le but de ce projet : aider le financement de purificateurs d'eau pour cinq écoles et un orphelinat.

Cette aventure va s'effectuer en 6 étapes : 5 en course à pied et une en vélo.

Différentes opérations vont être mises en place tout au long de l'année pour financer ce voyage : collecte de crayons usagés, vente de sacs, appel aux dons (matériels ou financiers).

**Pour nous contacter : [labjb@laposte.net](mailto:labjb@laposte.net) ou 06.32.70.77.77.**



# Découverte VTT Cintré



La SAISON 2016-2017 sera pour vous l'occasion de venir rejoindre un club sympathique et dynamique.

Depuis 2008, nous proposons des sorties VTT le dimanche matin en fonction des disponibilités de chacun. Un forum permet à chaque adhérent de faire connaître aux autres son intention de rouler, à n'importe quel moment de la semaine.

Notre philosophie est de rouler entre amis, dans une ambiance conviviale, sans esprit de compétition. Nous participons aussi aux randonnées organisées par les clubs voisins, cela nous permet de découvrir d'autres itinéraires.

Pour les plus sportifs, le club prévoit chaque année de participer à un raid quelque part en France : cette année, le club a participé aux Roc'h des Monts d'Arrée (distances

variables entre 30 km et 90 km) et à la Transvolcanique (160 km sur 2 jours).

Le club a organisé en mai un week-end qui a permis à la majorité des adhérents de découvrir le tour du Lac de Guerlédan.

Rouler avec le DVTTC, c'est aussi l'occasion de vous défouler et de maintenir votre condition physique.

Tentez l'expérience en venant rouler un dimanche avec nous. Débutants, curieux ou énervés du guidon, n'hésitez plus !! **Rejoignez nous !!!!**

**Contact : Guillaume BLOT - tél. : 06 15 37 51 20  
vtt.cintre@gmail.com**



Week-end à Guerlédan—mai 2016

Le club de basket de La Chapelle Cintré, CCB (Chapelle Cintré Basket) compte près de 200 licenciés, plus de 20 équipes, dont 19 ont évolué en championnat sur la saison dernière.

Par ailleurs, le fonctionnement inter-clubs se poursuit avec une nouvelle organisation. La nouvelle CTC (Coopération Territoriale de Clubs) est désormais composée de la Chapelle-Cintré, l'Hermitage, Le Rheu et Mordelles. La CTC la Vaunoise devient ainsi le BO 35 (Basket Ouest d'Ille et Vilaine) suite au retrait de Pleumeleuc et à l'arrivée de Mordelles.

C'est une vraie chance pour chacun de nos licenciés, car ce fonctionnement permet :

- de pouvoir proposer des équipes sur chaque catégorie, d'homogénéiser les effectifs et ainsi permettre à chacun la pratique du basket selon ses aspirations ou son ambition ;
- de proposer à l'ensemble des catégories (sauf les babys basket) 2 séances d'entraînement hebdomadaires, des séances CEC (séances de travail individuel ciblé), des stages de perfectionnement durant les vacances scolaires, donc d'offrir de réelles opportunités de progrès.

Et les résultats sont là !! Quelques exemples, parmi les multiples performances réalisées et l'implication de chaque licencié(e), sur la saison 2015/2016 :

- nos U15F1 qui terminent vice-championnes de Bretagne,
- nos U13F1 qui terminent en 2<sup>ème</sup> position de leur poule en championnat régional,
- nos U13M1 qui terminent la saison en 3<sup>ème</sup> position en D1,
- les enfants des U9F et U9M qui ont réalisé de très bons plateaux,
- nos seniors SM1 qui assurent une montée en D2 après avoir terminé la saison en tête de poule.

Pour la saison 2016/2017, les **différentes catégories** associées aux années de naissance sont les suivantes :

|                      |           |
|----------------------|-----------|
| Baby Basket – U7     | 2010      |
| Mini poussin(e) - U9 | 2008-2009 |

|                   |                           |
|-------------------|---------------------------|
| Poussin(e) – U11  | 2006-2007                 |
| Benjamin(e) - U13 | 2004-2005                 |
| Minime – U15      | 2002-2003                 |
| Cadet(te) – U17   | 2000-2001                 |
| Senior et U20     | 1999 et avant             |
| Loisirs           | ouvert à tous les adultes |

Nous vous attendons nombreux, petits et grands, pour **compléter les effectifs du CCB** et vivre au sein du club une saison sportive et festive.

Car le CCB c'est aussi **plusieurs animations et festivités** tout au long de l'année :

- Le pot d'accueil le vendredi 9 septembre à 18h30 à la Chapelle Thouarault suivi à 20h30 d'un match de gala Nationale 3 opposant Montfort sur Meu à Betton.
- Le goûter de Noël le samedi 17 décembre.
- La galette des Rois le vendredi 20 janvier.
- L'opération bois le 25 février.
- Les Olympiades et repas de fin de saison le 13 ou le 20 mai (date à confirmer).

La reprise des entraînements aura lieu début septembre et les championnats reprennent le week-end du 24-25 septembre. Certaines équipes (U13, U15 et U17) auront des plateaux à jouer pour l'accession en Région le week-end des 10 et 11 septembre.

Pour **tout renseignement** sur les inscriptions, le fonctionnement du club, les horaires des entraînements pour la saison prochaine (sous réserve de modifications éventuelles après les inscriptions), et toute l'année les horaires et lieux des matchs, rendez-vous sur le site du club

<http://www.chapellecintrebasket.fr/>

**RDV aux forums des associations :**

- à la salle socio-culturelle de La Chapelle le vendredi 2 septembre de 18 h à 20 h
- à la salle des sports de Cintré le samedi matin 3 septembre de 9 h à 13 h.



Les licenciés arborant les nouvelles couleurs du CCB

## ACTIVITÉS 2016 - 2017

| Jour             | Horaires                   | Salle               | N° | Cours                                   | Tarif           |
|------------------|----------------------------|---------------------|----|---|-----------------|
| <b>LUNDI</b>     | 10h45-11h45                | Cormelet            | 1  | Gym adultes                             | 97,00 €         |
|                  | 17h00-18h00                | Cormelet            | 2  | Danse contemporaine (GS-CP-CE1-CE2)     | 97,00 €         |
|                  | 18h00-19h00                | Cormelet            | 3  | Modern Jazz (CM1-CM2-6ème)              | 97,00 €         |
|                  | 19h00-20h30                | Cormelet            | 4  | Danse contemporaine Ados/Adultes        | 127,00 €        |
|                  | 19h30-21h00                | Polyvalente du haut | 5  | Hatha Yoga                              | 174,00 €        |
| <b>MARDI</b>     | 16h45-18h00                | Polyvalente du bas  | 6  | Multi-sports (CE1 au CM2)               | 67,00 €         |
|                  | 18h15-19h00                | Polyvalente du haut | 7  | Eveil corporel (PS-MS-GS)               | 67,00 €         |
|                  | 19h00-20h00                | Polyvalente du haut | 8  | Bodyzen*                                | 97,00 €         |
|                  | 17h00-17h45                | Cormelet            | 9  | Zumba kids (CP-CE1-CE2)                 | 67,00 €         |
|                  | 17h45-18h30                | Cormelet            | 10 | Zumba kids (CM1-CM2-6ème)               | 67,00 €         |
|                  | 18h45-19h45                | Cormelet            | 11 | LIA + Fitness                           | 97,00 €         |
|                  | 19h45-20h45                | Cormelet            | 12 | Zumba + Fitness                         | 97,00 €         |
|                  | 20h45-21h45                | Cormelet            | 13 | Zumba Ados/Adultes (à partir de 16 ans) | 97,00 €         |
| <b>MERCREDI</b>  | 20h00-22h00                | Communale           | 14 | Atelier couture                         | Adhésion Déclit |
| <b>JEUDI</b>     | 10h45-11h45                | Cormelet            | 15 | Gym nature / Gym urbaine                | 97,00 €         |
|                  | 17h30-18h15                | Cormelet            | 16 | Eveil corporel dansé (PS-MS-GS)         | 67,00 €         |
|                  | 18h45-19h45                | Cormelet            | 17 | Mix Fitness **                          | 97,00 €         |
|                  | 19h45-20h45                | Cormelet            | 18 | Fitness                                 | 97,00 €         |
|                  | 20h45-21h45                | Cormelet            | 19 | Step confirmé                           | 97,00 €         |
|                  | 19h30-21h00                | Polyvalente du haut | 20 | Hatha Yoga                              | 174,00 €        |
| <b> VENDREDI</b> | 20h00-22h00<br>1 fois/mois | La Grange           | 21 | Danse de salon                          | 105,00 €        |

REPRISE DES ACTIVITÉS À PARTIR DU LUNDI 19 SEPTEMBRE

## Quelques explications :

**Bodyzen** : Séance combinant plusieurs disciplines Qi gong (se dit tchi gong), gym dansée, pilate, relaxation profonde. Permet d'acquérir force, flexibilité, souplesse, concentration, baisse du stress et calme

**Fitness** : renforcement musculaire, abdominaux, fessiers.

**Gym Adultes** : exercices cardio et renforcement musculaire (abdos, fessiers, bras), coordination/mémoire, postures d'équilibre, stretching.

**L.I.A. (Low Impact Aerobic)** : gymnastique qui modèle le corps et oxygène les tissus par des mouvements.

**Mix Fitness** : Renforcement musculaire, fitness, step et zumba.

**Zumba + Fitness** : 30 minutes de zumba + 30 minutes de fitness.

## Quelques précisions :

 **L'Atelier Couture** : un moment de convivialité et d'échange de savoir faire entre autodidactes autour du même plaisir, le goût de la couture, l'envie de créer ou tout simplement vouloir apprendre quelques gestes simples.

Minimum requis : avoir sa machine et le matériel adéquat (fil, tissu, ciseau, ...) pour confectionner ses ouvrages.

Chacun est libre d'apporter ce qu'il veut, et si vous manquez d'idée, ça ne devrait pas durer longtemps...



 **Danses de salon** : compte tenu du succès du dernier stage, Elena vous propose cette année de découvrir un vendredi par mois différentes danses de salon (exemples : rock, valse, tango, salsa...).



## MANIFESTATIONS à noter dans vos agendas :

|                           |                  |
|---------------------------|------------------|
| Zumba Party .....         | 26 Novembre 2016 |
| Assemblée Générale.....   | 27 Janvier 2017  |
| Carnaval .....            | 19 Mars 2017     |
| Chasse aux œufs .....     | 16 Avril 2017    |
| Gala de fin d'année ..... | 24 Juin 2017     |

**DÉCLIC c'est avant tout une équipe de CHOC. N'hésitez pas à NOUS REJOINDRE.**



## ANIMATEURS et CONTACTS DéCLIC 2016/2017

| Jour                                       | Cours                                  | Animatrice/Animateur      | Contact Déclic         |                                  |
|--|--|---------------------------|------------------------|----------------------------------|
| <b>LUNDI</b>                               | Gym adultes                            | Marilyne AMANT            | Laëtitia G.<br>Cécilia | 06 77 45 62 78<br>06 32 33 54 81 |
|  | Danse contemporaine<br>(GS-CP-CE1-CE2) | Olivia de L'ESTOURBEILLON | Laëtitia C.            | 06 22 66 78 26                   |
|  | Modern Jazz<br>(CM1-CM2-6ème)          |                           |                        |                                  |
|  | Danse contemporaine<br>Ados/Adultes    |                           |                        |                                  |
|  | Hatha Yoga                             | Sophie TARDIVEL           | Patricia               | 06 60 02 61 35                   |
| <b>MARDI</b>                               | Multi-sports<br>(CE1-CM2)              | Lucie JEHANNIN            | Jean-Michel            | 06 74 23 46 35                   |
|  | Eveil corporel<br>(PS-MS-GS)           |                           |                        |                                  |
|  | Bodyzen*                               | Marilyne AMANT            | Géraldine              | 06 74 46 10 67                   |
|  | Zumba kids<br>(CP-CE1-CE2)             | Elena SVIKOVA             | Emmanuelle             | 06 03 63 22 08                   |
|  | Zumba kids<br>(CM1-CM2-6ème)           |                           |                        |                                  |
|  | LIA + Fitness                          | Elena SVIKOVA             | Manuela                | 06 21 77 43 55                   |
|  | Zumba + Fitness                        |                           |                        |                                  |
| Zumba Ados/Adultes<br>(à partir de 16 ans) |  |                           |                        |                                  |
| <b>MERCRE-<br/>DI</b>                      | Atelier couture                        |                           | Sabine                 | 09 50 35 22 11                   |
| <b>JEUDI</b>                               | Gym nature / Gym urbaine               | Marilyne AMANT            | Laëtitia G.<br>Cécilia | 06 77 45 62 78<br>06 32 33 54 81 |
|  | Eveil corporel dansé<br>(PS-MS-GS)     | Marilyne AMANT            | Anne-Laure             | 06 21 99 44 90                   |
|  | Mix Fitness                            | Yoann LESUEUR             | Nadine                 | 06 02 35 51 74                   |
|  | Fitness                                |                           |                        |                                  |
|  | Step confirmé                          | Sophie TARDIVEL           | Patricia               | 06 60 02 61 35                   |
| Hatha Yoga                                 |  |                           |                        |                                  |
| <b>VENDRE-<br/>DI</b>                      | Danse de salon                         | Elena SVIKOVA             | Jean-Michel            | 06 74 23 46 35                   |





### INSCRIPTIONS - ADHÉSIONS - TARIFS

**Vous pourrez vous inscrire aux activités lors du  
FORUM DES ASSOCIATIONS  
samedi 3 septembre  
de 9 h à 13 h à la Salle Polyvalente.**

Pour **une même personne** souhaitant participer à plusieurs activités, un tarif dégressif a été établi :

tarif plein pour la 1ère activité,  
réduction de 25 € sur le tarif de la 2ème activité,  
réduction de 35 € sur le tarif de la 3ème activité  
(ou +).

Pour **les familles nombreuses** (3 enfants ou +), une réduction de 65€ sera appliquée sur l'activité à partir du 3ème enfant, dans la mesure où un adulte et 3 enfants ou plus de la même famille pratiquent une activité au sein de l'association.

Une réduction pourra être appliquée aux personnes en situation de précarité (RSA, chômage, difficultés financières). N'hésitez pas à nous en informer et à apporter votre justificatif lors du forum.

Il n'est pas nécessaire de participer à une activité pour être adhérent mais il est obligatoire d'être adhérent pour participer à une activité, sauf pour les manifestations ponctuelles (spectacles, carnaval et chasse aux œufs).



L'adhésion à l'association DéCLIC s'élève à 14€ pour 1 personne, 16€ pour 2 personnes de la même famille et 20€ par famille.

Les ateliers sont ouverts de septembre à juin hors vacances scolaires (un calendrier sera fourni au 1<sup>er</sup> cours). L'organisation des ateliers est subordonnée à un nombre minimum d'inscrits.

Le règlement de l'adhésion et de l'activité (ou des activités) feront l'objet de **chèques séparés** (libellés à l'ordre de « **l'association Déclic** ») qui seront encaissés de manière étalée :

- 1 chèque pour l'adhésion encaissé en octobre,
- 1 chèque par activité qui sera remis en banque en novembre (si 1 activité),

en novembre et décembre (si 2 activités),  
en novembre, décembre et janvier (si 3 activités).

Possibilité de régler également par chèques vacances ou espèces.

**Le règlement s'effectue au moment de l'inscription.**

En cas de démission, le remboursement de votre adhésion et de votre (ou vos) activité(s) n'est pas prévu, quel qu'en soit le motif.

Pour information, il n'est pas nécessaire de fournir un certificat médical.



Retrouvez **DéCLIC** sur : [www.declic-cintre.fr](http://www.declic-cintre.fr) et sur sa page **facebook**

Adresse mail **DéCLIC** : [declic.cintre@gmail.com](mailto:declic.cintre@gmail.com)

Adresse postale **DéCLIC** : **Salle omnisport - 5 Rue de Rennes - 35310 Cintré**



# Jumelage Cintré Tourinnes

Le point fort de 2016 a été notre voyage à TOURINNES SAINT LAMBERT lors du week end de l'Ascension.

Comme toujours, nos amis nous ont fait passer un merveilleux séjour plein d'amitié de convivialité et d'enrichissement culturel (visite de la Brasserie du BOCQ et la Moutarderie BISTER).

Nous avons reçu l'accord de nos homologues pour une officialisation communale et les démarches sont en cours.

Nous comptons sur vous tous nombreux pour le **Moules frites du 15 octobre 2016 au restaurant scolaire.**

Vous aurez bientôt dans vos boîtes aux lettres les feuilles pour les inscriptions. Vous en trouverez aussi dans les commerces.



Pour la saison 2016/2017, il faut noter :

Le vendredi 20 janvier 2016 à 20h30 assemblée générale salle communale

Le samedi 25 février 2016 à 14 h concours de belote salle du Cormelet

En octobre 2017 à 19 h soirée Moules frites au restaurant scolaire.

Soyez tous assurés de nos sentiments les meilleurs et n'hésitez pas à nous rejoindre.

## Vos contacts :

**Annie HEUZE** président 02 99 64 44 98

Mireille GOMBEAU secrétaire

Nathalie NOUVEL Trésorier

Suzanne COLLIAUX Vice Présidente



L'école de musique de LA FLUME est un établissement public classé Conservatoire à Rayonnement Intercommunal par le ministère de la culture.

Elle rayonne sur 8 communes dont Cintré et se donne pour objectif de former des musiciens épanouis et autonomes. Pour ce faire, elle propose des parcours d'apprentissages différenciés et adaptés aux âges, besoins et envies de tous.

De l'éveil musical au « Parcours Accélééré » (spécial adulte), chacun peut s'initier ou se perfectionner.

Si 35 instruments sont enseignés individuellement, les élèves peuvent également se former au jeu collectif et découvrir différentes esthétiques au sein d'ateliers et orchestres de tous styles : big band, ateliers jazz ou de création de musique de film, orchestres d'harmonie ou à cordes, groupes de musiques actuelles ou traditionnelles ne sont que quelques-uns parmi la vingtaine de pratiques collectives proposées. Les chorales et la plupart des orchestres accueillent également, en fonction de leur niveau, les musiciens extérieurs.

L'école intervient aussi dans la commune dans le cadre du dispositif « musique à l'école » avec la sensibilisation de l'ensemble des écoliers de Cintré par les Musiciens Intervenants.

Elle participe à la vie de la commune par des actions ponctuelles : en 2015- 2016 élèves et professeurs se sont produits en concert à La grange, en animation pour le repas des aînés, à la bibliothèque ou lors de l'inauguration du marché.

A Cintré les cours ont lieu à l'ancien presbytère : éveil musical pour les 5-6 ans, le mercredi de 15h45 à 16h30.

**Inscriptions complémentaires à partir du 29 aout.**

**Secrétariat : 02 99 78 67 97  
(accueil du public de 14h00 à 18h00).**

**Toutes les informations sur : [laflume-musique.com](http://laflume-musique.com)**



# Office des Sports des Communes de l'Ouest Rennais

L'office organise tout au long de l'année des stages à destinations de l'ensemble des enfants des 9 communes du canton qui sont : Le Rheu, L'Hermitage, Cintré, la Chapelle Thouarault, Vezin, Le Verger, Mordelles, Chavagne, St Gilles.

Il faut bien distinguer les deux types de stages proposés :

- **Les stages de perfectionnement sportif** à destination de licenciés des clubs. Ils se déroulent en fonction des disciplines, aux vacances de la Toussaint, Noël, Février, Avril. L'idée est de proposer des stages intercommunaux qui rassemblent dans un même lieu les enfants des différents clubs des communes de l'OSCOR. L'office propose des stages de perfectionnement en football, basket-ball, hand-ball, tennis de table, judo, badminton, vélo, athlétisme. La participation au stage encadré dans des éducateurs diplômés est de 5 euros par jour. Un goûter est offert en fin de stage.

L'office travaille en partenariat avec les clubs sportifs pour transmettre l'information aux adhérents et améliorer le projet sportif. L'inscription obligatoire s'effectue sur le site de l'office : [www.oscor.fr](http://www.oscor.fr)

- **Les journées découvertes sportives** ouvert à tous les enfants qui ont entre 7 et 13 ans. Ils ont lieu tous les ans en Avril et depuis 2015 aussi fin Août. Ces journées s'adressent à l'ensemble des enfants des 9 communes qu'ils soient licenciés dans un club ou non. L'idée est de permettre l'accès pour tous au sport et de permettre à chacun de partager la découverte de différentes activités avec d'autres enfants. Le projet s'effectue en partenariat avec les clubs sportifs qui souhaitent ouvrir leur porte à de nouveaux licenciés.

Ces journées encadrées par des éducateurs diplômés sont gratuites. L'inscription obligatoire s'effectue sur le site de l'office : [www.oscor.fr](http://www.oscor.fr)

Je vous invite à regarder régulièrement sur le site pour avoir les informations sur les stages !

Renseignements auprès de Bosc Lauriane  
07.87.99.05.34 [lauriane.bosc@oscor.fr](mailto:lauriane.bosc@oscor.fr)



## Le dispositif « sortir ! »



« **Sortir !** » permet de s'inscrire dans un club, de bénéficier de tarifs réduits et de sortir en groupe.

Sur présentation de la carte « Sortir ! », vous bénéficiez d'une aide pour vous inscrire dans un club (sport, musique, danse, dessin, etc ....), de tarifs réduits ou gratuité d'accès dans les équipements partenaires.

L'attribution de la carte « Sortir ! » est soumise à condition de ressources.

Pour notre commune, ce dispositif est géré par le Centre Intercommunal de l'Action Sociale (C.I.A.S.) dont les bureaux sont situés à MORDELLES, place Toulouse Lautrec.

**A la rentrée, le CIAS vous propose 2 permanences :**  
**JEUDI 8 SEPTEMBRE et MERCREDI 21 SEPTEMBRE,**  
**de 14 h à 17 h, à LA LONGÈRE**  
**(à côté du CIAS, place Toulouse Lautrec)**  
**à MORDELLES.**

Avant de vous déplacer, vérifiez le barème des plafonds de ressources, prenez connaissance des « pièces à fournir », téléchargez l'imprimé « aide financière à la pratique d'activité régulière », sur le site de la commune de Cintré : [www.ville-cintre.fr](http://www.ville-cintre.fr) / [la vie au quotidien](#) / [affaires sociales](#).

Le cadre A de cet imprimé devra avoir été complété et signé par la structure (association sportive, bibliothèque, piscine, etc ...) avant de vous présenter à la permanence.

**Pour toute information complémentaire, contactez le service d'aide sociale du CIAS au 02.23.41.28.00.**



# Le chèque sport



## Chèque-Sport 2016/2017 : pour bouger sans se ruiner !

La Région Bretagne renouvelle cette année encore le dispositif **Chèque-sport pour inciter les jeunes de 16 à 19 ans à fréquenter davantage les terrains de sport.**

**Pour bénéficier d'une réduction de 15€, suivez le guide !**

Depuis 2006, la Région Bretagne s'est engagée dans une politique active en faveur de l'accès au sport pour tous, et notamment auprès des jeunes, dans une région d'une grande vitalité sportive. Pour y parvenir et alléger le budget des familles, elle offre un Chèque-sport d'un montant de 15€, destiné aux sportifs et sportives âgé-e-s de 16 à 19 ans. Ainsi, chaque année, plus de 25 000 jeunes bénéficient du Chèque-Sport et réduisent de 15€ le coût de l'adhésion dans leur club.

Cette année encore, à compter du 1<sup>er</sup> juin, les jeunes né-e-s en 1998, 1999, 2000 et 2001 peuvent retirer leur Chèque-sport sur [jeunes.bretagne.bzh/cheque-sport](http://jeunes.bretagne.bzh/cheque-sport) et le faire valoir auprès des clubs partenaires. Cette aide individuelle unique est valable pour toute adhésion annuelle à un ou plusieurs clubs sportifs bretons affiliés à une fédération, hors association interne à un établissement scolaire (UNSS ou UGSEL) et service sportif proposé par une collectivité (cours de natation de la piscine municipale par exemple).

Pour en bénéficier, rien de plus simple : il suffit de se rendre sur le site de la Région Bretagne dédié aux jeunes, de remplir un formulaire d'inscription, d'imprimer le mail de confirmation du téléchargement et de le présenter au club au moment de l'inscription.

Toutes les infos sur  
[jeunes.bretagne.bzh/cheque-sport](http://jeunes.bretagne.bzh/cheque-sport)

# Le coupon sport



## Le coupon sport : un coup de pouce financier pour les 10-18 ans

Les coupons sport facilitent l'accès des jeunes de 10 à 18 ans aux clubs sportifs d'Ille-et-Vilaine. D'une valeur de 20 ou 40 euros, ils permettent d'aider les familles à payer les coûts d'adhésion à une association sportive agréée.

### Qui peut en bénéficier ?

Pour bénéficier des coupons sport, vous devez remplir les conditions suivantes :

Votre enfant doit être né entre le 1er janvier 1997 et le 31 décembre 2005 ;

Vous devez être bénéficiaire de l'allocation de rentrée scolaire (ARS)

Votre enfant doit être inscrit à un club affilié à l'Agence nationale pour les chèques vacances (ANCV).

### Comment faire la demande ?

Lors de l'inscription de votre enfant auprès de l'association sportive, vous devrez fournir les pièces justificatives suivantes :

une pièce d'identité ou un livret de famille

l'attestation d'allocation de rentrée scolaire.

Le club transmettra votre demande au Comité départemental olympique et sportif (Cdos) organisme gestionnaire des coupons sport.

Vous bénéficierez de la réduction au moment du règlement de l'inscription auprès de l'association, ou après remboursement du club par l'ANCV.

Le montant de cette réduction sera selon votre situation : de 45 à 90 € : 2 coupons, soit 20 €  
à partir de 91 € : 4 coupons, soit 40 €

### Suivi de votre demande, qui contacter pour le suivi de votre demande ?

Le club sportif dans lequel vous avez fait votre demande.

**Pour en savoir plus : Opération coupons sport / CDOS d'Ille-et-Vilaine / Maison départementale des sports / 13b, avenue de Cucillé 35065 Rennes cedex Tél . : 02 99 54 67 67**

### Bon à savoir :

Le dispositif des coupons sport est co-financé par le Département et l'Etat.

### Vous n'avez pas trouvé les informations que vous cherchez ?

Contactez Info Sociale en Ligne par téléphone, au **0 810 20 35 35, du lundi au vendredi, de 9h à 18h** (coût d'une communication locale)  
ou par mail : [isl@ille-et-vilaine.fr](mailto:isl@ille-et-vilaine.fr)