

BULLETIN DE RENTRÉE SEPTEMBRE 2017



Chers membres,

Le bulletin de rentrée de notre association vous rappelle nos différentes activités et vous y trouverez toutes les informations pour vous inscrire. Cette année nous avons passé le cap des 500 membres, chiffre encourageant pour toutes celles et ceux qui s'impliquent régulièrement dans La Klamm.

Vous pouvez déjà vous noter la date de notre Assemblée Générale qui aura lieu le jeudi 23 novembre à 20H15 salle du Petit Pont.

Très bonne rentrée !

Jean-Marie GARNIER
Président de LA KLAMM

LES SECTIONS ET ACTIVITÉS PROPOSÉES PAR L'ASSOCIATION LA KLAMM

Les Activités Culturelles

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

Les Activités Physiques

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

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.

AQUARELLE

Cette année encore, une équipe de passionné(e)s confirmé(e)s ou débutant(e)s se retrouvera autour de Béatrice WOLF 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. Ce programme annuel est constitué d'une douzaine de cours, un 13^{ème} pourra être ajouté

Reprise Mercredi 4 octobre 2017

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

AQUAGYM

LA KLAMM vous propose 3 séances d'aquagym le **vendredi de 12h00 à 12h45 et de 12h50 à 13h35** à la piscine de la résidence DOMITYS, Allée de l'Euro à Oberhausbergen. Ainsi que le **lundi de 9h00 à 9h45** à la piscine de l'hôtel ATHENA SPA 1, rue Armande Béjart à 67200 Strasbourg
Les piscines seront privatisées pour les membres de notre association, et les cours seront animés par Elodie PANTZER, diplômée MNS.
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 disposition.

Les cours débuteront le 4 septembre 2017

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

ART FLORAL

Cet atelier créé en mars 1989 est un moment convivial et de détente où chaque participant apprend les techniques nécessaires et réalise une 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.

Reprise vendredi 27 octobre 2017 à 18h00 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

Séance un vendredi par mois à 18h00, salle du Petit Pont.

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 !

Reprise
Enfants : mercredi 13 septembre 2017
Adultes : samedi 16 septembre 2017

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

Tout est fourni: matériel, goûter et bonne humeur !

BADMINTON ADULTES

Les adultes auront l'occasion de pratiquer ce sport :
• le lundi de 20h à 22h.
• le jeudi à partir de 19h avec Pascal BAUER,
• le dimanche à partir de 10h avec Pascal BAUER.

Inscriptions les jeudis de septembre
Reprise entraînement Jeudi 7 septembre

Contact:
Pascal BAUER
06 89 51 75 16
bad.adultes@la-klamm.org

Salle des Loisirs.

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 7 septembre 2017

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 6 septembre 2017

Contact:
Gaby GARTISER 03 88 69 83 32

CUISINE

Les cours de cuisine proposés à raison de 9 séances par saison, se déroulent le lundi soir, généralement en début de mois dans la Salle de la Souffel vers 18h15.

Les plats entrées et desserts confectionnés en commun sont dégustés à la fin

Reprise Lundi 2 octobre 2017

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

DANSE DE SALON

La section se retrouve tous les mardis soir dans une ambiance sympa et détendue De 19h15 à 20h30 pour les débutants,

À partir de 20h30 pour les confirmés Salle du Petit Pont.

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

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

Reprise Mardi 19 septembre 2017

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.

Reprise de l'activité : 12 septembre 2017

Renseignements et inscriptions:

www.step2dance.fr

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 propre 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 5 septembre 2017

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 22 septembre 2017

Contact:

Cyrielle 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 20 septembre 2017

(Nombre de places limité)

Contact :

Jean-Marc REINMANN 06 30 84 41 55
jm.reinmann@laposte.net

PATCHWORK

Pour la rentrée, nous avons rapporté de notre voyage à Paris une nouveauté. Nous allons faire une boîte. Suspens pour la rentrée. Nous allons également finir notre sac les premiers mercredis et préparer la rencontre inter-clubs qui se déroulera à Eschau en septembre

Au plaisir de vous revoir ou de vous accueillir à la rentrée.

Reprise Mercredi 6 septembre 2017 à 20h, 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.

Lundi 18h30—19h30 pour les 2ème année
Inscriptions et 1er cours le lundi 11 septembre 2017 salle des loisirs à 18h30
Vendredi 16h45—17h45 pour débutants
Inscriptions et 1er cours le vendredi 15 septembre 2017 salle de motricité à 16h45

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

La section s'adresse à toutes les personnes qui veulent prendre du « temps libre » pour visiter, se documenter, se cultiver et... se restaurer. Généralement, les sorties ont lieu le jeudi après-midi et se font en covoiturage.

Visites prévues jusqu'à la fin de l'année :

Mercredi 6 septembre : Aérodrome du Polygone

Jeudi 28 septembre : Exposition sur les dessous féminins au fil du temps, à la Maison du Kochersberg à Truchtersheim

Jeudi 26 octobre : « Chrysanthema » la fête des chrysanthèmes à Lahr (Allemagne)

Jeudi 23 novembre : MM Park - Musée Militaire dédié à la seconde guerre mondiale, ouvert cette année à la Wantzenau.

Contacts :

Cécile CHAPELLE - 03 88 69 75 30

cecilechapelle@free.fr

Henri MUSSER - 06 06 68 83 99

Marie-Claude ROEDER - 03 88 69 75 53

Brigitte ZIRNHELT - 03 90 29 66 83

THÉÂTRE

JEUNES (de Sept. à Juin)

Les séances et les répétitions se déroulent les **mercredis après-midis** (hors vacances scolaires)

Trois groupes seront formés à partir du CE1, jusqu'au lycée.

Séances de 1H à 1H30 selon la taille des groupes.

Initiation théâtre, travail d'impro et préparation de 4 spectacles de fin d'année.

Les horaires des trois groupes sont définis après notre premier RDV.

Mercredi 20 /09(14h-16h30) : Premier RDV (tous) et répartition des groupes

Mercredi 27 /09 : Démarrage des ateliers par groupe (horaires pour l'année)

ADULTES

L'atelier théâtre Adultes redémarrera en septembre également.

Séance de 2h tous les **lundis** (+ un samedi après-midi), hors vacances scolaires.

Horaires : 20h-22h

Initiation, jeux, préparation d'un spectacle pour avril

Lundi 18 septembre : Première séance (essai possible)

Inscriptions Jeunes

Mercredi 13 septembre (17h-19h30)

Adultes

**Mercredi 13 septembre (19h30-20h30) :
Réunion d'information**

Lieu : Salle de motricité de l'Ecole maternelle de Stutzheim Offenheim

Les dossiers d'inscriptions peuvent être chargés et imprimés sur le site www.la-klamm.org ou retirés à Stutzheim Offenheim, au Péciscolaire des Champs d'Escale, à partir de début septembre

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 séniors (à partir de 17ans) sont engagées en Championnat Départemental et Régional.

Les entraînements se déroulent:

- Masculins séniors : lundi 20h30 à Pfulgriesheim
- Féminines séniors : lundi 20h30 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.

Volley loisirs séniors : le mercredi soir de 20h30 à 22h30

Les équipes jeunes :

De 14 ans à moins de 17 ans : entraînement le mercredi de 18h30 à 20h30
salle des loisirs de Stutzheim-Offenheim

Enfants de moins de 13 ans : le samedi de 14h à 15h30 à la salle des Loisirs.

Horaires : en fonction du nombre d'enfants, le groupe sera divisé en 2

Contacts:

volleyclubkochersberg@gmail.com

Nicolas BAUX 06 61 91 51 06

nicolasbaux@hotmail.fr

Caroline VIX 06 72 13 27 21

caroline.vix67@gmail.com

YOGA

Le yoga travaille l'étirement et la souplesse du corps. Il tonifie la charpente musculaire, procure liberté de mouvement et améliore la fonction respiratoire. Le yoga ne demande pas de souplesse initiale et s'adresse à tous les âges. Chaque personne, débutante ou confirmée, progressera en fonction de ses capacités et sans esprit compétitif

Les mardis de 18h45 à 20h15, Salle de motricité de l'école maternelle.

Cours ouvert à tous; cours d'essai gratuit.

Reprise Mardi 12 septembre 2017

Contact :

Marc SCHMITT 06 33 61 02 07

marcschmitt1@free.fr

LE SITE INTERNET DE LA KLAMM

WWW.LA-KLAMM.ORG

LA KLAMM EST ÉGALEMENT PRÉSENTE SUR FACEBOOK