

Ingré Contact n°182 Septembre 2021

Directeur de la Publication
Christian DUMAS, Maire d'Ingré

Coordination : Anne LE BIHAN

Conception/Mise en page
Stéphanie LAUDAT-BONGRAND

Impression : Mairie d'Ingré
Tirage 4 600 exemplaires

Dépôt légal à parution
Mairie d'Ingré - 45140 INGRÉ
Tél. : 02 38 22 85 22
Site : www.ingre.fr

LA MAIRIE À VOTRE SERVICE

Les permanences des Adjoints au Maire et des Conseillers Municipaux Délégués reprennent en septembre les lundis de 18h à 19h et les samedis de 10h à 12h.

Vous pouvez prendre rendez-vous en contactant le secrétariat au 02 38 22 85 31. Vous avez aussi la possibilité de transmettre un mail aux Élu-es sur l'adresse mail suivante : secretariat.mairie@ingre.fr

NUMÉROS UTILES WEEK-END

Dépannage Gaz 0 800 47 33 33
Dépannage Électricité 09 72 67 50 45
Mairie Élu d'astreinte 06 85 03 54 22
Police 17 ou 112 Samu 15 ou 112
Pompiers 18 ou 112

Les Archers d'Ingré seront présents au Forum des Associations le 12 septembre de 9h à 19h au gymnase de la Coudraye. La reprise des entraînements aura lieu semaine 37 à partir du lundi 13 septembre. Places disponibles pour les archers débutants, jeunes et adultes. Pour tout renseignement ou demande de pré-inscription, merci de bien vouloir contacter Pascal Réau au 02 38 74 86 75.

« Faire du sport avec ses enfants, c'est possible avec L'AFISEL ! »
Au gymnase ou en plein air, notre association propose, tous les samedis matin, 2 heures de joie ludique au travers d'une partie de base-ball, sarbacanes, ulimate, sortie vélo, bowling, course d'orientation.... Enfants, parents, grands-parents, toutes les générations sont les bienvenues !
Renseignements au forum des associations le 12 septembre, par mail à lafisel@gmail.com ou au 06 16 53 70 43.

> AGENDA / INFOS ASSOCIATIONS

Nouveau : H.I.I.T Cardio Boxing

Le vendredi soir de 19h30 à 20h30 au Gymnase de La Coudraye « venez vous défouler et améliorer votre condition physique en Cardio Boxing et pratiquer l'entraînement fractionné de haute intensité, alternance d'efforts intenses et de phases de récupération actives ». Le flyer des activités et les documents d'inscriptions sont accessibles sur le site internet de la ville www.ingre.fr rubrique « associations » puis « sports ». Les dates et renseignements peuvent être modifiés en fonction d'éventuelles mesures sanitaires gouvernementales et/ou locales. Merci de votre compréhension.

L'association de parents d'élèves PEEP Ingré vous souhaite une bonne rentrée et propose pour tous les niveaux scolaires les temps de rencontre suivants : mercredi 8 septembre de 15h à 19h à la salle des fêtes Jean Zay, rue du Château d'eau ; dimanche 12 septembre, stand au Forum des Associations de 9h à 19h. Remise de lots aux jeunes dessinateurs 2021, commande fournitures scolaires, échanges et possibilité d'adhésion.

Le tennis de table vous intéresse, alors pour tous renseignements ou inscriptions, n'hésitez pas à visiter le site du club d'Ingré <https://cmpjmingrett.wixsite.com/website/fiches-d-inscription>. Vous pouvez également nous contacter directement soit par mail (cmpjm.ingre.tt@gmail.com), soit par téléphone (Benjamin au 06 65 55 76 33), soit directement au gymnase de la Coudraye.

Canis Cub d'Ingré : Concours en ring sur le terrain rue de la Driotte les 11 et 12 septembre.



Reprise des activités après le 13 septembre
La reprise des activités de l'association dans notre local se fera en respectant les règles de sécurité sanitaire recommandées. Rendez-vous au Forum des Associations le 12 septembre. Les inscriptions pourront y être faites ou par téléphone aux numéros de contact. Nous vous proposons : **Relaxation** au 06 24 50 13 14. **Mieux vieillir ensemble** au 06 13 13 40 55. **Couture** au 06 09 59 46 96 ou au 06 24 50 13 14. **Escapades culinaires** au 06 63 33 93 86. **Tricot** au 06 45 64 59 26. **Patchwork** au 06 09 59 46 96. **Médiation numérique** au 06 45 64 59 26. **Mise à disposition de matériel**, sur rendez-vous au 06 08 55 95 14 ou au 06 72 72 08 69.

« Pucés des couturières et loisirs créatifs »
Tissus, laine, mercerie, broderie, patchwork, loisirs créatifs. Salle des Fêtes Jean Zay, **le dimanche 26 septembre**. Vente au public de 10h à 17h. Installation de 8h à 10h. Réservé aux adhérents et autres particuliers. Tarifs par table de 1m20, adhérents 3€, habitant Ingré 6€, hors commune 9€. Exclusivement sur inscription préalable par mail à « president.afi@gmail.com » ou 06 08 55 95 14 après le 01 septembre.



L'AMCRETE
Le jardin partagé biologique d'Ingré
9 rue du Val d'Orléans - www.lapacrete.asso.fr
elle-pousse.lapacrete@laposte.net
facebook : <https://www.facebook.com/apacrete>

Rejoignez-nous au jardin pour échanger conseils, graines et plantes en toute convivialité ! Nous cultivons les légumes, les fruits et les fleurs en mélange sans herbicides ni pesticides, avec du compost et différents paillages. Le jardin partagé est ouvert tous les jours et s'adresse à tous les âges : petits et grands. Les animations des samedis matin annoncées dans Ingré Contact sont proposées à tous (adhérents ou non), sans inscription.

Samedi 11 septembre de 9h à 18h. **Attention !** Les vendanges auront lieu sur une seule journée : **de 9h à 12h**, les vendangeurs de tous âges viennent avec leurs seaux et ciseaux. **De 12h à 14h**, pique-nique : cette année chacun prévoira le sien car pas de repas partagé. **De 15h à 18h**, dégustation **GRATUITE** du jus de raisin pressé. Possibilité d'acheter 1 bouteille de vin doux à 1€ : **on peut apporter sa ou ses bouteilles** avec bouchons hermétiques le jour même (merci de ne rien déposer avant) ; pas de plastique !

Dimanche 12 septembre de 10h à 18h, participation au forum des associations avec possibilité de découvrir le jardin partagé à partir de 18h (à 5 min du gymnase de la Coudraye).

Ingré Boxing Club

La section Savate Boxe Française reprendra ses entraînements début septembre sur les mêmes créneaux horaires, à savoir tous les vendredis de 19h45 à 21h45 au gymnase de La Coudraye. La Savate Boxe Française est une boxe pieds-poings qui se pratique en loisirs ou en compétition sous forme d'assauts ou de combats. Notre club est ouvert à tous publics féminins, masculins de plus de 15 ans, débutants ou confirmés.

Contacts : Frédéric 06 87 06 99 57
Patrick 06 82 55 55 86

Gymnastique Volontaire - Sport - Santé Saison 2021/2022 - Inscriptions à la permanence du mercredi 1^{er} septembre de 16h à 19h, salle Méthivier de l'Espace Culturel Lionel Boutrouche, au Forum des Associations le dimanche 12 septembre de 9h à 19h au Gymnase de La Coudraye. Reprise des activités le lundi 6 septembre.



Une nouvelle discipline désormais praticable sur les courts du TCI grâce à deux nouveaux courts de Padel intérieurs. La Mairie d'Ingré permet au TC INGRE d'être le 1^{er} club de tennis à avoir 2 terrains de padel intérieurs dans le Loiret. Cette discipline qui se joue à 2 contre 2 est accessible à tous et vous assurera un moment très convivial en famille, entre amis ou entre compétiteurs. En complément de cette discipline, un 3^{ème} court de tennis intérieur en green set vient compléter cette nouvelle infrastructure.

Pour venir jouer c'est très simple, il vous suffit de vous connecter à TEN UP et de vous rendre sur la page 45140_INGRE du Tennis Club d'Ingré. A présent, les licenciés du TCI bénéficient de 7 courts tennis/padel et les personnes extérieures au club ont la possibilité de jouer sur 1 court de tennis intérieur et 2 courts de padel intérieurs. De beaux moments à passer au TENNIS CLUB D'INGRE ! Journée découverte padel, tournois, animations pour les jeunes, tout au long de l'année. **Infos et dates à retrouver tout au long de l'année sur notre page Facebook Tennis Club Ingré.**

INGRÉ CONTACT

NUMÉRO 182
SEPTEMBRE 2021

Ville d'Ingré



www.ingre.fr // Ville d'Ingré

Lettre d'informations aux habitants d'Ingré

À l'intérieur de l'enveloppe, retrouvez l'Ingré Mag, l'Ingré Contact, le Guide Pratique de la ville, le flyer « Citoyens-Acteurs », la carte postale de la programmation culturelle et celle du Clou du Peste ainsi qu'une information Ingré Retraite Active.



Chères Ingréennes, Chers Ingréens,

Les mois que nous venons de vivre ont été difficiles pour la plupart d'entre nous. La situation qui s'était brièvement améliorée mais que le variant Delta rend à nouveau incertaine, doit nous inciter à rester vigilants et si la vaccination est efficace, la maladie n'en sera pour autant vaincue qu'avec la participation active de toutes et de tous.

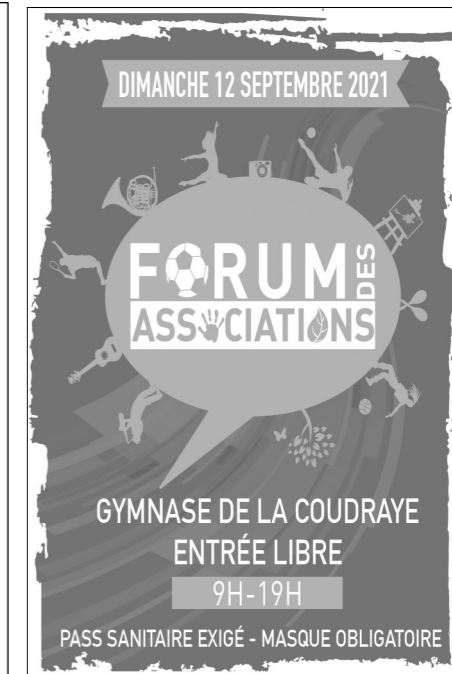
Toutefois cette année le 14 juillet a pu se tenir quasi normalement, espérons qu'il en sera de même pour la Saint-Loup en ce 1^{er} week-end de septembre. Nous serons heureux de retrouver cette fête à laquelle nous sommes tous très attachés avec son vide-grenier, ses animations sans oublier les manèges.

Je vous y donne d'ores et déjà rendez-vous, puis au forum des associations, où elles vont enfin reprendre contact avec leurs adhérents. Nous les retrouverons avec plaisir au gymnase de la Coudraye le dimanche 12 septembre.

Retrouvons et profitons ensemble de ces moments conviviaux et festifs qui nous ont tellement fait défaut, tout en restant prudents et encore masqués.

Bien à vous

Votre Maire
Christian DUMAS



2021 SAISON
culturelle
2022

Au jour de l'impression, il est vraisemblable que le pass sanitaire sera exigé.



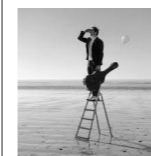
Vendredi 17 septembre - 20h30
« Le Mètre-Mot » Compagnie WonderKaline
Gratuit - Tout public à partir de 12 ans

Pour enfin tout savoir sur le mot « mot » ! Vincent Pensuet nous emmène dans un pur déluge verbal, un délire de mots de poète où le jeu des mots est jubilatoire, mais pas que !



À l'entre deux de la poésie et du clown burlesque, Vincent Pensuet signe un formidable spectacle, qui n'a rien à envier à ses maîtres (Devos, Ponge ou Tardieu).

De et par : Vincent Pensuet - Mis en scène : Nolwenn Jézéquel - Regard chorégraphique : Karine Vayssettes - Costume : Fabienne Desflèches - Conception d'accessoires : Yanosh Hrdy
Musique originale : David Georgelin - Lumières : Florian Jourdon



Samedi 18 septembre - 20h30
Gérald Genty « Boule » - Gratuit - Tout public

Gérald Genty, le meilleur chanteur de tout l'étang ! Gérald Genty présente sur scène son nouvel

album, « Planeurs » (2019). Il chantera donc des nouvelles chansons, mais aussi quelques anciennes, avec la poésie et la verve qui sont les siennes et dans son univers toujours décalé et parfois absurde...

Boule, c'est comme un cube mais rond, Boule c'est le parcours d'un artiste en route vers le succès. Récit décalé entre humour et émotion à partir d'anecdotes autobiographiques, il pose un regard amusé et tendre sur les humains. Chansons poétiques, parfois surréalistes, jeu de guitare précis et riche en influences (Brésil, Grèce, Irlande...) pour un « seul en scène » original et réjouissant.

Dimanche 19 septembre - 16h00
« Les Brèves de Comptoir » - Compagnie Toutes Directions
Gratuit - Tout public

« Comme je dis toujours, le monde appartient à ceux qui se lèvent ». C'est ce que déclare Renée, la patronne du bistrot, en accueillant ses fidèles clientes, qui entre « P'tits cafés calva » et « Grands ballons d'Alsace » oscillent du comptoir à leur table, en livrant leur pensée profonde, drôle, poétique. Comme souvent, derrière les rires qui fusent, se cachent aussi les fêlures de l'existence. La Compagnie « Toutes Directions », cinq filles, des comédiennes qui font dans le gouleyant, le savoureux et le délectable, nous proposent une version tonique de ces inénarrables brèves de comptoir, toujours copiées, jamais égalées...



D'après l'œuvre de Jean-Marie Gourio - Avec Sylvie Benoit-Bourdon, Marie Lemiale, Nathalie Chouteau Gilet, Bénédicte Bianchin, Karine Arnaud

Mardi 21 septembre 19h
Salle des Fêtes Jean Zay

2021 SAISON
2022 culturelle

Retrouvez le programme complet de l'agenda culturel dans le
Remue Ménages - Réservez en ligne sur www.ingre.fr
Facebook : Quoi de neuf? la Culture à Ingré

« Projet Artistique et Culturel de Territoire (PACT)
co-financé par la Région Centre-Val de Loire »



> FÊTE DE LA SAINT LOUP

La Ville d'Ingré et l'Association « Ingré en Fêtes »
vous donnent rendez-vous les 4 et 5 septembre au Parc de Bel Air.

La St Loup, une fête incontournable, des animations pour petits et grands tout au long du week-end, animations, fête foraine, promenade en poney, vide grenier, spectacle pyrotechnique à 22h30 dans le parc de Bel Air. Buvette et restauration sur place. Venez passer un moment agréable. Entrée gratuite.

Renseignements au 06 63 37 37 44 ou au 06 63 53 45 28

<http://ingresso.wixsite.com/ingreenfetes> ou facebook : « Ingré en fêtes »

Buvette et restauration sur place



> INFOS ÉCOLE MUNICIPALE DE MUSIQUE

Inscriptions pour les nouveaux élèves jusqu'au 22 octobre en fonction des places disponibles.

Une rentrée en musique dans les écoles ! Jeudi 2 septembre sur les 2 groupes scolaires.

Réunion de rentrée le mardi 7 septembre à 18h30 salle Brice Fouquet de l'Espace Culturel Lionel Boutrouche,

Rentrée pour tous les élèves de l'école municipale de musique le lundi 13 septembre.

Plus d'informations au 02 38 22 85 36 - www.ingre.fr rubrique culture



Le projet de plan local d'urbanisme métropolitain (PLUm) a été arrêté en avril 2021 et s'appliquera à partir du 1er trimestre 2022 à la place du PLU communal : une enquête publique aura lieu courant septembre/octobre au cours de laquelle le dossier et un registre seront mis à votre disposition. Vous

pourrez également rencontrer un commissaire enquêteur. Les précisions sur les modalités d'organisation (dates, lieu) seront précisées ultérieurement.

Le dossier PLUm est déjà consultable sur : <https://www.orleans-metropole.fr/urbanisme-habitat/plan-local-durbanisme-metropolitain-1>

Accueil de poules : 25 nouvelles familles en 2021

Dans le cadre de son action en faveur de la transition écologique, la ville d'Ingré renouvelle en 2021 l'opération « famille d'accueil de poules » et fournira 2 poules à chacune des 25 premières familles qui en feront la demande, gratuitement et contre bons soins. Les familles d'accueil devront s'engager à respecter quelques consignes pour que les poules se portent bien. En échange, les poules les débarrasseront de l'essentiel de leurs bio-déchets et leur fourniront de succulents œufs frais !

Priorité sera donnée aux familles n'ayant pas encore eu le plaisir de bénéficier de cette opération.

Pour postuler, envoyez un mail à l'adresse : operationpoules2021@ingre.fr en faisant figurer dans votre demande votre adresse postale et votre numéro de téléphone. **Les inscriptions se feront par ordre d'arrivée jusqu'au 17 septembre.**

Les poules seront remises à leurs familles d'accueil sur le marché d'Ingré le **vendredi 24 septembre.**

Programme des prochains ateliers de la transition

Les « Bons plans citoyens » d'Ingré se poursuivent pour aborder toutes les diverses et nombreuses thématiques de la transition écologique.



Samedi 18 septembre de 10h à 12h, atelier d'auto-réparation : ne jetez plus ! Animé par Envie 45.

Samedi 25 septembre de 14h à 16h30, alimentation : découverte des céréales. Animé par Marion Nature.

Ateliers gratuits. Pour demander votre inscription à l'un de ces ateliers, envoyez un mail à l'adresse dev.durable@ingre.fr en faisant figurer dans votre message votre adresse postale, votre numéro de téléphone et l'atelier demandé. Les places sont limitées. Seront prioritaires les habitants d'Ingré n'ayant pas encore eu l'occasion de participer à un atelier.



BIBLIOTHÈQUE MUNICIPALE

Les rendez-vous de votre bibliothèque :

Le vendredi 3 septembre, entre 10h30 et 12h : « Le Portage de Livre à Domicile ».

Le mercredi 22 septembre, à 9h15 : « Les P'tits Bouts d'histoires : Boîte à trésors », pour les tout-petits jusqu'à 3 ans, sur réservation.

Pour plus d'informations, vous pouvez nous joindre au 02 38 22 85 13 ou à l'adresse bib-municipale@ingre.fr

> INFOS SERVICES MUNICIPAUX

Accueil : la Mairie vous accueille les lundis, mardis, mercredis et vendredis de 8h30 à 12h ; et de 13h30 à 17h30 ; et de manière continue de 8 h30 à 18 heures 30 le jeudi.

L'accueil est également ouvert les samedi 11 et 25 septembre de 9h à 12h.

L'accueil est situé avenue de la Grenaudière (face au Crédit Mutuel), et joignable au 02 38 22 85 22.

Nouveaux arrivants : si vous venez d'emménager à Ingré, merci de contacter l'accueil de la Mairie pour vous inscrire sur la liste de nos « nouveaux arrivants ».

Urbanisme : à partir de septembre, le service urbanisme est ouvert du lundi au vendredi de 9h à 12h sans rendez-vous pour dépôts de dossier (PC, DP, DAACT, etc.) et sur rendez-vous pour toute autre demande de renseignement.

> MARCHÉ D'INGRÉ

Tous les vendredis de 14h30 à 19h30 retrouvez le Marché sur la place Lucien Feuillâtre (en face du lycée). Les commerçants vous accueillent dans la joie et la bonne humeur : Primeur, Boucher, Pizzaiolo, Poissonnier, Cuisine Asiatique et Dolce (glaces et gaufres). Venez découvrir leurs produits. Le primeur est également présent le mardi après-midi.

> INFOS DIVERSES

Entretien avec une conciliatrice de justice : Une conciliatrice de justice tient des permanences en mairie, le matin, chaque second mardi et chaque second mercredi du mois. Prise de rendez-vous auprès de l'Accueil unique au 02 38 22 85 22.



Marche du Ruban Rose

En partenariat avec les villes de Saint-Jean-de-la-Ruelle et la Chapelle-Saint-Mesmin, la ville d'Ingré organise la Marche du Ruban rose le dimanche 10 octobre. Plus d'informations à venir dans l'Ingré Contact du mois d'octobre.



> INFOS SENIORS

Jeu 9 septembre : « Repas partagé » Rendez-vous à 11h45 à la Salle Guy Poulin. **Impérativement sur coupon d'inscription à remettre entre le lundi 30 août et le vendredi 3 septembre au service Seniors.**

Jeu 16 septembre : Diffusion du film « 12 ans d'âge » de Frédéric Proust avec François Berléand, Patrick Chesnais, Anne Consigny, Laurence Thomassin. Salle Brice Fouquet de l'Espace Culturel Lionel Boutrouche à 14h30.

Charles et Pierrrot sont inséparables. Le jour où Charles part en pré-retraite, c'est le bonheur ! Ils vont pouvoir passer encore plus de temps ensemble. Leur devise est claire : profiter de la vie et rire de tout. Leur imagination débordante va remplir leurs journées sous le regard tendre et parfois inquiet des femmes de leur vie...

Jeu 23 Septembre : Thé Dansant « Automne » à 14h30 à la Salle des Fêtes « Jean Zay ». Ouverture des portes à 14h15. Impérativement sur coupon d'inscription à remettre **entre le lundi 13 septembre et le vendredi 17 septembre au service Seniors. Aucune inscription ne sera prise en dehors de ces dates.**



Ces manifestations auront lieu sous réserve des mesures gouvernementales.



Recherche services civiques

L'école maternelle Émilie Carles recherche deux services civiques pour l'année scolaire 2021-2022.

Les contrats débiteront le lundi 6 septembre pour une durée de 10 mois. Les missions seront de contribuer aux activités éducatives, pédagogiques et citoyennes de l'école maternelle. Les jeunes en services civiques pourront accompagner les enseignantes sur un temps d'activité (motricité, ateliers dirigé etc...), accompagner les classes lors de sorties scolaires, gérer la bibliothèque de l'école etc.. Pour tous renseignements contacter Madame Besset Camille au 02 38 74 85 36 ou ecm-emilie-carles-ingre@ac-orleans-tours.fr.



L'association s'inscrit dans la dynamique des villes en transition. Elle poursuit ses ateliers et actions pour une nature et un environnement sain, durable et chaleureux dans une logique de participation citoyenne.

Nous vous invitons à L'assemblée générale qui va se tenir le 22 septembre 2021 à la Salle Alfred Domagala de l'Espace Culturel Lionel Boutrouche à partir de 20 heures.

Notre comité de réflexion pour créer une épicerie collaborative et solidaire (produits biologiques et locaux) expose l'avancement du projet.

Pour nous rejoindre et recevoir nos communiqués, inscrivez-vous dès maintenant sur la page « nous suivre »

<https://ingreormes2030.wixsite.com/io2030/contact>

- Facebook : [ingreormes2030](https://www.facebook.com/ingreormes2030)

- Mail : ingreormes2030@gmail.com

Marché de puériculture, jouets, vêtements enfants, livres...

proposé par l'association JUMENTS ET PLUS 45, **dimanche 19 septembre**, de 10h à 16h - Salle des fêtes Jean Zay (maintenu et nombre de personnes limité dans la salle sous réserve de l'état sanitaire lié au COVID au moment de l'organisation). Port du masque obligatoire. Installation entre 8h30 et 9h30

Le marché est ouvert en priorité aux adhérents de l'association, aux Ingréens, puis aux extérieurs. Entrée gratuite. Les bons de réservation et les tarifs seront disponibles à l'adresse de l'association à partir du 10 septembre et envoyés par mails sur demande. Inscription impérative via le bon de réservation (pas de réservation par téléphone). **Renseignements et réservations assojumeaux45@free.fr et au 07 81 96 48 02.**

L'association PHOSPHENE reprend ses activités à compter du 13 septembre. Si vous souhaitez vous initier ou pratiquer l'Aquarelle, le Dessin, la Peinture, la Sculpture, la Mosaïque ou la Marqueterie ou bien inscrire votre enfant en BD ou en Arts Plastiques, quelques places sont encore disponibles !

Contactez-nous au 06 81 82 01 85 ou par mail : contact@ateliers-phosphene.com

> INFOS JEUNESSE

Recrutement d'animateurs pour les vacances d'automne 2021 (25 octobre au 5 novembre) : dossier de candidature à déposer au plus tard le 3 septembre. À remettre à l'accueil unique ou au service Jeunesse.

Dossier famille 2021-2022, rappel : le dossier famille pour l'année scolaire 2021-2022 est à retourner au service Jeunesse, bureau Guichet Famille, annexe 1, au plus vite. Si vous ne l'avez pas encore fait, il est disponible et téléchargeable sur le site internet d'Ingré www.ingre.fr dans « documents utiles » (même pour les non adhérents au portail) ou via le portail famille : <https://portail.ingre.ciril.net/guard/login>

Inscriptions vacances d'automne : L'accueil de loisirs sera ouvert du 25 octobre au 5 novembre 2021. Les inscriptions sont à faire du 20 septembre au 1er octobre, sur le portail famille, module inscriptions et planning ou à télécharger sur le site internet de la ville (portail famille, page d'accueil, documents utiles) ou imprimé à remplir disponible à l'accueil unique ou au service jeunesse.

> INFOS ÉCOLE MUNICIPALE DU SPORT

Reprise le mercredi 15 septembre, pour les 9/11 ans de 14h à 15h30 et pour les 6/8 ans de 15h30 à 17h.

Inscriptions sur place - Gymnase de la Coudraye.
Infos auprès du Service des Sports au 02 38 22 85 48

DANSE - ARABESQUE

ASSOCIATION POUR LE DÉVELOPPEMENT DES ARTS CHORÉGRAPHIQUES À INGRÉ



Arabesque propose plusieurs styles de danse : moderne, classique, hip hop et expression corporelle pour les enfants à partir de 4 ans. Pour les danseurs et non-danseurs, il y a également un cours de Renforcement Musculaire & Souplesse. Les cours sont ouverts à tous, quelque soit l'âge et le niveau. Venez essayer un cours gratuitement la semaine du 14 au 19 septembre !

Nouveauté rentrée 2021 : Cours de Barre au Sol le jeudi de 19h à 20h.

Pré-inscriptions en ligne sur [helloasso](http://helloasso.com)

REPRISE DES COURS LE 14 SEPTEMBRE

Informations au 06 83 37 81 25 - Email : art.arabesque@gmail.com
Facebook : Arabesque Danse Ingre - Site internet : arabesque-ingre.wixsite.com/arabesque

Inscriptions : Forum des Associations dimanche 12 septembre de 13h à 19h au gymnase de la Coudraye à Ingré.
Tickets CAF, Chèques Vacances et Tickets Sport ANCV acceptés.
Inscription annuelle avec possibilité de paiement en plusieurs fois.

Info Handi Soutien 45 : nouveau ! retrouvez les infos sur le site internet : handisoutien45.fr / mail : handisoutien45@gmail.com

Distribution du Prochain
Ingré Contact n°183
Octobre 2021
À partir du 24 septembre