

# Les loisirs à Cerizay

## Activités aînés

A partir de 50 ans

### • Gym douce

le jeudi matin, salle de Judo,  
Résidence du Bocage

### • Jeux de société

le mardi après-midi, salle V.  
Hugo

### • Sorties, voyages

le mardi après-midi, salle V.  
Hugo

*Rens. Amicale des Aînés,*

*Rolande Defrance 05 49 72  
23 80.*

### • Dimanche détente

le dimanche de 14h à 18h  
*Rens. CSC du Cerizéen,*  
*05 49 80 57 63.*

### • Ciné-Séniors

1 jeudi/mois, 15h, Ciné le 7<sup>ème</sup>  
art

*Rens. CSC du Cerizéen,*  
*05 49 80 57 63.*

## Activités collectives pour adultes

### • Doigts agiles, papilles gourmandes

le lundi, 10h-12h

### • Café tricot/broderie/ crochet

le vendredi, 14h-16h

### • Couture

le mardi 18h30-20h30, tous les  
15 jours

### • Ecriture

1 jeudi/mois, 20h-22h

### • Tac Tik

4<sup>ème</sup> lundi du mois 14h-17h30

### • Marqueterie

lundi, 14h-17h, tous les 15 jours

### • Vannerie

le mardi, 14h-17h

### • Le SEL

(système d'échange local)  
échange de services, de  
savoirs, de biens...

1<sup>er</sup> et 3<sup>ème</sup> jeudi du mois, 18h30-  
20h

*Rens. CSC du Cerizéen,*  
*05 49 80 57 63.*

### • Atelier peinture/Expositions

*Rens. Arts et loisirs du Bocage,*  
*05 49 80 52 24*

### • Animations Carnaval

*Rens. «Carnavaliers Cerizéens»,*  
*carnavalierscerizeens@gmail.*  
*com*

## Activités de loisirs et éducatifs

### • Centre de loisirs

de 2 ans ½ à 12 ans  
vacances scolaires sauf Noël  
Domaine de la Roche  
*Rens. CSC du Cerizéen,*  
*05 49 80 57 63.*

### • Animation Jeunesse/ Cyber jeunesse

pour ados 12 à 18 ans,  
mardi, mercredi, vendredi,  
samedi après-midi, vacances  
scolaires sauf Noël  
Résidence du Bocage,  
*Rens. CSC du Cerizéen,*  
*05 49 80 57 63.*

## Activités de loisirs en famille

### • Matinées récréatives

le vendredi matin, Espace  
Petite Enfance  
*Rens. CSC du Cerizéen,*  
*05 49 80 57 63.*

### • Animations familles

Résidence du Bocage,  
*Rens. CSC du Cerizéen,*  
*05 49 80 57 63.*

## Athlétisme

A partir de 8 ans  
Entraînement mardi, jeudi et  
vendredi selon catégories

*Rens. SBAC, Pascal Brosseau,*  
*05 49 82 08 34 ou au stade*  
*Roger Quintard.*

## Basket-ball

Initiation et pratique à partir de  
5 ans, salle Paul Rabouant  
*Rens. Basket Club du Cerizéen,*  
*Elisabeth Leclerc, 05 49 80 35*  
*75 ou bcdcerizeen@gmail.com*

## Boule en bois

Initiation, pratique, concours  
Boulodrome Grolleau  
*Rens. L'Indépendante bouliste,*  
*Jean-Claude Vais, 05 49 80 19*  
*44*

## Boxe (full contact)

A partir de 7 ans  
Salle de Judo, Résidence du  
Bocage le lundi soir salle L.  
Lagrange, le mercredi soir et le  
samedi matin  
*Rens. COC Full contact,*  
*J-M Point, 06 88 73 11 29*  
*cerizay.fullcontact@gmail.com*

## Boxe Thaï/Muay- Thaï/ Kung-fu/ Wushu, Free fight/MMA, Jeet Kune Do/self-de- fense/Crossfit/Body Fight

A partir de 6 ans  
Salle de Judo, Résidence du  
Bocage.  
*Rens. ECBA, Maxime Goutfer,*  
*07 84 00 85 90 ou*  
*maxgoutfer.wushu@gmail.com*

## Chant

### • Ceridièse

le lundi soir, salle E. Pérochon  
*Rens. CeriDièse, Tarteaut Jean,*  
*jmctarteaut@hotmail.fr ou*  
*http://ceridiese.free.fr.*

## • Conservatoire de

### Musique

(voir la rubrique « Musique »).

## Danse

### • Zumbatomic et danse enfants

le mercredi 14h30-18h30, salle E. Pérochon

### • Zumba ados-adultes

le mercredi 18h30-20h30, La Griotte ou La Grange  
Rens. COC Gym, Magali Gatard, 06 70 81 74 93 ou [association.coc.gym@gmail.com](mailto:association.coc.gym@gmail.com), [cocgym.info](http://cocgym.info)

### • Portugaise

Danse de l'Île de Madère pour enfants et adultes  
Rens. Groupe Os Vilhoes, Sandrine Saraiva, 05 49 65 20 78.

## Développement durable

### • Le Bocageot

le jeudi 18h30-19h30, place du commerce  
Rens. Guy Noël You 07 81 70 69 56  
ou [lebocageot@gmail.com](mailto:lebocageot@gmail.com)

### • Jardin permaculture

le vendredi, 14h-17h,  
Rens. CSC du Cerizéen,  
05 49 80 57 63.

## Ecole de découverte des sports

Pour enfants de 5 à 10 ans,  
Salle Paul Rabouant  
Rens. EDSB, Cédric Fuzeau,  
05 49 81 43 58 ou 06 87 00 08 34,  
[edsdubocage@gmail.com](mailto:edsdubocage@gmail.com).

## Football

### • COC football

A partir de 6 ans  
Rens. 06.07.60.99.45  
[co.cerizay.football@gmail.com](mailto:co.cerizay.football@gmail.com)

### Vétérans

Rens. Nicolas Paud.

### • ASP

(Association Sportive Portugaise)  
A partir de 18 ans  
Rens. Tania Dias, 06 84 29 59 00  
ou [aspcerizay@hotmail.fr](mailto:aspcerizay@hotmail.fr)

## Gymnastique - danse, aérobic

### • Danse adulte

le mercredi, 20h15-21h15, salle La Griotte

### • FIT /Circuit training

le lundi 1sem/3, 20h-21h, salle L.Lagrange,  
Résidence du Bocage

### • Piloxing

le mercredi 18h30-19h30, salle La Griotte

### • Renfo. musculaire

le mercredi 19-20h, salle E. Perochon

### • Zumba

le mercredi 19h30-20h30, salle La Griotte

### • Stretching

le mercredi 19h-20h, salle E. Perochon

### • Aérodanse

le mercredi 14h30-18h30, salle E.Perochon  
Rens. COC Gym, Magali Gatard,  
06 70 81 74 93 ou [association.coc.gymcerizay@gmail.com](mailto:association.coc.gymcerizay@gmail.com)

## Hand-ball

A partir de 7 ans,  
salle Léo Lagrange  
Rens. Coc Hand-ball,  
[kevin.pereira5@orange.fr](mailto:kevin.pereira5@orange.fr)

## Informatique

### • Débutants

le lundi 14h30-16h30

### • Initiés

le mardi, 14h30-16h30  
Rens. CSC du Cerizéen,  
05 49 80 57 63.

## Judo

A partir de 6 ans  
le mardi salle de Judo,

## Résidence du Bocage

Rens. Judo Club Bocage Bressuirais, Guichard Laurent 05 49 65 10 46 ou [jcbressuire@wanadoo.fr](mailto:jcbressuire@wanadoo.fr)  
<http://judoclubbocagebressuirais.jimdo.com>

## Karaté

le samedi matin, salle de Judo, Résidence du Bocage

### • Karaté séniors

Rens. CK-Cerizay, Frédéric Apparailly, 06 75 91 85 83 ou [karateclubcerizay@orange.fr](mailto:karateclubcerizay@orange.fr),  
<http://kc-cerizay.toile-libre.org>

## Langues adultes

### • Anglais.

Rens. Comité de Jumelage Cerizay/Ongar, Ragueneau Française, 05 49 80 17 68 ou [jumelagecerizayongar@orange.fr](mailto:jumelagecerizayongar@orange.fr).

### • Français pour adultes

lecture, écriture et/ou calcul

### • Portugais pour adultes,

le lundi soir

### • Français, le mercredi,

20h-22h

Rens. CSC du Cerizéen,  
05 49 80 57 63.

## Miellerie

Miellerie associative  
Rens. Birault Rudy 06 67 49 25 25 ou [lamac79140@gmail.com](mailto:lamac79140@gmail.com)

## Motos

### • Bécans Cézéennes

(Rencontre motos anciennes)  
Rens. Rouger André 05 49 80 19 60 ou [dederouger@orange.fr](mailto:dederouger@orange.fr)

### • Royal Enfield motoclub

(Organisation d'événements motos)  
Rens. Bourasseau Bernard 05 49 80 19 91 [bbourasseau@aol.com](mailto:bbourasseau@aol.com)

## Musique

• Conservatoire de Musique de l'Agglomération du Bocage Bressuirais

Pour enfants et adultes,  
Ateliers Beaud  
- Formation musicale  
- Instruments à vents  
- Claviers et instruments  
polyphoniques  
- Instruments à cordes  
- Voix  
- Musiques traditionnelles  
- Musiques actuelles  
- Musiques anciennes  
Rens. 05 49 65 34 63 - [www.agglo2b.fr](http://www.agglo2b.fr)

## Mycologie

Sortie et exposition le 3<sup>ème</sup>  
week-end d'octobre  
Rens. Mycologie & Nature,  
Pierre Poupard, 05 49 80 57 42,  
[poupard-pierre@libertysurf.fr](mailto:poupard-pierre@libertysurf.fr)

## Natation

Natation sportive pour enfants,  
ados et adultes  
Rens. Boca Sèvres Nautique  
Club, Nelly Megnent, 06 70 13  
22 50 ou [bsnautiqueclub@gmail.com](mailto:bsnautiqueclub@gmail.com)

## Œnologie

Découverte et culture générale  
du vignoble à travers la  
dégustation  
Rens. AOC, Claude Marchais  
au 05 49 80 11 99 ou  
[mediacine79@gmail.com](mailto:mediacine79@gmail.com)

## Pêche

Rens. AAPPMA, Fabrice Thi-  
bouville, 05 49 80 54 99 ou  
[fabrice.thibouville@sfr.fr](mailto:fabrice.thibouville@sfr.fr)

## Pétanque

Initiation, pratique, concours  
le mardi, le jeudi après-midi  
et soir  
Ateliers Beaud ou Domaine de  
la Roche.  
Rens. Pétanque Cerizéenne,  
Guy Benoît, 05 49 81 09 55 ou  
[guy.benoit2808@free.fr](mailto:guy.benoit2808@free.fr)

## Plongée

La Preuille  
Rens. Les compagnons de  
Neptune, [cdn79.secretariat@gmail.com](mailto:cdn79.secretariat@gmail.com)

## Qi Gong

Le mercredi 18h-19h30, salle  
V. Hugo  
Rens. CSC du Cerizéen, 05 49  
80 57 63.

## Randonnée pédestre

Pour tout public (programme  
en mairie).  
Départ groupé.  
Rens. Randonneurs Pédestres,  
Jacques Vinconneau,  
05 49 80 00 06 ou  
[jac.vinconneau@wanadoo.fr](mailto:jac.vinconneau@wanadoo.fr)

## Réalisation de spectacles

Théâtre, danse,  
musique, chant, costumes,  
accessoires, régie décors, son  
et éclairages  
Rens. Arcup, Guérin Violaine  
05 49 80 02 51 ou [arcup.asso@wanadoo.fr](mailto:arcup.asso@wanadoo.fr)

## Scrabble duplicate

Tout public  
le mardi soir, salle V. Hugo  
Rens. Amicale des Aînés,  
Rolande Defrance 05 49 72  
23 80.

## Solidarité

• **Donneurs de sang**  
Rens. Dufour Daniel 05 49  
80 16 44 ou [dd79.dufour@orange.fr](mailto:dd79.dufour@orange.fr)  
• **Les restos du coeur**  
Rens. Gourrier Marylène 05 49  
74 47 69 ou  
[marygourrier@wanadoo.fr](mailto:marygourrier@wanadoo.fr)

## Sophrologie

Tous les jeudi 18h30-19h30  
Rens. CSC du Cerizéen,  
05 49 80 57 63.

## Tennis

Tennis loisir, compétition, cours  
Rens. COC Tennis, J.-Robert  
Laronze, 05 49 80 02 17

## Tennis de table

De 7 à 77 ans  
Rens. Espérance Pongiste Bré-  
tignolles Cerizay, Karl Morenne  
06 43 64 15 06 ou Dominique  
Ganne 05 49 81 01 05, [epb.fr.st](http://epb.fr.st)

## Tir

• **Ecole**  
le mercredi et le vendredi à  
17h45, Ateliers Beaud  
• **Tir carabine-pistolet  
10m**  
le mercredi et le vendredi à  
20h30, Ateliers Beaud  
• **Tir carabine-pistolet  
25m-50m-100m,**  
La Vergnaie.  
Rens. L'Ouilleton, J.-Louis Can-  
teau, 05 49 80 51 65 ou  
[oeilleton.cerizeen@hotmail.fr](mailto:oeilleton.cerizeen@hotmail.fr)

## Vélo -VTT

• **Cyclotourisme**  
Rens. Vélo-Club de la Sèvre  
Cyclotourisme, [veloclubsevre@gmail.com](mailto:veloclubsevre@gmail.com).  
• **VTT**  
Rens. Les A crocs des chemins  
de terre, Richard Gatard, 05 49  
81 54 11 ou [rgatard@yahoo.fr](mailto:rgatard@yahoo.fr)

## Volley-ball

Loisirs adultes, mixte, tous  
niveaux  
le lundi soir, salle L. Lagrange  
Rens. Volley Ouvert Cerizéen,  
Myriam Demarre,  
[myriam-jeanne-p.demats@ac-poitiers.fr](mailto:myriam-jeanne-p.demats@ac-poitiers.fr)

## Yoga

le lundi 18h-19h30 et le mardi  
18h-19h30 ou 19h45-21h15, La  
Grange  
Rens. Cerizay Hatha Yoga,  
[cerizayhathayoga2018@gmail.com](mailto:cerizayhathayoga2018@gmail.com)

## Sachez aussi qu'il est possible...

...de pratiquer bien d'autres activités. Si vous vous intéressez au cinéma, à la littérature, à la chasse, à l'histoire locale, aux motos anciennes, ...  
des associations ou structures existent, ... de même dans dans le domaine social et l'aide alimentaire, l'aide à l'enfance, aux personnes âgées, handicapées ou en difficultés, le don du sang, le secours aux personnes. ...  
...de partager votre savoir dans des ateliers d'initiation. ...  
...de faire vivre votre ville en participant ou en organisant certaines manifestations municipales (Fête de la Musique, commissions participatives, chantiers citoyens...) ou associatives (qui ne sont pas uniquement réservées aux licenciés ou adhérents) : concerts, bourses, fêtes d'écoles, fêtes de quartiers, échanges familiaux ou sportifs avec les pays jumelés. ...

N'hésitez pas à vous renseigner à la mairie pour les associations non mentionnées.

### Pôle Vie Locale

Mairie de Cerizay - 79140 CERIZAY - tél. 05 49 80 64 05  
courriel : [claudia.sechet@cerizay.fr](mailto:claudia.sechet@cerizay.fr) - site : [www.cerizay.fr](http://www.cerizay.fr)

### Heures d'ouverture :

- du lundi au vendredi :  
9h - 12h / 13h30 - 17h30

