

Activités		Association Jours et horaires	Contacts
<b>Atelier Voix de femmes – Chant polyphonique</b>		<b>Association iAVNANA !</b> Salle du Levant Vendredi 16h -18h 18h -20h	Mme Arlette SARTHOU <b>06 82 61 96 80 / arlettesarthou@gmail.com</b>
<b>Danse</b>	<b>Classique et Modern'jazz</b>	<b>Ile de Ré Danse</b> Salle des associations Lundi 18h30 - 21h Mercredi 13h45 - 16h45	Mme Christine DIDIER <b>06 70 10 67 64 / ilederedanse@gmail.com</b>
	<b>Hip-hop Break dance</b>	<b>Contemplum</b> Salle des associations Mardi 18h20 - 21h30 Mercredi 19h15 - 21h15 Vendredi 18h - 22h Dimanche 15h - 17h	M. Florian SADKI <b>06 98 43 44 31 / florian.sadki@gmail.com</b>
	<b>Danses en ligne</b>	<b>Les Oyats</b> Salle des associations Lundi 17h - 18h30	Mme Christiane BRULLON <b>06 89 23 55 63 / ragott1737@gmail.com</b>
	<b>Danse contemporaine</b>	<b>Contempo Ré Danse</b> Salle des associations Jeudi 19h - 22h	Mme Anne-Laure NIVET <b>06 78 80 33 74 / contemporedanse@gmail.com</b>
<b>Jeux de cartes (belote, tarot) Travaux manuels Atelier de cartonnage Billard</b>		<b>Club de l'amitié</b> Salle des Ilattes Jeudii 14h - 19h Lundi 14h - 19h Mercredi 14h - 18h Tous les jours	Mr SALMON Michel <a href="mailto:michel.salmon@cario.fr">michel.salmon@cario.fr</a>
<b>Pilates</b>		<b>Les Oyats</b> Salle des associations Mardi 10h30 - 11h30	Mme Christiane BRULLON <b>06 89 23 55 63 / ragott1737@gmail.com</b>
<b>Gym</b>		<b>Les Oyats</b> Salle des associations Mercredi 18h - 19h	Mme Christiane BRULLON <b>06 89 23 55 63 / ragott1737@gmail.com</b>
<b>Yoga</b>	<b>APY</b> Salle des associations Jeudi 9h45 - 11h et 11h15 - 12h15 <b>APY</b> salle du Levant Mardi 19h00 - 21h00 Jeudi 18h30 – 21h00		Mme Christine MASSON Présidente <b>05 46 29 95 16/ massonch@hotmail.com</b> Mme Marie SIMARD Secrétaire <a href="mailto:simardm@gmail.com">simardm@gmail.com</a> Alexia animatrice <a href="mailto:yogalexialedere@gmail.com">yogalexialedere@gmail.com</a>
	<b>A fleur de peau</b> Mercredi 15h30 – 19h30		Corinne CASPAR <a href="mailto:corinne.caspar@orange.fr">corinne.caspar@orange.fr</a>
<b>Bridge</b>		<b>Club de bridge</b> Sale des associations Jeudi 14h - 18h	M. Patrick NOIREZ <b>05 46 09 16 32 / cbir@orange.fr</b>
<b>Marche nordique</b>		<b>Marche nordique couardaise</b> Une fois par mois et vacances	M. Serge BOYRIE <b>06 61 66 96 80</b>
<b>Théâtre - Marionnettes</b>		<b>Théâtre du Gros Bonhomme</b>	M Jean-Pierre LAURENT <b>06 18 10 13 63 / gros.bonhomme@yahoo.fr</b>
<b>Tennis</b>		<b>Club des Pertuis</b>	M. Yann MAITRE <b>05 46 43 33 15 / contact@tenniledere.fr</b>
<b>Planche à voile et voile</b>		<b>CNCG</b>	M. Goulven CONTAL <b>05 46 29 82 40 / cncg17@orange.fr</b>
<b>Bibliothèque : livres, BD, CD, DVD... et de nombreuses animations</b>		<b>Bibliothèque municipale</b>	Mme Michelle SEBBAR <b>05 46 29 99 72 / <a href="mailto:bibliotheque@lacouardesurmer.fr">bibliotheque@lacouardesurmer.fr</a></b>