



BULLETIN DE RENTRÉE SEPTEMBRE 2016



Chers membres,

Notre association vous propose deux nouvelles activités pour cette rentrée 2016, une section Aquagym et une section gymnastique Pilates.

Cela porte à 21 le nombre d'activités proposées par la Klamm.

Deux dates importantes sont à noter dès maintenant :

- Dimanche 9 octobre la 4^{ème} édition de la fête de la Fleur.
- Lundi 21 novembre , notre assemblée générale , salle du Petit Pont à 20h15.

Très bonne rentrée !

Jean-Marie GARNIER
Président de LA KLAMM

LES SECTIONS ET ACTIVITÉS PROPOSÉES PAR L'ASSOCIATION LA KLAMM

Les Activités Culturelles

ANGLAIS	CLUB DE L'AMITIE	TEMPS LIBRE
AQUARELLE	CUISINE	THEATRE
ART FLORAL	ŒNOLOGIE	
ATELIERS DE PEINTURE	PATCHWORK	

Les Activités Physiques

AQUAGYM	DANSE MODERN' JAZZ	PILATES
BADMINTON Adultes	GYMNASTIQUE POUR TOUS	VOLLEY
BADMINTON Jeunes	HIP-HOP	
DANSE DE SALON	RANDONNEES	

ANGLAIS

Initiation à l'anglais pour adultes et enfants.
Perfectionnement et cours pour débutant.

Contact :
Élodie Songeur Dutta
ereglisse@yahoo.fr

AQUARELLE

Une équipe de passionné(e)s confirmé(e)s ainsi que des débutant(e)s se retrouvent autour de Béatrice WOLF, artiste peintre, pour se perfectionner dans l'art de l'aquarelle.

L'atelier fonctionne un à deux mercredis par mois de 14h à 17h dans la salle de la Laiterie. Une douzaine de cours fait partie de ce programme, voire un 13ème dans la nature.

A noter dans vos agendas: l'exposition de Béatrice Wolf et de ses élèves de La Klamm au Trèfle de Truchtersheim du 28 septembre au 19 novembre

Reprise Mercredi 14 septembre 2016, puis les 5 et 26 octobre, 9 et 16 novembre, 7 décembre

Contact:
Béatrice WOLF 06 81 74 61 66
beatricepeintures99@gmail.com

LA KLAMM vous propose un cours d'aquagym le vendredi de 12h15 à 13h à la piscine de la résidence DOMITYS, Allée de l'Euro à Oberhausbergen.

La piscine sera privatisée pour les membres de notre association, et les cours seront animés par Elodie PANTZER, professeur de gymnastique pilates. Les séances d'une durée de 45 mn seront assurées pendant l'année scolaire (hors congés scolaires et jours fériés) de septembre à juin.

Des vestiaires hommes et femmes avec casiers, ainsi que des douches et toilettes sont mis à notre disposition.

Les cours débuteront le 09/09/2016

Contact:
Martine TRUNK 06 74 27 60 38
martine.trunk@gmail.com

ART FLORAL

Cet atelier est un moment convivial et de détente où chaque participant apprend les techniques nécessaires et réalise sa composition florale avec les fleurs fraîches et éléments ramenés par ses soins en fonction du thème proposé.

Chaque séance permet le développement de sa créativité et la mise en valeur de ses talents. C'est aussi un moment de rencontres et d'échanges d'idées avec d'autres personnes passionnées par ce loisir.

A noter qu'à partir de cette nouvelle rentrée, il n'y aura plus qu'une seule séance unique une fois par mois le vendredi à 18h (sauf exception), salle du Petit Pont

Reprise vendredi 23 septembre 2016 à 18h avec pré-inscription obligatoire.

Contacts:
Cécile GARNIER 03 88 69 75 71
garnier.cec@orange.fr
ou
Françoise GARNIER 03 88 69 76 47
fradmig@yahoo.fr

ATELIERS DE PEINTURE

Lise Lemahieu, titulaire d'une maîtrise en arts plastiques, animera, une fois par mois, des ateliers de peinture ludiques.

Pour les enfants, un mercredi par mois de 13h30 à 16h30, et pour les adultes, un samedi par mois, de 13h30 à 17h30.

Que vous soyez débutant ou confirmé, venez vous découvrir de nouveaux talents !

Tout est fourni: matériel, goûter et bonne humeur !

Contact:
Lise LEMAHIEU 06 82 80 58 33
lise.lemahieu@free.fr
<http://lise.lemahieu.free.fr>

BADMINTON ADULTES

Les adultes auront l'occasion de pratiquer ce sport :

- le lundi de 18h à 20h,
- le jeudi à partir de 19h avec Pascal BAUER,
- le dimanche à partir de 10h avec Pascal BAUER.

Salle des Loisirs.

Inscriptions Jeudi 8 septembre 2016
Reprise entraînement Jeudi 15 septembre
Contact:
Pascal BAUER
03 88 69 96 12 / 06 89 51 75 16
bad.adultes@la-klamm.org

BADMINTON JEUNES

Le club badminton jeunes est encadré par Grégoire MULLER, entraîneur diplômé.

Les jeunes désirant faire de la compétition sont affiliés à la FFBA (Fédération Française de Badminton).

Les entraînements ont lieu le jeudi, Salle des Loisirs :

- entre 17h et 18h pour les enfants de 7 à 10 ans (école primaire),
- entre 18h et 19h pour les jeunes à partir de 11 ans (collège et lycée).

Reprise Jeudi 8 septembre 2016

Contact:
Grégoire MULLER 06 88 91 01 73
bad.jeunes@la-klamm.org

CLUB DE L'AMITIÉ

Les aînés se retrouvent tous les 1^{er} et 3^{ème} mercredis du mois à 14h autour d'une tasse de café pour jouer aux cartes ou autres jeux de société, fêter les anniversaires ou tout simplement bavarder.

Club-House du Foot.

Reprise Mercredi 7 septembre 2016

Contact:
Gaby GARTISER 03 88 69 83 32

CUISINE

Les cours de cuisine se déroulent dans la Salle de la Souffel à partir de 18h30. Les plats confectionnés sont dégustés en commun à la fin du cours.

Reprise Lundi 3 octobre 2016

Contact:
Martin DESCHLER 03 88 62 00 28
martin.deschler@orange.fr

DANSE DE SALON

La section se retrouve tous les mardis soir de 19h15 à 20h15, dans une ambiance sympa et détendue.

Vous pourrez vous initier aux valse, tangos, rumbas, rock, cha-cha-cha, etc.

Pour apprendre ces danses, il est indispensable de venir en couple.

Salle du Petit Pont.

Reprise Mardi 20 septembre 2016

Contact:

Jean-Marie GARNIER 03 88 69 75 71

jmarie.garnier@orange.fr

DANSE MODERN'JAZZ

3 cours sont proposés pour les enfants :

- De 5 à 7 ans : de 17h à 18h,
- De 7 à 9 ans : de 18h à 19h,
- De 11 à 12 ans : de 19h à 20h.

Les cours ont lieu à la Salle des Loisirs.

Renseignements et inscriptions:
www.step2dance.fr

Contact:

Stéphanie ARBOGAST 06 07 24 62 33

stephanie.arbogast.s2d@gmail.com

GYMNASTIQUE POUR TOUS

Cours de gymnastique en musique pour le maintien en forme par le stretching, l'aérobic, la gymnastique douce, le renforcement musculaire cuisses-abdos-fessier, l'enchaînement de pas, la coordination, l'équilibre, tout en évoluant selon les possibilités physiques et le rythme, propres à chacun.

Les séances d'une heure sont accessibles à tous (à partir de 15 ans) tous les mardis à 20h15 salle des loisirs. Première séance d'essai gratuite.

Reprise Mardi 6 septembre 2016

Contact:

Anny OSTER 06 28 01 64 62

annyz6862@gmail.com

HIP-HOP

Les cours ont lieu le vendredi soir :

- de 17h45 à 19h pour les enfants de 7 à 10 ans,
- de 19h à 20h15 pour les jeunes de plus de 11 ans,

Salle des Loisirs.

Reprise et inscriptions Vendredi 23 septembre 2016

Contact:

Cyriel MILLANT 06 68 25 92 78

cyriellemillant@gmail.com

ŒNOLOGIE

Les cours d'œnologie, animés par le sommelier Yvan GERBER, permettent aux participants de s'initier à la connaissance des vins, de découvrir et de déguster des vins originaux et, de temps en temps, des grands vins.

Les cours ont lieu le dernier mercredi du mois, à 20h Salle du Petit Pont.

Reprise Mercredi 28 septembre 2016
(Nombre de places limité)

Contact :

Jean-Marc REINMANN 06 30 84 41 55

jm.reinmann@laposte.net

PATCHWORK

Suite à notre voyage à une expo au Luxembourg nous avons ramené aux membres du club de quoi faire un joli sac qui sera très utile suite à la disparition des emballages. Nous aurons tous le même modèle et chacune pourra choisir sa couleur.

Un travail en commun qui nous permettra d'apprendre une nouvelle méthode.

Reprise Mercredi 7 septembre 2016 à 20h
et le 21 septembre, puis les 1er et 3ème mercredis du mois à 20h

Contact :

Mireille WINTERBERGER 03 88 69 82 64

milaau@free.fr

PILATES

Le Pilates est une gymnastique douce qui fait travailler les muscles profonds, en particulier ceux autour de la colonne, responsables d'une bonne posture.

Tous les exercices sont basés sur la respiration et la fluidité des mouvements, comme dans le yoga. Ils permettent d'assouplir muscles et articulations, de masser les organes internes et de favoriser la circulation sanguine.

Ce sport s'adresse à tout le monde, adultes, seniors, hommes, femmes, sportifs ou non. Tous les exercices sont progressifs et peuvent être adaptés en fonction du niveau et des besoins de chacun.

NOUVELLE SECTION

Inscriptions et 1er cours le lundi 12 septembre 2016 salle des loisirs à 20h15.

contact:

Frédérique GENOT 06 81 31 53 53

frederique.genot@laposte.net

RANDONNÉES

Venez vous ressourcer au contact de la nature avec un groupe où rire et bonne humeur sont de rigueur pour affronter dénivelés et kilomètres..... Chaussures de randonnée indispensables.

Une ou deux sorties par mois, ainsi qu'éventuellement un week-end annuel, encadrés par nos fidèles guides : Germain GRASS et Gérard HUMBRECHT.

Le programme détaillé pour chaque sortie est adressé aux personnes inscrites à la section et figure sur le site de La Klamm

Contact :

Cécile GARNIER 03 88 69 75 71

garnier.cec@orange.fr

TEMPS LIBRE

Depuis sa création, la section Temps Libre a organisé une centaine de visites et sorties aux thèmes divers et variés. En 2015/16, nous avons visité, entre autres, le Musée du Pain d'Epices à Gertwiller, les Galeries Lafayette, le SI-RAC (service de régulation de la circulation à Strasbourg), l'exposition « La Révolution gothique », le Parc minier et la Savonnerie de Sainte-Marie-aux-Mines, le Golf Club de Strasbourg. Nous avons également participé à une séance de révision du code de la route.

Nos déplacements se font en covoiturage et nous bénéficions toujours d'une visite guidée.

Contacts :
Cécile CHAPELLE 03 88 69 75 30
cecilechapelle@free.fr

Marie-Claude ROEDER 03 88 69 75 53

Henri MUSSER - 06 06 68 83 99

Première sortie: **le jeudi 15 septembre** au Mont Sainte-Odile, avec repas et visite de la Bibliothèque (habituellement fermée au public).

THÉÂTRE

ENFANTS :

Séances : tous les mercredis entre 14h à 16h30 (1h à 1h15 par groupe)
2 groupes seront constitués, selon l'âge, l'expérience et le nombre de participants.

ADOS :

Séances : tous les mercredis à partir de 16h30.

Salle de motricité de l'Ecole Maternelle de Stutzheim Offenheim.
22 à 24 séances à partir de fin septembre jusqu'à fin Mai, avec, à la clé, trois à quatre représentations.

Préinscriptions à partir du 1er septembre 2016

Inscriptions: Mercredi 14 septembre 2016 de 17h à 19h30 salle de La Souffel

Contact et préinscriptions:
Alexandre TAESCH 06.75.93.53.80
taesch1@orange.fr

VOLLEY

Le Volley Club du Kochersberg est affilié à la FFVB

3 équipes seniors sont engagées en Championnat Départemental Excellence du Bas-Rhin.

Les entraînements se déroulent:

- Masculins : lundi à Pfulgriesheim
- Féminines : lundi à Pfulgriesheim

Les matchs de championnat à domicile se déroulent, en général, **le vendredi à partir de 20h** à la Salle des Loisirs à Stutzheim/Offenheim.

Equipe loisir senior : le mercredi soir de 20h30 à 22h30

1 équipe de junior : entraînement le mercredi de 18h30 à 20h30

Entraînement enfants 5/6 ans : le samedi de 13h30 à 14h30 à la salle des Loisirs.

Entraînement enfants 6/10 ans : le samedi de 14h30 à 16h à la salle des Loisirs (2 à 3 équipes engagées en championnat).

Contacts:
Nicolas BAUX 06 61 91 51 06
nicolasbaux@hotmail.fr

Amandine LIST 06 80 57 87 92
amandine.list@free.fr

Nous cherchons des joueurs et des joueuses, ainsi que des enfants pour les équipes de jeunes !

Les joueurs souhaitant uniquement participer aux entraînements sont acceptés avec plaisir.

YOGA

Venez vous tonifier et vous assouplir, respirer et vous détendre, harmoniser votre corps et votre esprit.

Les mardis de 18h45 à 20h, Salle de motricité de l'école maternelle.
Cours ouvert à tous; cours d'essai gratuit.

Reprise Mardi 20 septembre 2016

Contact :
Caroline FIX 06 25 36 72 55
carolinefix@free.fr

COTISATION KLAMM

Pour participer à une activité, il est nécessaire de régler, auprès du responsable de la section concernée, la cotisation annuelle de LA KLAMM (5 euros pour les jeunes, 10 euros pour les adultes de la commune de Stutzheim-Offenheim, 15 euros pour les adultes externes à la commune).

Cette cotisation donne accès à l'ensemble des activités. Des frais de participation supplémentaires peuvent être demandés selon l'activité pratiquée.

LE SITE INTERNET DE LA KLAMM

WWW.LA-KLAMM.ORG

LA KLAMM EST ÉGALEMENT PRÉSENTE SUR FACEBOOK