

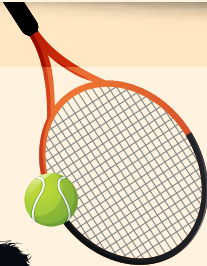


LE ROURET



GUIDE DES ASSOCIATIONS

Avec plus
d'une trentaine
d'associations au
Rouret, découvrez
toutes les activités
et disciplines qui
répondront aux
envies de loisirs
de toutes les
générations !





ÉDITO

Nos associations rourétales riches de leur diversité et d'une incroyable fertilité sont un des premiers foyers de la prospérité amicale villageoise. Toutes existent pour ajouter une bonne dose de convivialité, de cohésion sociale et pour apporter réponses aux besoins et services utiles à l'intérêt général.

Dans ce grand bouillonnement associatif, depuis les activités artistiques : théâtre, musique, chant, danse, jusqu'au sport, en passant par la détente physique et le bien-être moral, toutes sont là pour donner à chacun la possibilité de se créer des liens d'amitié.

Dans la logique du service aux familles, c'est sans distinction que la Commune reste proche de chaque association avec l'octroi de subventions, le prêt de salles, de matériels, et dans la mesure des possibilités de prise en charge des frais afférents aux locaux mis à disposition.

Grâce à l'énergie, l'engagement et la volonté active des personnes engagées au sein de chacune des associations, et pour chaque activité proposée, on retrouve grands et petits, jeunes et anciens, réunis dans une belle dynamique.

Pour cette vitalité, cet esprit créatif et cette chaleureuse ambiance qui règne au village, je voudrais en votre nom, adresser l'expression de toute notre reconnaissance à celles et ceux qui par passion, par plaisir, et par gentillesse, donnent de leur temps au service des autres.

Merci à toutes et tous pour leur immense contribution à la construction heureuse d'un Rouret solidaire et entreprenant.

Ensemble, continuons d'apprécier ce qui est irremplaçable,
Sincèrement et amicalement,

Gérald Lombardo
Maire du Rouret
Conseiller Départemental



CENTRE DE LOISIRS L'ÉCOLE BUISSONNIÈRE

☎ 04 93 77 75 43
✉ buissonniedurouret@gmail.com

L'école Buissonnière est une association habilitée par la Direction Départementale de la Jeunesse et des Sports pour répondre aux besoins des familles en matière d'accueil de loisirs pour les enfants scolarisés.

Dans les locaux des écoles maternelles et élémentaires, les enfants et adolescents sont accueillis pour les temps périscolaires, par les directrices du centre et les animateurs :

- ◆ tous les soirs en périscolaire de 16h30 à 18h30
- ◆ les mercredis et vacances scolaires de 7h45 à 18h30.

De nombreuses activités répondant à un projet éducatif et pédagogique sont organisées (jeux d'intérieur et d'extérieur, activités manuelles, sorties, fêtes, carnaval...) pour que le centre de loisirs soit un lieu de vie et de bien-être où les enfants aiment se retrouver.



APE (ASSOCIATION DE PARENTS D'ÉLÈVES)

Ce sont des parents volontaires et bénévoles L'APE c'est : Informer, Représenter, Contribuer aux projets et aux actions pour nos enfants



ÉCOLE MATERNELLE ET ELEMENTAIRE

📍 6 chemin des Pierres de Moulin
☎ 06 80 90 80 31
✉ apedurouret@gmail.com
🌐 www.apedurouret.com



Composée de parents d'élèves bénévoles, l'APE des écoles maternelle et élémentaire du Rouret est indépendante de toute organisation politique ou syndicale.

Elle contribue à améliorer le bien-être des élèves dans les différents aspects de leur quotidien à l'école.

Nous favorisons le dialogue entre parents et enseignants en participant activement aux conseils d'école.

Nous mettons à la disposition des enseignants un budget annuel pour agrémenter la vie scolaire de leurs petits élèves Rouretans.

Nous participons ainsi au financement des sorties et projets d'école : visites, spectacles, inter-

venants extérieurs, achat d'équipements et de livres loisirs, etc.

Nous organisons une distribution de chocolats par le Père Noël et ses lutins, et offrons des livres ou calculatrices aux Grandes Sections et CM2.

Ces financements sont possibles grâce aux opérations que nous organisons, tout l'argent récolté est réservé aux écoles, avec plus de 12000 euros distribués en 2022/23.

De 3 ans à 99 ans, rejoignez-nous pour former avec nous une équipe dynamique, et participer à la vie du village sur l'une des manifestations APE : Le RoureTrail du Camp Romain, Le Vide-Grenier du printemps, la Kermesse des écoles, etc.



COLLÈGE LE PRÉ DES ROURES

✉ apecollegedurouret@gmail.com
🌐 <https://apecollegerouret.wixsite.com/apecollegerouret>
📘 APE Collège Le Pré des Roures - Accueil | Facebook

Vous souhaitez vous investir dans la vie du collège au profit des enfants en participant à nos actions (Loto, Vide-greniers, Vente de chocolats, Soirées à thèmes, ...), représenter l'ensemble des parents d'élèves dans les commissions, les conseils d'administration, les conseils de classes, participer à la vie du collège, défendre les intérêts des enfants, instaurer un lien entre les familles et le collège, REJOIGNEZ-NOUS !

Une association ne peut fonctionner que grâce à ses adhérents, vous Parents. C'est pourquoi, nous comptons sur vous !



ASSOCIATION TEMPO

Avec Tempo, apprendre la musique en toute convivialité, c'est possible !

Association Tempo

Espace Associatif et Culturel

📍 3, Chemin du Billard
06650 Le Rouret

☎ 06 52 41 75 42

✉ associationtempo@outlook.fr

🌐 <http://tempo-lerouret.e-monsite.com/>

📱 Tempo Le Rouret

Depuis 1996, l'Ecole de Musique Associative Tempo vous accompagne dans l'apprentissage de la musique au Rouret.

Nos locaux sont situés au premier étage de l'Espace Associatif et Culturel où nous vous accueillons quel que soit votre âge et votre niveau.

Ainsi, dès l'âge de 3 ans, nous donnons des cours d'éveil musical avec du matériel et une pédagogie adaptés aux plus petits.

A partir de 6 ans et sans limite d'âge, nous dis-



pensons des cours individuels de piano, guitare, basse, chant, violon, batterie, darbouka, et de MAO (Musique Assistée par Ordinateur)

Des cours d'ensemble (pour jouer en groupe) sont également proposés.

Le plus régulièrement possible, nous organisons des stages et des ateliers thématiques permettant de travailler des angles précis avec des intervenants de qualité.

En milieu d'année, une audition permet aux débutants de proposer un premier morceau. La fin de l'année se conclue par une audition où petits et grands présentent le fruit de leur travail à travers un titre joué en groupe dans une ambiance familiale.

Nos plannings de cours sont basés sur les rythmes scolaires.

Tarifs des cours et des stages à retrouver sur notre site Internet.



ART ET TERRE

Prenez du plaisir à chanter et jouer avec

Lydie ODETTI, Professeur de chant-théâtre,

Chef de Chœur, metteur en scène et mezzo soprano.

Lydie Odetti

☎ 06 74 60 33 24

✉ lydie.odetti@orange.fr

CHANT ET THÉÂTRE

La pratique harmonique par le chant transforme un son qui élève l'esprit et le corps. La technique vocale conduit à l'élargissement de l'amplitude vocale et à sa souplesse.

Le relâchement des muscles du larynx ainsi que la mâchoire inférieure qui se détend vers le bas, la mobilité des cartilages du cou, l'étirement progressif des cordes vocales, la respiration diaphragmatique, conduisent peu à peu le pratiquant, à retrouver le plaisir d'être par et avec sa voix.

Le bien-être s'installe ainsi qu'une tranquillité, puisque l'agilité vocale s'est acquise.

Avec déjà un peu de technique vocale, on parvient à vivre dans un bain vibratoire de fréquences différentes qui amènent un changement en soi. Le chant libère un flux émotionnel sous toutes ses formes. On écoute la vibration de son corps, on ne s'évalue plus et on ne se juge plus.

Le théâtre, en ce qui le concerne, permet de s'investir dans un projet tout à la fois individuel et



collectif, au niveau de l'apprentissage (ou le renforcement) de techniques de jeu de l'acteur.

Projet collectif, dans le fait de s'engager dans le travail du groupe et d'alimenter un esprit d'équipe qui constituera progressivement la troupe des participants de l'atelier. Les participants auront à préparer un monologue (un texte théâtral ...ou pas !) ou un dialogue de courte durée, issu d'une pièce de théâtre ou un monologue.

Lydie ODETTI, vous propose des ateliers de travail en groupe, dans un répertoire varié, à l'unisson ou à plusieurs voix, ainsi que parlé, par l'intermédiaire du Théâtre, avec le grand plaisir de partager et de retrouver cette confiance en soi dans une réelle joie et un véritable épanouissement. Des spectacles peuvent être envisagés au bout de ce travail, si tel est votre désir et plaisir.

Lieu : Centre Culturel Associatif du Rouret

COURS DE GROUPE CHANT

- ◆ Tous les lundis de 20h à 21h45
- ◆ Tous les mercredis de 10h00 à 11h30

COURS PARTICULIERS

- ◆ Tous les lundis de 15h à 19h30
- ◆ Tous les mardis de 14h à 17h
- ◆ Tous les jeudis de 14h à 19h30
- ◆ Tous les vendredis de 14h00 à 19h

Répétition Générale : tous les derniers jeudis de chaque mois à 20h.

- ◆ **COURS DE THÉÂTRE** tous les vendredis : adolescents-adultes (à partir de 11 ans) de 19h à 20h30.



THÉÂTRE DE LUMIÈRE

Isabelle Servol

☎ 06 10 30 91 53

✉ Isabelle@theatredelumiere.fr

🌐 www.theatredelumiere.fr

Isabelle Servol est comédienne, metteur en scène et directrice artistique de la compagnie professionnelle « Théâtre de Lumière ». Au sein de sa compagnie, ainsi que d'autres compagnies, Isabelle a joué et mis en scène une trentaine de spectacles dont plusieurs opéras notamment avec le chef d'orchestre Alain Joutard.

Depuis plus de 25 ans, elle transmet son métier avec passion ; Isabelle est également intervenante à l'école du Rouret.

La compagnie propose des ateliers de théâtre sur la scène du Théâtre du Rouret pour enfants, adolescents, et adultes dans le but de développer la créativité, la confiance en soi, et la réalisation d'un spectacle pour aller à la rencontre du public.

Au programme : échauffement corporel, jeux théâtraux et vocaux, développement de la créativité, la confiance en soi et en l'autre, la

concentration, la conscience du corps et de l'espace, improvisation et mise en scène, création d'un spectacle de théâtre au mois de juin.

Un des buts de nos cours de théâtre pour enfants et adolescents est de les aider à grandir et à être à la hauteur des défis du "devenir adulte".

Nos ateliers se déroulent en écoutant les besoins des élèves, dans la bonne humeur et dans l'esprit d'être en création ensemble.

LUNDI ATELIERS

- ◆ **Enfants** : de 16h40 à 17h40
- ◆ **Adolescents** : de 17h40 à 19h10
- ◆ **Adultes** : de 20h30 à 22h30



TROUPE DU RHUM ATELIER THÉÂTRE

Travail sur la diction, l'articulation, la voix, la respiration, l'improvisation, l'interprétation avec un spectacle de fin d'année.



☎ 06 49 14 62 99 / 06 81 31 70 92

✉ troupedurhum@orange.fr

🌐 <http://troupedurhum.free.fr>

f <https://www.facebook.com/profile.php?id=100063192101667>

Produire, créer et diffuser des spectacles de théâtre sous toutes ses formes (représentations théâtrales, lectures...) créer des ateliers théâtre ouverts à tous...

Cette compagnie professionnelle créée dans la région PACA en 1995 dirigée par Denis et Claire DUTHIEUW, compte à son actif dix-sept spectacles dans des genres très différents.

Ses spectacles sont largement programmés dans la région PACA, et elle est soutenue depuis de nombreuses années par le Conseil Départemental des Alpes Maritimes et la commune de Villeneuve-Loubet.

◆ **Le lundi au Rouret**, Salle du Galoubet : Ateliers dirigés par Claire Duthieuw, comédienne

professionnelle depuis 2001, formée au Cours Simon à Paris, anime les ateliers théâtre depuis 2005.

Enfants : 8/12 ans (17h20 à 18h50)

Adultes : 21 ans et + (20h30 à 22h30)

◆ **Le mardi au Rouret** : Ateliers dirigés par Denis Duthieuw, comédien professionnel depuis 1995, formé au Conservatoire de Grasse par Georges Descrières (Doyen de la Comédie Française), anime les ateliers Théâtre depuis 1995.

Salle du Galoubet :

Adolescents : 13/20 ans (18h45 à 20h15)

Théâtre du Rouret :

Adultes : 21 ans et plus (20h30 à 22h30)



ROZ CRÉATIONS

Fabienne Roz

📞 06 17 27 62 54

ATELIERS D'ARTS PLASTIQUES POUR ENFANTS AU ROURET

Ces ateliers se proposent d'être un champ d'apprentissages, d'expressions, de créativité et de communication à travers les arts plastiques (dessin, peinture, modelage, sculpture ...).

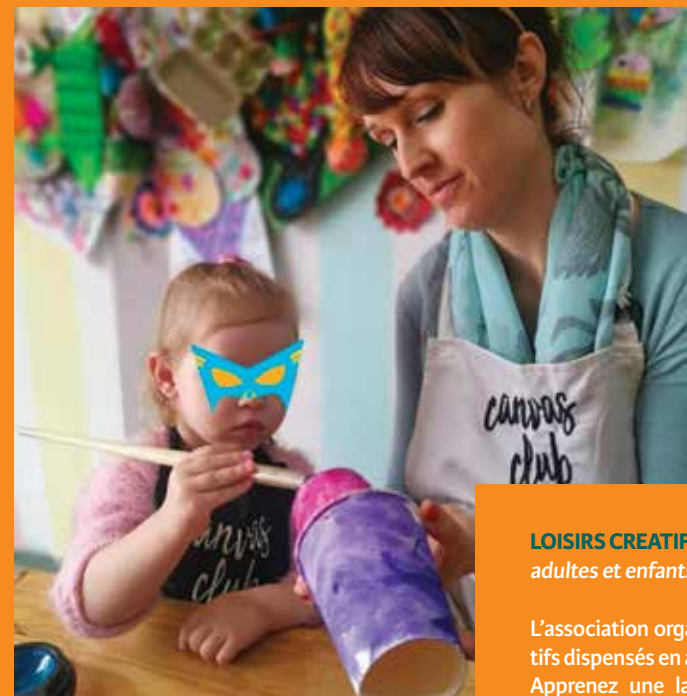
La découverte artistique se fait aussi par des visites de musées et d'expositions, suivies d'une exposition en fin d'année. Des stages sont organisés pendant les vacances scolaires. Les enfants sont accueillis à partir de 5 ans.

Cours animés par Fabienne ROZ - Artiste
Samedi : de 10h à 12h (essai gratuit).



CRAFTORAMA

📍 340 avenue de Nice
06650 Le Rouret
☎ 06.46.01.23.47
✉ info@crafterama.org
🌐 Crafterama.org



LOISIRS CRÉATIFS - ATELIERS BILINGUES adultes et enfants

L'association organise des ateliers de loisirs créatifs dispensés en anglais ou français à la demande. Apprenez une langue en vous amusant et en créant des objets de toutes sortes.

◆ Des anniversaires, événements et stages sont également organisés pour des groupes (adultes ou enfants) sur réservation.

◆ L'association récolte aussi des fonds et matériaux pour animer gratuitement ou à tarif réduit des ateliers pour ceux qui traversent quelques épreuves (cause santé, finances, âge...).

Adhésion individuelle ou familiale
(Horaires, tarifs et modalités des ateliers, anniversaires, événements et stages à retrouver sur Facebook ou sur notre site Internet)





ART ET PEINTURE ROURÉTOIS

Jeannine Bernardon

☎ 06 19 65 15 37

✉ jbernardonlevan@yahoo.fr

🌐 bernardon.net

Ces cours de dessin-peinture s'adressent aux personnes novices ou confirmées, l'important étant d'acquérir ou de perfectionner les techniques et sa créativité, en se faisant plaisir.

Ils s'adaptent donc à chaque personne en fonction de son niveau et de son rythme. On peut choisir d'y pratiquer l'aquarelle, l'acrylique ou l'huile. Différentes techniques : crayon, fusain, sanguine, pastel, encre permettent d'acquérir les bases essentielles du dessin (ombre et lumière, perspective, composition ...).

Les travaux sont réalisés à partir de photos ou d'après nature. Il est prévu des séances de nu d'après modèle vivant.

Je propose un programme de travail pour l'année afin d'aborder ou d'approfondir certains thèmes (il est conseillé mais pas obligatoire). Des séances libres sont prévues aussi.

Ces cours s'adressent à des adultes. Ils ont lieu dans l'ancienne Maison des Associations, Place des Platanes - 2^{ème} étage.

Le mardi de 10h à 12h30, hors vacances scolaires.



Jeannine BERNARDON - Artiste peintre

SWEETY CAT DANCE

Cours de danse West Coast Swing



☎ 06 98 47 27 84

✉ coralie.luca@gmail.com

🌐 <https://sites.google.com/site/lucacoraliewcs>

📘 <https://www.facebook.com/Coralie-Luca-WCS-1138210362885338/>

L'association Sweet Cat Dance a été créée en 2017 par Coralie et Luca. Elle a pour but l'enseignement et le développement du West Coast Swing (WCS), une danse de couple très sociale venue des Etats Unis, caractérisée par des mouvements très élastiques des partenaires. Les deux partenaires jouent un rôle important dans cette danse qui laisse une grande part à l'impro-

visation. Le WCS se pratique sur un vaste éventail de styles de musique : pop, blues...

Nous accueillons les enfants à partir de 15 ans et les adultes de tous âges. Que vous soyez seul(e) ou en couple, vous êtes les bienvenus pour venir tester cette magnifique danse.





ESPACE DANSE

ESPACE DANSE, présente au **ROURET** depuis 1982, est une école qui permet aux petits comme aux grands de s'exprimer au travers de la danse, quelle que soit sa forme.



Muriel GICQUEL et Julia BUIL

☎ 06 69 45 39 34 / 07 65 69 73 90

✉ Espacedanse.lerouret@gmail.com

🌐 Espacedanse-lerouret.e-monsite.com

Les disciplines enseignées sont les suivantes :

- ◆ **EVEIL : 4/5 ans** : Enseignement ludique des fondamentaux de la danse (espace, rythme, musique, coordination...), Cours donné par Julia BUIL, professeur diplômé d'état.
- ◆ **DANSE CLASSIQUE : dès 6 ans** : Cours donné par Claire BEVALET ancienne danseuse de l'opéra de Paris, diplômée d'état.
- ◆ **MODERN JAZZ : dès 6 ans** : Cours donné par Julia BUIL, professeur diplômé d'état.
- ◆ **STREET-JAZZ : dès 8 ans** : Cours donné par Julia BUIL
- ◆ **HIP-HOP : dès 8 ans** : Cours donné par Laura MEISTRO
- ◆ **ZUMBA pour adultes uniquement** : Cours donné par Julia BUIL
- ◆ **DANSE ORIENTALE : dès 8 ans** : Cours donnés par Angélique MERLE sous forme de stage pendant les vacances scolaires

Planning des cours et tarifs sur le site internet

STUDIO BALLET L'ESSENCE DES SENS

☎ 06 50 72 46 02

✉ sabinericaud.borfiga@gmail.com

Installée depuis plusieurs années au Rouret l'école de danse s'est installée au Rouret.

Ecole de danse pluridisciplinaire : Eveils, contemporain, jazz, hip-hop, claquettes, cabaret, pilates, abdo-fessiers, tous nos professeurs sont diplômés d'état.



Le mot d'ordre à l'école :
rigueur et bonne humeur !

Nos élèves ont entre 4 ans et 75 ans.

Les cours sont maintenus à partir de 5 élèves. Tarifs famille - 5 % pour le deuxième membre de la famille. Cours d'essai gratuit.



TENNIS CLUB DU ROURET

A.R.T. (Association Rourétoise de Tennis)
Impasse de Clamarquier, le Rouret

☎ 04 93 77 73 02

✉ artlerouret@gmail.com

🌐 <https://tennisclublerouret.com>

Du plaisir en famille et de la compétition !

Le club familial et convivial, situé dans un cadre calme et verdoyant, met à votre disposition trois courts dont deux éclairés.

Un sport de plein air à partager en famille.

Avec son école de tennis, des cours collectifs ou individuels animés par Francois-Xavier Dams, vous sont proposés pour progresser et vous perfectionner.

Les compétitions en équipes enfants (dès 12 ans) et adultes (dont une équipe féminine), vous donneront l'occasion de vous dépasser.

Ecole de Tennis
Francois-Xavier DAMS

☎ 06 68 32 59 47

🌐 www.facebook.com/artlerouret/

Pour les cours collectifs - Ecole de Tennis :

- ◆ **Mini tennis (4-6 ans) :**
1h30 / semaine
- ◆ **Cours collectifs enfants :**
1h - 1h30 - 2h / semaine
- ◆ **Cours collectifs adultes**
1h /semaine

Possibilité de cours individuels.

Le Tennis Club organise aussi des stages jeunes et enfants pendant les vacances scolaires avec des formules matinée (tennis) ou journée (multi-activités).



SKI CLUB DU ROURET - OPIO

☎ 06 25 49 77 62 / 06 63 71 20 85

✉ contact@skiclub-rouret.fr

🌐 <https://www.skiclub-rouret.fr/>



La glisse, c'est toujours mieux en club !

Chaque hiver, le ski club vous accompagne dans vos sorties au ski pour profiter à 100% de la neige.

Vous pourrez ainsi garder la forme grâce au sport, profiter de l'esprit convivial du groupe, vous amuser grâce au caractère ludique de la glisse et surtout, progresser grâce aux leçons des moniteurs.

Chacun apporte son matériel personnel complet (skis / bâtons / chaussures / surf / boots, casque, masque) rangé dans des housses facilement identifiables (par votre enfant). Le port du casque est obligatoire, la dorsale et protège poignet obligatoires pour les surfeurs.

LE TARIF COMPREND :

- Transport en bus de tourisme
- Forfait ski
- Repas chaud au restaurant
- Cours de Ski/Snow assurés par les moniteurs fédéraux du club
- Goûter en fin d'après midi

PROGRAMME

- Enfants seuls (+6 ans) ou adultes
- De la 1ère étoile au perfectionnement
- Stations des Alpes Maritimes : Isola 2002 et Auron
- Journées « multi-activités »

ADHÉSION ANNUELLE CLUB

- par personne (enfant ou Adulte) OU pour une famille (4 pers. et plus)
- Obligatoire pour participer aux activités du club

LES SORTIES

- Enfant (moins de 16 ans)
- Etudiant /jeune (entre 16 et 20 ans)
- Adulte (21 ans et plus)

Tarifs sous réserve des hausses de prix en début de saison

Chèque vacances, sport et carte bancaire acceptés sur le site

CANSA BASKET

📍 Les entraînements ont lieu au gymnase du Bois de Saint-Jeaume à côté du Collège du Rouret.

☎ 06 42 29 28 58

✉ cansabasket@hotmail.fr

📍 CANSA BASKET 06740 CHATEAUNEUF

📷 cansa_basket_06740



CANSA BASKET propose des entraînements pour toutes les catégories d'âge et ce dès l'âge de 7 ans. La mission du club est la transmission de l'apprentissage des fondamentaux individuels et collectifs du basket ainsi que la formation des équipes pour la compétition tout en développant les liens socio-affectifs entre joueurs, entraîneurs, dirigeants du club. Les équipes sont engagées en championnat départemental.

CANSA BASKET s'est rapproché de l'USSB (Valbonne) pour former une CTC (Coopération de territoire de Clubs) et ainsi permettre à nos meilleurs joueurs d'évoluer au niveau régional.

◆ **U8-U9** : MERCREDI de 15H45 à 17H15

◆ **U11** : MERCREDI de 16H45 à 18H00

◆ **U13** : LUNDI et JEUDI de 17H00 à 18H30

◆ **U15** : LUNDI de 18H30 à 19H45 et JEUDI de 18H15 à 19H30

◆ **U17** : LUNDI de 19H30 à 21H00 et MERCREDI de 18H00 à 19H30

◆ **SENIORS** : LUNDI de 21H00 à 22H30

◆ **SENIORS LOISIR** : JEUDI de 20H30 à 22H30



HANDBALL DES COLLINES



☎ 06 95 61 14 61

🌐 www.hbdc06.org

✉ info@hbdc06.org

Handball des Collines propose des entraînements et matchs de handball pour différentes catégories d'âge, pour les filles comme pour les garçons, ainsi qu'une section handisport (handfauteuil). Les équipes évoluent en championnat départemental ou régional selon la catégorie. Les entraîneurs sont diplômés ; Label Or de la FFHB pour l'école de handball et Label argent de la FFHB pour l'école d'arbitrage.

◆ **Baby mixte (3-5 ans)**
Samedi : 9h45-10h45

◆ **U9-Mixte (6-8 ans)**
Samedi : 10h45-12h
Mardi : 17h45-19h15 (filles)

◆ **U11-Filles (9-10 ans)**
Mardi : 17h45-19h15
Vendredi : 17h45-19h15

◆ **U11-Garçons (9-10 ans)**
Mardi : 17h-18h15
Vendredi : 17h-18h15

◆ **U13-Filles (11-12 ans)**
Mardi : 17h45-19h15
Vendredi : 17h45-19h15

◆ **U13-Garçons (11-12 ans)**
Mercredi : 19h15-20h45
Vendredi : 17h30-18h45

◆ **U15-Filles (13-14 ans)**
Mardi : 18h45-20h15
Vendredi : 18h45-20h15

◆ **U15-Garçons (13-14 ans)**
Mercredi : 19h15-20h45
Vendredi : 18h45-20h15

◆ **U17-Filles (15-16 ans)**
Mercredi : 20h-21h45
Vendredi : 18h45-20h15

◆ **U17-Garçons (15-16 ans)**
Mercredi : 20h30-22h
Vendredi : 18h45-20h15

◆ **Seniores féminines (17 ans et +)**
Mardi de 20h à 21h45
Vendredi de 20h à 21h45

◆ **Seniors homme (17 ans et +)**

Mercredi de 20h30 à 22h
Vendredi de 20h à 21h45

◆ **Handfauteuil (tous âges)**
Samedi 11h45 – 13h30

Les entraînements ont lieu le plus souvent au Gymnase du Bois de St Jeaume à Châteauneuf (Collège du Rouret) et parfois au Gymnase du Collège César à Roquefort-les-pins.

ARTS MARTIAUX

L'Ecole d'Arts Martiaux et d'Activités Physiques rourétane, existe depuis 1984 sur la commune

Jean-Charles

☎ 06 13 16 26 24

✉ jcdeza@free.fr

Nous proposons l'enseignement du :

- ◆ Judo
- ◆ Ju-jitsu
- ◆ Karaté / tai-jitsu
- ◆ MMA / self-défense
- ◆ Activités physiques ados/adultes (gym, fitness, pilate, step, taïso, chi-kung)
- ◆ Arts martiaux internes (tai chi chuan / chi-kung)
- ◆ Educ GYM et GYM accro pour enfants et ados.

Notre équipe pédagogique est composée de 4 professeurs, brevets ou diplômes d'état (judo, ju-jitsu, karaté, aikido, et toutes disciplines associées) dont un professeur d'EPS, ainsi que de 5 diplômés fédéraux en judo, ju-jitsu, karaté, arts martiaux internes chinois et vietnamiens, activités physiques d'entretien.

Nous accueillons les enfants à partir de 3 ans en fonction des activités et à la suite d'un cours d'essai qui a notamment pour objectif de s'assurer que les plus jeunes arrivent à suivre correctement la séance).

Le premier cours (dit d'essai) est gratuit pour tous et ce dans toutes les disciplines.



HORIZON VERTICAL CLUB D'ESCALADE

L'Ecole d'Arts Martiaux et d'Activités Physiques rourétane, existe depuis 1984 sur la commune



Renseignements et inscriptions :

✉ president@horizonvertical06.fr

✉ thierrylebero6330@gmail.com

🌐 www.horizonvertical06.fr

◆ **Horizon Vertical** : Le club d'escalade (180 membres) accueille vos enfants (à partir de 6 ans) et adultes pour la découverte/pratique de ce sport au gymnase du bois St Jeume à Châteauneuf de Grasse; ainsi que sur les sites de falaises de notre région. Le club organise aussi des stages en France et l'étranger.

◆ **Entraînements adultes** : mardi 20h/22h ; mercredi 18h/20h30, jeudi : 19h30/22h

◆ **Entraînements enfants** : en semaine à partir de 17h30 les lundi, mardi, jeudi ; le mercredi à partir de 15h00.



CHANT DU CORPS

☎ 09 54 43 48 22

✉ lechantducorps@free.fr

🌐 <http://lechantducorps.free.fr>

L'association « Le Chant du Corps » organise des cours de Hatha Yoga auprès de participants de tous les horizons : mères de famille, ingénieurs, commerçants, retraités, adolescents. Les cours sont dispensés dans la salle de danse de l'espace culturel du Rouret et à Châteauneuf par Anne, professeur de Yoga diplômée et Yoga thérapeute, qui enseigne depuis 21 ans et Isabelle professeur de Yoga diplômée. Dans la Conscience du moment présent, de la respiration, du mouvement, l'énergie de vie retrouve circulation et fluidité. Les personnes retrouvent le lien entre les sensations de leur souffle, de leur corps et de leur esprit. Le bien-être s'installe amenant une détente salvatrice au niveau physique, énergétique, émotionnel, mental et spirituel. Cette pratique donne accès à une meilleure maîtrise des émotions, apporte apaisement et concentration. Un moment pour ralentir, un moment de bien-ETRE et pour se retrouver soi-même.



Planning des cours (durée 1h30)

Lundi 18h30 – 20h Hatha Yoga

Lundi 20h – 21h30 Hatha Yoga

Mardi 18h45 – 20h 15 Hatha Yoga

Jeudi 9h30 – 11h Hatha Yoga

Tarifs : Adhésion trimestrielle ou annuelle

Toutes les informations sur les cours sont sur notre site internet.

L'inscription à l'Association le Chant du Corps donne accès à des cours en vidéo avec un code d'accès privé.

AIKI DOJO AZUR EQUILIBRE AZUR



📍 20 allée des bastides du Castellet
Le Rouret

Cours de Yoga dans les quartiers «
La Taulisse » et « Clamarquier »

☎ 06 60 42 26 32

✉ contact@equilibreazur.fr

🌐 www.equilibreazur.fr

EQUILIBRE AZUR : YOGA / AIKIDO / QI-GONG

Association intercommunale AIKI DOJO AZUR vous propose 3 disciplines complémentaires, encadrées par une équipe d'enseignants qualifiés et passionnés, qui permettent à chacun de progresser, selon son âge et ses capacités, ses besoins et ses aspirations vers un état de plein accomplissement...

YOGA ET MÉDITATION – (INSTITUT FRANÇAIS DU YOGA)

Les outils, concrets ou subtils, offerts par le yoga sont extrêmement variés : pratique physique préservant et améliorant l'état de santé du corps, exercices respiratoires qui régulent les flux énergétiques, jusqu'aux pratiques de méditations de pleine-présence qui recentrent et conduisent sur le chemin de la paix intérieure. Cours enfants et adultes.

QI-GONG – (FFK)

L'Aikido Iwama Ryu est un art martial sans compétition, aucune compétence n'est requise : il s'adresse à tous, jeunes et adultes, hommes et femmes, de tous âges. Il inclut exercices d'assouplissement et de tonicité dans le respect des possibilités de chacun. Cours pour les jeunes à partir de 12 ans et cours adultes.

AIKIDO TRADITIONNEL – (FFAB)

L'Aikido Iwama Ryu est un art martial sans compétition, aucune compétence n'est requise : il s'adresse à tous, jeunes et adultes, hommes et femmes, de tous âges. Il inclut exercices d'assouplissement et de tonicité dans le respect des possibilités de chacun.

Cours pour les jeunes à partir de 12 ans et cours adultes.

Montant des cotisations :

Annuelle : Facilités de paiement (en 2 à 3 fois).

-30% pour 2 activités ou plus, et -50% à partir du 2ème membre de la même famille.

Cours d'essai possible.

De lundi à vendredi (voir site internet equilibreazur.fr pour plus de détails) : matin, midi, après-midi, soir, stages, cours individuels, sessions en ligne, sont organisés tout au long de l'année.

À partir de 6 ans (yoga enfant), de 12 ans (aikido), et pour les adultes et seniors.



Retrouvez plus d'informations sur les cours, les enseignants et leurs parcours, des photos et vidéos, les dates des stages et bien plus, sur notre site internet.



PHOTO CLUB DES COLLINES

☎ Sms : 06 62 86 16 90
 ✉ info@rouretphoto.com
 🌐 <https://photoclubdescollines.fr/>



Créé en 2009, le Photoclub des Collines s'est d'abord appelé Rouret Photo puis a changé son nom pour répondre à la réalité de son recrutement intercommunal, tout en restant géographiquement centré sur le Rouret où se situe son lieu de réunion mis à disposition par la Mairie. Son effectif constant d'une vingtaine de membres témoigne de son dynamisme.

Centré sur la photo numérique, il rassemble des débutants et amateurs de photo quel que soit leur équipement.

Trois types d'activité sont proposés :

- ◆ Les réunions du jeudi soir permettent des échanges et des expériences sur des thèmes techniques précis (cadrage de l'image, réglages de l'appareil...).
- ◆ Les ateliers du samedi, une à deux fois par mois, permettent des activités nécessitant plus de temps (impression, studio, traitement d'images...).

◆ Des sorties en week-end ouvrent à des thèmes nécessitant des déplacements (fleurs de montagne, lumières de la ville...). Des événements exceptionnels jalonnent aussi la vie du club (expositions, conférences et ateliers par des photographes professionnels reconnus nationalement...) Les membres du club sont majoritairement des adultes mais des adolescents nous ont rejoints pour le plus grand bonheur de tous tant est original et intéressant le regard nouveau qu'ils apportent à la prise de vue.



ASSOCIATION JEUX DE SOCIÉTÉ DU ROURET

✉ assojdsrouret@gmail.com
 Horaires : un mercredi sur deux à 20h
 (salle Galoubet)

Salutations amis ludistes !

Le principe de l'association est simple :

nous nous réunissons un mercredi sur deux à 20h en salle Galoubet

- chacun peut amener des jeux ou venir en découvrir de nouveaux
- nous choisissons ensemble les jeux de la soirée et nous répartissons sur plusieurs tables
- après explication des règles, les parties peuvent commencer !

L'association est ouverte aux joueurs adultes uniquement, débutants ou confirmés, pour s'amuser ensemble autour de tous types de jeux : stratégie, réflexion, gestion, logique, enquête, ambiance, asymétrique, coopératif, compétitif, courts, longs...

Il est tout à fait possible de participer une ou deux fois pour découvrir le fonctionnement de ces soirées jeux et savoir si l'association vous intéresse.

Ludiquement vôtre !



LA ROUREIDO

C'est un club inter-âges qui a fêté ses 40 ans en 2019. Il propose de nombreuses activités aux plus actifs comme aux plus âgés et assure du lien social dans la convivialité.

Ena DERBYSHIRE, Trésorière

☎ 06 85 08 38 92

Salle Belles rives : le vendredi après-midi

🌐 <https://laroureido.wixsite.com/club>

Il propose de nombreuses activités :

- ◆ **Ludiques** : jeux de sociétés, jeux de cartes
- ◆ **Gourmandes** : galette des rois, crêpes, goûter de fin d'année.
- ◆ **Gastronomiques** : sortie dans les restaurants de la région, fête de la bière.
- ◆ **Pédestres** : randonnées dans les environs
- ◆ **Sportives** : gym douce, gym adaptée aux seniors
- ◆ **Culturelles** : visite d'expos, de lieux remarquables
- ◆ **Découvertes** : Sortie d'une journée. (Ex : la grotte Cosquer à Marseille...)



BIBLIOTHÈQUE DU ROURET

☎ 04 93 77 77 34

✉ francoise.gamet@wanadoo.fr

La bibliothèque du Rouret offre un très large choix de livres (romans, policiers, BD, tant pour les enfants que pour les adultes). L'équipe de bénévoles qui œuvre maintenant depuis 30 ans afin de faire partager sa passion de la lecture, renouvelle très régulièrement le fond disponible en achetant notamment les dernières parutions. Les enfants à partir de 2 ans, jeunes et adultes trouveront sur place tous les ouvrages propices aux rêves et à l'évasion, à la découverte et à l'apprentissage.

Planning : ouverture le mardi de 15h à 18h - le jeudi de 16h à 18h et le samedi de 10h à 12h.

La bibliothèque sera transférée dans ses nouveaux locaux en 2025





CLUB ALPINE CÔTE D'AZUR

☎ 06 11 66 11 64
 ✉ alpinecotedazur@gmail.com
 🌐 <http://www.alpinecotedazur.com/>

L'association est un club de voitures anciennes et modernes, maintenant avec la nouvelle version de l'ALPINE A 110. Connus pour nos manifestations et balades en anciennes, nous organisons principalement 3 manifestations tout au long de l'année :

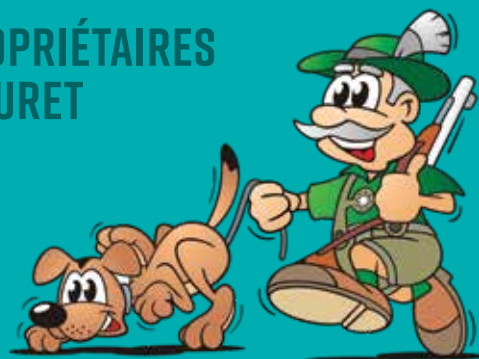
- ◆ La RONDE des CIMES,
- ◆ La Randonnée des 3 Vallées,
- ◆ Et la RONDE du ROURET dont la troisième édition s'est déroulée en 2019 proposant un rallye de régularité ouvert aux voitures de plus de 30 ans pour un parcours de 300 km au départ du Rouret.

L'association est aussi présente sur diverses expositions et compte actuellement 55 membres.



ASSOCIATION DES PROPRIÉTAIRES ET CHASSEURS DU ROURET

Patrick Sanson
 ☎ 06 27 51 48 13
 ✉ psanson@hotmail.fr



HAPPY AU ROURET

☎ 07 66 21 35 88
 ✉ contact@happyaurouret.com

Happy au Rouret est une association qui est basée sur le partage, la convivialité, les échanges sans contrepartie financière. Elle réunit les habitants du Rouret et des communes avoisinantes. C'est l'occasion unique de faire connaissance avec des personnes de tous les âges.

Nos activités principales :

- ◆ un repas partagé mensuel dans le but de faire, et entretenir, des rencontres. Le principe est simple : chaque convive apporte son plat préféré et une boisson à partager.
- ◆ des randonnées pédestres dont le niveau est variable suivant les intéressés
- ◆ la danse orientale proposée pour les débutants, toutes les semaines, avec des cours adaptés
- ◆ des sorties à vélo avec déjeuner
- ◆ la participation aux événements du village (Marché de Noël, Fête de la Saint Jean etc...)



Par ailleurs, la Mairie met à notre disposition une parcelle de terrain pour ceux qui désirent cultiver leurs légumes avec les conseils avisés d'adhérents expérimentés.

Toutes les activités suggérées par les adhérents sont les bienvenues.

Notre monnaie d'échange se fait par le biais «d'olives» fictives dans le cadre du SEL (System d'Echange Local). Ceci permet d'échanger des services en cas de besoin entre adhérents (aide aux travaux divers, garde d'enfant, dépannage informatique, etc...).

GUYT'ARTSHOW ☎ 06 86 55 26 05



UNC LE ROURET / OPIO

L'Union Nationale des Combattants a pour vocation, la célébration des cérémonies patriotiques, en collaboration avec la Mairie pour le calendrier très précis qu'il nous faut suivre.

Union Nationale des combattants

Président : Christian DUBOIS

☎ 06 50 26 41 97

✉ Christiandubois22@yahoo.fr



Qui peut faire partie de l'UNC ?

Tout le monde peut faire partie de l'UNC, il n'est pas obligatoire d'être ancien combattant. On peut être membre sympathisant (à partir de 12 ans), par patriotisme et qu'il nous tient à cœur de participer à la commémoration des cérémonies patriotiques et de rendre hommage à tous les soldats et civils morts pour la France. On peut également être soldat de France, c'est avoir fait son service militaire et s'impliquer par sa présence aux cérémonies. Être Opex (opérations extérieures), avoir participé à l'engagement de la France dans différents conflits. Être veuve ou orphelin de guerre.



Quel est le but de l'UNC ?

Transmettre les valeurs de la République aux plus jeunes, partager le souvenir et le devoir de mémoire, pardonner mais ne jamais oublier. Aider et soutenir les familles endeuillées grâce à la fraternité qui nous unit et des moyens mis en œuvre à cet effet.

Notre association regroupe une quarantaine de membres dont la majorité est âgée et ne peut plus, pour des raisons de santé, assister aux cérémonies. C'est pourquoi, nous sommes à la recherche de personnes volontaires et disponibles pour étoffer nos rangs lors des commémorations. La participation des jeunes devient donc un objectif car sans eux, les cérémonies seront bien tristes et notre drapeau tricolore se sentira abandonné.

La cotisation annuelle comporte un abonnement mensuel à la « Voix du combattant » envoyé par voie postale. Il s'agit d'un magazine traitant de sujets militaires actuels et passés.

Nous avons besoin de vous pour exister encore longtemps et transmettre notre message du souvenir.



PAROISSE SAINT ARNOUX

Paroisse du Rouret :
catéchisme, aumônerie,
baptêmes, mariages,
etc.... !

PÈRE Bao Dinh Ly

📍 (secrétariat) : Route de Nice
06650 LE ROURET

☎ 04 93 77 28 33

✉ starnoux@nice.catholique.fr

🌐 www.saint-pierre-du-brusc.org

Horaires :

Les messes au Rouret sont le samedi à 18h (heure d'hiver) et 18h30 (heure d'été)

Pour les autres messes et horaires de permanence consulter le site web.



GUIDE DES ASSOCIATIONS LE ROURET

Document édité par la Mairie du Rouret

Allée des Anciens Combattants - Le Rouret

Tel : 04 93 77 20 02

www.lerouret.fr

Photos : Associations et Adobestock