

# Activités Sportives & de Loisirs

## Autour de Villebois Lavalette



OFFICE DE TOURISME DU PAYS HORTE ET TARDOIRE

### Antenne d' Horte et lavalette

1, Place du Champ de Foire  
16320 VILLEBOIS-LAVALLETTE  
Tél/Fax : 05 45 64 71 58

Site internet : [www.charente-verte.fr](http://www.charente-verte.fr)  
Email : [otlavalette@charente-verte.fr](mailto:otlavalette@charente-verte.fr)

## AEROMODELISME

### MAGNAC LAVALETTE

CAHLA (Club d'Aérolodelisme Horte et Lavalette Angoulême)

Pas d'horaire particulier. Evolution en fonction des conditions météo.

Formation à la demande.

Contact : Philippe Laplagne 05 45 64 78 18/ 06 70 19 80 70

philippe.laplagne@orange.fr - <http://www.les-sauterelles.info>

## ARTS MARTIAUX

### VILLEBOIS -LAVALETTE

Au gymnase du collège

Cours de KARATE et KOBUDO

Le jeudi de 18h à 19h30 (enfants)

Le vendredi 18h à 20h (karaté adultes) 20h à 21h (kobudo adultes) et le samedi  
( 1 sur 2) de 10h à 11h30 (adultes)

Cours de WUSHU (Kung fu)

Lundi 17h à 18h15 (enfants) Mercredi 19h à 20h30 (adultes)

2 cours d'essai gratuits pour tous

Inscriptions sur place ou pour tous renseignements :

06 61 53 08 11 ou 05 45 64 90 04 (mairie)

### SERS

Cours d'AIKIDO au Dojo Municipal (dans la cour de l'école)

Pour Adultes le mardi et le vendredi de 19h30 à 22h

Contact : 06 17 79 02 67 /aikido-sers@wanadoo.fr



## ATELIER POTERIE

### RONSENAC



Venez essayer, la première séance est gratuite:

Les ateliers poterie sont ouverts à tous ceux qui souhaitent s'initier, se perfectionner avec les différentes techniques de la céramique

( modelage, tournage, plaque, colombins engobes, émaillage..... )

**Lieu d'activité:** ancienne poste de Ronsenac Place du souvenir

Le mardi de 20h à 22h et le jeudi de 14h à 16h et de 20h à 22h

**Informations et inscriptions :** **Annette Lemonie 06.60.06.56.48** ou **Jean-Luc Marquet 05.45.61.25.72**. Des séances ponctuelles sont possibles dans la limite des places disponibles.

## BADMINTON

### VILLEBOIS LAVALETTE



Le lundi de 18h à 20h et le mercredi à partir de 20h  
**au gymnase du collège**  
Contact: M. Denojean Tony  
06 61 12 86 23  
denojean.tony@neuf.fr

## BASKET-BALL

### DIRAC

*Cours organisé par Valéchel Basket*

*Enfants à partir de 5 ans et Adultes*

Contact : Michel Lemarié au 06 20 93 38 93



## CYCLOTOURISME

### FOUQUEBRUNE

**Vélo Sud Est Charente** est un club cyclotouriste affilié à la



F.F.C.T.(Fédération Française de Cyclotourisme). Nous vous proposons la pratique du cyclotourisme (route et vtt).  
Course d'orientation et raids multisports.

Des sorties cyclo routes sont organisées chaque dimanche à partir de la salle des fêtes de Fouquebrune, ainsi que 2 randonnées vtt et pédestres, 1 randonnée sur route, 1 Course d'Orientation.

**Renseignements et adhésions :** **Jean claude Vergnaud 06 03 83 63 22**  
jeanclaude.vergnaud@nordnet.fr

## DANSE

### VILLEBOIS-LAVALETTE

Le mardi avec **Flora Piet** (gymnase) :

17h-18h Expression corporelle 4/5 ans

18h-19h Prépa jazz 6/8 ans

19h-20h30 Modern' Jazz 9/11 ans

Le mardi avec **Nathalie Bernard** (salle des fêtes de Magnac Lavalette) :

19h30-21h30 Country à partir de 11 ans. Cours débutants et novices

Le jeudi : 17h-18h30 Jazz ados salle de danse du collège

19h30-21h00 Jazz adultes au gymnase de Villebois

**Contacts :** **Stéphanie Olejniczak.05.45.61.48.15** stephanieole@neuf.fr

**Nathalie Bernard.05.45.61.06.90** nathalieber1969@fr



## EQUITATION

### DIGNAC

#### Les Chevaux du VALLON

L'association d'attelage propose des activités autour du cheval: animation, balade, mariage, initiation à l'attelage.

**Contacts:** **Renéaume Daniel 06 08 85 79 42** reneaume.daniel@wanadoo.fr

**Bonhomme Roland 06 18 07 60 57**

### GARDES LE PONTAROUX

#### Ecuries de LAMBLARDIE

Pension équestre pour chevaux et cavaliers. Cours à la demande.

**Contacts :** 05 45 91 39 07 / [www.ecuries-lamblardie.com](http://www.ecuries-lamblardie.com)

### TORSAC

#### Centre Equestre EQUI-LIBRE

Equi-Libre propose un éventail d'activités qui permet de pratiquer l'équitation de son choix, tant à cheval qu'à poney

**Contacts :** 05 45 24 59 80 / [www.centre-equestre-equilibre.com](http://www.centre-equestre-equilibre.com)



## FOOTBALL

### DIGNAC

Par le FOOTBALL CLUB. (Pour Adultes)

Inscription: Mr Djellata 05 45 24 54 94 andre.djellata@orange.fr



### RONSENAC

Par l'ASSOCIATION SPORTIVE RONSENAC-GURAT-CHAMPAGNE FONTAINE

(Pour Adultes) Inscriptions: Mr GUIGNARD Quentin 06 42 94 31 24

### VILLEBOIS-LAVALLETTE

Entraînement par l' "Association Sportive Villebois Haute-Boëme"

mardi et vendredi de 19h à 21h pour seniors

Ecole de foot le mercredi : de 14h à 15h30 débutants

Et de 15h30 à 18h pour les autres catégories

Contact : Président : Jean Daniel Gauthier au 06 72 21 50 86

## GYMNASTIQUE

### VILLEBOIS LAVALETTE

Séances de VITAGYM

Tous les lundis au Gymnase de 18h45 à 19h45 (adultes)

Renseignements au 05 45 64 94 14

### TORSAC

Torsac Gym Tonic

Tous les mardis soirs à la salle polyvalente

Séances de Gymnastique volontaire, dynamique et en musique

De 20H15 à 20H45 séances de step et de 20H45 à 21H45 séances de Gym

Renseignements au 05 45 24 05 64 ou 05 45 24 06 69



## HAND BALL

### VILLEBOIS LAVALETTE

L'ASPLHL Hand-Ball propose des cours et entraînements au Gymnase

Horaires : Moins de 18 ans et seniors garçons : le vendredi de 20h00 à 22h00

Moins de 16ans et moins de 14 ans garçons: le mercredi de 18h15 à 19h45

Moins de 14ans filles et garçons : le vendredi de 17h00 à 19h15

Moins de 12ans garçons : le samedi de 9h00 à 10h30

Ecole de hand (primaires) : le samedi de 10h30 à 12h

Renseignements et Inscription : Sylvain Augeraud 06 84 75 71 44

/handballvillebois.e-monsite.fr



## JUDO

### DIGNAC et SERS

Cours de Judo au Dojo municipal

Pour adultes et enfants. Contact : Patrick au 05 45 70 34 50

decoulgenspat@aol.com [www.valecheljudo.fr](http://www.valecheljudo.fr)



## PARAPENTE

### MAGNAC LAVALETTE

le CLUB LE REVE D'ICARE à la Plaine de Loisirs

(en association avec le SCA Parapente)

Contacts: M Dias : 06 61 21 98 32/05 45 68 19 71

Jean-François Forron : 05 45 90 90 93 Site internet : [www.lerevedicare.fr](http://www.lerevedicare.fr)

Apprentissage au sol avec moniteurs

Le Samedi à partir de 14h et le Dimanche à partir de 10h jusqu'à 18h environ (suivant la météo). Adresse : 697 rue de la menthe, Viville, 16430 Champniers

- L'ASSOCIATION AEROPTERE propose des Multi loisirs aériens, parapente, paramoteur, à la Plaine de Loisirs (ou au Gond Pontouvre). Les WE après midi selon la météo. Siège : 46, rue Louise Lériget 16000 Angoulême

Contacts : Mr Dabreteau Pierre 05 45 95 75 45 ou 06 08 15 79 82

ou bureau : 05 45 97 98 67

- ANGOULEME VOL LIBRE PARAPENTE (AVLP)

Contact: Mr Lamirault 06 17 46 53 58 [lamirault.jean\\_luc@aliceadsl.fr](mailto:lamirault.jean_luc@aliceadsl.fr)



## QUAD

### CHAVENAT

L'association Rando Quad Nature Chavenat organise des randonnées ballades découvertes chaque trimestre.

Contacts : M. ROBERT Dominique 0637839931 robert.billou@orange.fr



## RANDONNEE PEDESTRE

### VILLEBOIS LAVALETTE

#### Club de Randonnée

Un programme est établi tous les trimestres.

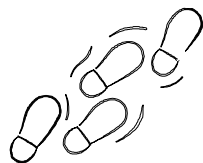
(Chaque semaine une randonnée différente)

Pendant la période estivale les randonnées se font les mardis matin à 9h30 et à partir du mois d'octobre les mardis après-midi à 14h30.

Le club fait partie de l'association l'ASLPHL (Association Sports et Loisirs du Pays d'Horte et de Lavalette)

Renseignements et Inscriptions :

M Bordes 05 45 60 31 08 /06 79 05 36 51



## TENNIS DE TABLE

### TORSAC

Salle polyvalente

Adultes : lundi et jeudi de 20h45 à 22h15

Jeunes: mercredi de 13h35 à 17h00

Contact : Jean-Luc Sauvage 06 85 74 89 46 [jsauvage@scj.com](mailto:jsauvage@scj.com)



## YOGA

### DIGNAC et SERS

Dignac : lundi de 20h15 à 21h45 Salle de judo

Sers : vendredi de 17h15 à 18h45 Salle de sport école

Et aussi Cours d' IKEBANA (art floral japonais)

Contact : 05 45 24 93 04 ou 05 45 24 50 87

remi.najean@orange.fr

### MAGNAC LAVALETTE

Le lundi de 20h00 à 21h00 Plaine de Loisirs

Contact : Sylvie Zakrzewski 05 45 66 45 57 ou 06 79 65 55 16



## RELAXATION

### DIGNAC et VILLEBOIS LAVALETTE

Sophrologie (séances de groupe d'environ 1h15 une fois par semaine)

Dignac: lundi de 18h à 19h15 (salle des associations)

Villebois Lavalette: mardi de 19h30 à 20h45(collège salle de réunion)

Contact : Joëlle.poullain@gmail.com 06 87 06 03 99



Amma Assis (séances individuelles de 20mn, sur rendez vous)

Dignac: mardi entre 17h00 et 19h00 (salle des associations)

Contact: [molia@relaxation-et-harmonie.fr](mailto:molia@relaxation-et-harmonie.fr) 06 67 86 62 07

**RETROUVEZ TOUTES LES ACTIVITES SPORTIVES  
et de LOISIRS autour de CHEZ VOUS.....**

ARTS MARTIAUX - ATELIERS POTERIE - BADMINTON -  
BASKET-BALL - CYCLOTOURISME - DANSE  
- EQUITATION - FOOTBALL - GYMNASTIQUE  
HAND BALL- JUDO- PARAPENTE - QUAD -  
RANDONNEES PEDESTRES - TENNIS DE TABLE  
YOGA - RELAXATION