

Le journal de l'ASCMV

Association Sportive et Culturelle de
Messigny et Vantoux

6 place de l'Église - 21380 Messigny-et-Vantoux
SIRET 409 377 082 00022

n° 40 - Septembre 2010

Bulletin d'information de l'A.S.C.M.V.

Directeur de la publication : Alain Orssaud, président de l'A.S.C.M.V.

www.ascmv.fr

Le mot du président

La fin des vacances arrivé déjà. La rentrée se profile. Il est temps de penser à vos activités et à celles de vos enfants. Pour les responsables de l'ASCMV et de ses clubs, cette rentrée se prépare déjà depuis plusieurs mois. Elle sera riche de nouveautés que nous vous invitons à découvrir lors du **forum des clubs de l'ASCMV le samedi 4 septembre**.

Forum des clubs de l'ASCMV

Vous y trouverez toutes les informations utiles sur les activités des clubs de l'ASCMV. Il se tiendra **samedi 4 septembre après-midi** (14 à 18 heures) à la **salle des fêtes de Messigny-et-Vantoux**. En un même lieu, vous pourrez rencontrer les responsables ou animateurs de nos clubs, vous informer, mais aussi vous inscrire, inscrire vos enfants ou opter pour des séances d'essai.

A ce jour, les responsables des clubs ou activités suivants ont confirmé leur participation : BMX-VTT Club, Couture-travaux d'aiguille, Danse, EFV (football), EJMN (Judo), Guitare, Gym, Gym Matin (de 14 à 16 heures), Informatique, Lecture, Peinture, Réflexologie Plantaire Thaï, Stretching-Taïso, Tennis.

A l'occasion de ce forum, les animateurs des cours d'informatique apporteront, à toute personne qui le souhaite, des conseils avisés et personnalisés quant à l'achat d'un ordinateur. Une initiative utile en cette période de rentrée !

Une rentrée riche de nouveautés

Plusieurs projets enrichiront la palette, déjà très polychrome, des activités de l'ASCMV. Grâce à l'implication de bénévoles, ces nouvelles activités pourront vous être proposées pour une cotisation très raisonnables.

Informatique

Les cours d'informatique verront le jour dès la rentrée. On en parle depuis plusieurs mois déjà. Les programmes sont en cours de finition et les dernières questions matérielles sont pratiquement réglées. Tout sera au point pour la rentrée. Plus d'infos : voir page 2.

Cours de guitare.

Finalement, Nicolas Durand, qui avait annoncé, dans le numéro de juin de notre journal, sa volonté d'animer les cours de guitare manque de disponibilité pour le faire. Nous avons trouvé un autre « prof », en la per-

sonne de Sébastien Michéa. Comme le faisait Nicolas, Sébastien vous propose des cours de guitare, en toute simplicité, juste pour le plaisir (voir page 3).

Réflexologie Plantaire Thaï

Marie-Alexandra Solari, se propose de vous enseigner une technique de bien-être et de relaxation, à laquelle elle s'est formée et qu'elle pratique depuis plusieurs années. La Réflexologie Plantaire, massage de la plante des pieds procure détente, relaxation et lâcher-prise. (voir page 4).

Football féminin

Deux nouveautés à l'EFV : Tout d'abord, une équipe féminine à 7 voit le jour. Toutes les jeunes femmes, dès 16 ans, sont les bienvenues. Les entraînements ont lieu le mercredi de 19h30 à 21h15.

Deuxième nouveauté, la création d'une troisième équipe senior pour laquelle le club recrute quelques joueurs et dirigeants afin d'aborder la saison sereinement.

Alain Orssaud

Tout Messigny-et-Vantoux Marche

Depuis une douzaine d'années nous vous donnons rendez-vous chaque premier week-end de septembre pour une journée champêtre particulièrement conviviale, avec randonnées et pique-nique au programme. Cette journée est devenue le rendez-vous incontournable de la rentrée. Un moment de respiration au moment d'attaquer une nouvelle année de travail et avant la grisaille automnale.

Cette année encore, c'est avec grand plaisir que nous vous avons concocté la 12^{ème} édition de Tout Messigny-et-Vantoux Marche qui aura lieu dimanche 5 septembre.

La nouveauté de l'année c'est le site choisi pour le départ et le pique-nique : les installations du club de BMX, la piste des Lavières, route de Saussy. Un environnement privilégié, qui domine notre village, nous offrira un pique-nique en pleine nature, à l'ombre des pins et permettra des parcours inédits.

Ne tardez pas à vous inscrire à l'aide du bulletin joint à ce journal.



Agenda

Dimanche 29 août - Brocante de « la Croix d'Agadez » - Salle des fêtes de Messigny-et-Vantoux

Samedi 4 septembre - Forum des clubs de l'ASCMV - Informations et inscriptions aux activités de l'ASCMV et de ses clubs - 14 à 18 heures - Salle des fêtes de Messigny et Vantoux

Dimanche 5 septembre - Tout Messigny Marche - Départ et pique nique : piste de BMX des Lavières à Messigny-et-Vantoux

Samedi 9 octobre - Soirée du Comité des fêtes - Salle des fêtes de Messigny et Vantoux

Samedi 16 et dimanche 17 octobre - Exposition des artistes de Messigny - Salle des fêtes de Messigny-et-Vantoux

Dimanche 14 novembre - Thé dansant du Comité de Jumelage - Salle des fêtes de Messigny-et-Vantoux

Vendredi 26 Novembre - Spectacle du club de lecture - Le club de lecture voyage - 20h30 - Salle des Fêtes de Messigny et Vantoux (voir article page 4)

Samedi 27 novembre - Repas et Assemblée Générale du Tennis Club - Salle des fêtes de Messigny et Vantoux

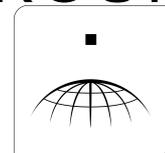
Vendredi 3 décembre - Assemblée Générale de l'ASCMV - Salle des fêtes de Messigny et Vantoux

Dimanche 18 décembre - Marché de Noël de l'ADAPEI - Salle des fêtes de Messigny-et-Vantoux

Pour les cours de guitare, l'ASCMV recherche du matériel d'occasion : guitares classiques cordes nylon, pupitres pliants et un radio-CD. Contact : 06 50 72 44 40

Ce journal a été imprimé grâce à l'aimable collaboration de

GROUPE



ELABOR

TOPOGRAPHIE - CARTOGRAPHIE - LOGICIELS DE
GESTION - ETUDES & CONSEIL



Cours d'informatique



Tout sera prêt pour commencer les cours d'informatique en septembre. Un local est en cours d'installation au deuxième étage de la salle des Assemblées, place de l'Eglise. Il sera équipée d'ordinateurs d'occasion, offerts par la société RéciPharm de Fontaine les Dijon.

Les cours, en petits groupes, commenceront la semaine du 20 septembre, soit les vendredis soirs, soit les mardis matin, selon les disponibilités des animateurs et des participants.

Une première programmation a été arrêtée : première approche de l'informatique au 1^{er} trimestre, initiation à Internet au 2^{ème} trimestre et les modules traitement de texte et photo au 3^{ème} trimestre. Des modules tableurs et perfectionnement traitement de texte seront planifiés en fonction des demandes.

Ces cours vous intéressent ? Nous vous invitons à rencontrer les animateurs au **forum des clubs de l'ASCMV, samedi 4 septembre, de 14 à 18 heures** à la salle des fêtes de Messigny et Vantoux.

A cette occasion, les animateurs informatiques apporteront à toute personne qui le souhaite des conseils personnalisés quant à l'achat d'un ordinateur. Initiative utile en cette période de rentrée.

Club de Peinture

Le voyage de fin d'année du Club de Peinture nous a entraînés comme l'an passé vers la Capitale : Ballade sur la Seine, puis visite du Musée Marmottan-Monet avec une conférence sur les femmes peintres et les salons au temps de Proust. Voyage agréable et culturel qui a ravi l'ensemble du groupe !



Les jardins du musée Marmottan

Après quelques semaines de vacances, nous serons de nouveau à pied d'œuvre, dès la

rentrée, pour les cours de Mme Catherine Besnard, toujours les lundis de 14h30 à 16h30, à la Salle des Fêtes de Messigny et Vantoux. Avis aux amateurs !

L'Exposition des Artistes de Messigny aura lieu les 16 et 17 octobre 2010. Notre invitée d'honneur sera Madame Babette RHODDE, virtuose du pastel sec. Le club de peinture y présentera des œuvres sur le thème commun retenu : Le Violoncelle.

Nous vous donnons donc rendez-vous à cette occasion pour partir à la découverte des multiples talents des artistes de notre salon d'automne.

Entente Football Villages C'est la reprise !



La nouvelle saison 2010-2011 s'ouvre avec plusieurs nouveautés et non des moindres.

Tout d'abord, une équipe féminine à 7 voit le jour et toutes les jeunes femmes, dès 16 ans, sont les bienvenues. Les premiers entraînements ont commencé en mai dernier et ils ont lieu le mercredi de 19h30 à 21h15 sous la responsabilité de Christelle Staiger et José Carvalho. Les matches à domicile se dérouleront à Messigny le lundi soir à raison d'un par mois environ car il existe encore peu d'équipes.

Côté masculin, 3 équipes seniors au lieu de 2 la saison passée sont engagées. Elles sont entraînées par Gérard Lasserteux et Antoine Le Goas selon un programme mensuel que vous pouvez consulter sur le site Internet de l'ASCMV (www.ascmv.fr). Nous recherchons d'ailleurs encore quelques joueurs et des dirigeants pour cette nouvelle 3^{ème} équipe afin de pouvoir travailler sereinement tout au long de la saison.

Si vous ne souhaitez pas participer à un championnat, vous pouvez rejoindre l'Amicale qui est surtout composée de joueurs vétérans. Ils s'entraînent à Messigny tous les mercredis de 20h00 à 22h00 et jouent le vendredi soir.

Au niveau des jeunes, la pratique du football

est désormais possible dès 5 ans. Pour les catégories U7 à U11 (enfants nés de 2000 à 2005), l'entraînement a toujours lieu le mercredi de 14h00 à 16h00. Il se déroulera sur les installations de Messigny de la rentrée à la Toussaint et de fin mars à juin et sur les installations de Savigny le reste du temps. La reprise a lieu le mercredi 1^{er} septembre à 14h00 à Messigny.

En ce qui concerne les catégories U13, U15, et U17 (nés de 1994 à 1999), nous continuons l'entente avec le Val de Norges FC, nouveau club issu de la fusion entre Saint-Julien et Ruffey-les-Echirey. Les entraînements ont lieu en soirée et les lieux et horaires sont consultables sur www.ascmv.fr.

Et si vous avez un peu de temps, n'hésitez pas à nous rejoindre pour encadrer tous ces jeunes.

Contacts :

Responsable des jeunes :
Christelle Staiger au 06-85-89-86-96
ou staigerchristelle@wanadoo.fr

Président EFV :
Jean-Luc Meyer au 03-80-35-59-39
ou jlsmeyer@free.fr

Gym Matin

Fête de fin d'année : toujours à Villecomte

Notre fête de fin d'année, c'est encore à Villecomte que nous l'avons passée. Il faut dire que le coin est magnifique. On ne se lasse pas d'admirer le Creux Bleu et sa faune colorée : canards colvert et leurs petits,



Villecomte, c'est aussi le jeu de quilles !

cygne et sa couvée. Et puis, c'est tellement pratique d'avoir la Salle des Fêtes juste à côté en cas d'intempéries ou de grosse chaleur. Somme toute par manque d'imagination et paresse. Il faut dire que le bureau était bien restreint : Présidente et secrétaire invalides, trésorière absente. Mais c'est promis, l'an prochain, nous ferons découvrir notre fief à nos amis du Club de Saulx-le-Duc.

Celles-ci avaient d'ailleurs, pour nous appâter, parlé de l'énorme vacherin qu'une des fines cuisinières du Club nous prépare chaque année. Les deux clubs rivalisent d'imagination et de professionnalisme pour faire de ce rendez-vous un modèle de gastronomie. Heureusement pour cette année où le mauvais temps nous a conduit à annuler la mar-

Après le repas, pantagruélique comme il se doit (malgré nos bonnes intentions d'être plus raisonnables !) Fort heureusement le soleil s'est montré et une petite ballade nous a permis de brûler quelques calories.

Nous nous sommes

quittées à regret pour des vacances que nous souhaitons toniques et pleines de projets pour la rentrée.

A ce sujet, nous avons prévu les inscriptions se feront le **4 septembre**, au forum des clubs de l'ASCMV, **de 14 à 16 heures**, avec les recommandations habituelles pour :

- Le certificat médical de gymnastique d'entretien
- La cotisation annuelle : 65€ pour un cours, 120€ pour 2 cours par semaine.

Une modification importante est à noter pour le cours du Mardi. Il aura lieu le **Lundi de 10h30 à 11h30**. Le cours du Jeudi de 10h30 à 11h30 restant inchangé.

Le contenu détaillé des cours sera publié ultérieurement.



La rentrée de l'EJMN Entente Judo Messigny-et-Vantoux - Val de Norge



Après deux mois de vacances, la rentrée du judo se fera dès la semaine du 6 septembre. Les responsables de l'EJMN seront présents au forum des clubs de l'ASCMV le samedi 4 septembre (de 14 à 18 heures, salle des fêtes de Messigny-et-Vantoux) pour vous informer sur les activités du club et prendre vos inscriptions. Pour les débutants, trois séances d'essai gratuites sont proposées sans engagement.

A l'EJMN, nous proposons :

- ✦ des cours pour tous les âges, à partir de 4 ans, sans limite supérieure, adaptés aux souhaits et aux capacités physiques de chacun : compétition, loisirs, technique, jujitsu (sef défense)
- ✦ un encadrement qualifié et expérimenté : Philippe LOUTAN, 5^{ème} dan et Matthieu BONNOT, 2^{ème} dan, tous deux titulaires du Brevet d'Etat.
- ✦ le choix des horaires : sur nos trois dojos (Asnières-les-Dijon, Bretigny et Messigny-et-Vantoux), chaque cours est proposé à deux horaires différents.
- ✦ un club sympa qui propose de nombreuses animations hors judo.

On peut commencer le Judo dès l'âge de 4 ans.

Une pédagogie adaptée permet le développement physique et intellectuel des très jeunes pratiquants. Le programme est délibérément construit, autour de l'intérêt de l'enfant, pour faciliter ses futurs apprentissages du judo et des activités sportives et artistiques en général.

A l'EJMN, les séances d'éveil-judo pour les 4-5 ans sont animées par Matthieu Bonnot, de retour au club après deux années d'interruption pour raison professionnelle. Matthieu possède une grande expérience de l'animation des jeunes enfants, au sein du club et dans sa vie professionnelle.

Plus d'informations sur www.ejmn.fr
Contact : club@ejmn.fr
ou **Bruno Binet 03 80 35 59 26**



Un nouveau prof pour les cours de gym

Les cours de Gym reprendront à la rentrée de septembre, aux horaires habituels, **le jeudi soir de 19h45 à 20h45**, à partir du jeudi 16 septembre à la salle des fêtes.

Steeve ayant souhaité rejoindre sa Normandie natale, les cours seront animés par Guillaume BOULET. Guillaume nous vient de la région parisienne où il a acquis une solide expérience. Très à l'écoute des souhaits de ses élèves, gageons qu'il saura s'adapter à vos envies et vos capacités pour des cours agréables, conviviaux et bienveillants.

Guillaume sera présent au forum des clubs de l'ASCMV (samedi 4 septembre, de 14 à 18 heures à la salle des fêtes de Messigny et Vantoux). Dans l'attente, il a souhaité présenter ici ses cours en quelques mots :

"Chacun d'entre nous possède des aptitudes physiques qui lui sont propres et qui varient au cours de l'existence en fonction de l'âge, du mode de vie ou de l'alimentation. Il est donc essentiel de pratiquer une activité physique pour bien connaître ses points forts et ses points faibles.

La gymnastique est un mélange d'exercices propre au fitness, au stretching, ou à la musculation naturelle. Les cours se dérouleront principalement autour de ces thèmes avec un esprit ludique et de détente."

Contact : Alain Orssaud 06 50 72 44 40

Cours de guitare



Nicolas, qui se proposait de donner des cours de guitare, ne sera finalement pas disponible pour le faire. C'est Sébastien Michéa qui animera ces cours.

Sébastien est guitariste dans deux groupes dijonnais, « Injection » qui propose un répertoire Blues-Rock et Rock'n Roll et les « Yast » dans un style plus Funck.

Si le prof est différent, l'esprit reste le même : vous aider à acquérir les bases pour pouvoir jouer vos premiers morceaux, apprendre tous les accords de base, étudier une chanson avec paroles et accords, etc. Le tout dans l'atmosphère conviviale d'un petit groupe.

Les cours auront lieu salle des Assemblées (place de l'Eglise à Messigny et Vantoux), le mercredi soir ou le samedi matin en fonction du nombre et des souhaits des participants, et débuteront la semaine du 20 septembre.

Sébastien sera présent au forum des clubs de l'ASCMV, le samedi 4 septembre, de 14 à 18 heures, pour faire connaissance et vous présenter son projet de cours. Il pourra également prendre vos inscriptions.

Contact : info@ascmv.fr ou Alain Orssaud : 06 50 72 44 40.

ASCMV Yoga

Le hatha yoga, ou yoga des postures, pratiqué de façon régulière est accessible à tous, sans condition d'âge. Ses effets ne sont plus à démontrer : gymnastique douce, méthode de relaxation et lutte contre le stress. Le yoga, école de développement personnel, permet d'améliorer sa souplesse et de préserver son capital santé. Il nous aide à renouer avec notre force intérieure et est vivement recommandé en cas de stress, dépression, problèmes de sommeil, maux de tête ou de dos...

En pratique, cette discipline se caractérise par des postures qui améliorent la souplesse, affinent et tonifient les muscles et par des exercices respiratoires qui favorisent l'oxygénation et aident à éliminer les toxines.

Yannick Louet-Georgel, diplômée de l'Ecole de Yoga de Paris, propose trois cours dans une ambiance conviviale et décontractée, tous les lundis, salle des assemblées (place de l'église) de 18 à 19 ou de 19 à 20 heures pour le yoga des postures ; de 20 à 21 heures un cours de yoga de relaxation est particulièrement adapté aux personnes ayant des difficultés à pratiquer les postures ou qui souffrent de problèmes de stress ou de sommeil.

Les cours reprennent début septembre. Pour les nouveaux, il est proposé un mois d'essai pour 25€ Venez nous rejoindre !

Renseignements : Magali Del Vitto : 03 80 72 09 78 (lipete@aliceadsl.fr)

Stretching - Taïso

Pour la rentrée de septembre, nous avons souhaité modifier la proposition de cours de stretching en y adjoignant une activité Taïso. Stretching et Taïso, deux activités complémentaires proposées en un seul cours.

Le stretching est une forme de gymnastique douce, ayant pour objectif d'étirer et d'assouplir l'ensemble de l'organisme.

Taïso est un terme japonais qui signifie "préparation physique du corps". Les exercices sont très variés, la plupart se font en binômes : entretien cardio-respiratoire, renforcement musculaire, amélioration de l'endurance, de l'équilibre, des capacités psychomotrices, de la coordination générale des membres, assouplissement, relaxation.

Les cours se dérouleront les **mardi soir de 19h30 à 20h30**, au 1^{er} étage de la salle des Assemblées, 6 place de l'Eglise à Messigny-et-Vantoux, **sous réserve d'un effectif suffisant et de la disponibilité de l'animateur**. Ne pouvant garantir un effectif minimum, nous n'avons pas pu, à ce jour, réserver définitivement ce créneau horaire sur l'emploi du temps de l'animatrice, Guillaume BOULET, qui recherche d'autres employeurs. **Si vous êtes intéressé par ce cours, faites nous le savoir au plus vite afin que nous puissions lui confirmer l'horaire.** Contact : Alain Orssaud 06 50 72 44 40 ou info@ascmv.fr



Le club de lecture voyage

de Bernard Werber à Raymond Devos, en passant par Le Clezio sans oublier Grand Corps Malade et Blaise Cendrars accompagné de Jean Marchand, le club de lecture de Messigny et Vantoux emmènera chaque spectateur dans son délire....

Ce sera le vendredi 26 Novembre 2010 à la salle des fêtes de Messigny -et-Vantoux, à 20h30.

Le club de lecture, comme en chaque début



d'année recrute, des grands, des petits, des gentils, des rigolos, et des fantasmatico...

Et si en plus ils sont déjà lecteurs.... alors là c'est formidable!!

Spectacle du club de Lecture Le club de lecture voyage

26 novembre 2010

entrées : 6 euros

avec consommations de petits gâteaux de tous pays et tisanes ou café.
réservation au 06 16 10 24 76
ou au 03 80 4 99 41

BAILLY SPORTS

Centre Cial Géant Casino
5, rue B. Lecache - CHENÔVE
(à coté de Norauto)

Demandez Philippe. Sur présentation de votre carte de l'ASCMV :

- ☞ 10% de remise immédiate .
- ☞ pour l'ASCMV, une aide de 10% du montant de vos achats.

comptoir des peintures gauthier

PEINTURE - PAPIER-PEINT
RETEVEMENTS MUR ET SOL
MOQUETTE - MATERIEL - OUTILLAGE

16 , Rue des Frères Montgolfier
Tel : 03 80 52 63 63 Fax : 03 80 58 75 90
Présentez votre carte de l'ASCMV à la caisse du magasin.

Nouveau : Réflexologie Plantaire Thaï

La réflexologie thaï ou « massage détente des pieds » est pratiquée en Thaïlande depuis plus de 3000 ans. C'est là-bas un art de vivre mais aussi un investissement pour la santé.

Mes amis et ma famille en bénéficient depuis quatre ans et je souhaite vous faire partager mes connaissances sur ce massage détente qui apporte une relaxation extraordinaire et permet un lâcher-prise hors pair.

Je propose dans le cadre de l'ASCMV d'organiser une session de formation de 12 séances de 1h15 chacune pour un groupe de 6 voire 8 personnes maximum (afin d'assurer une formation et un suivi de qualité). A l'issue de la formation, chacun de vous sera



capable de pratiquer un protocole complet de réflexologie thaï d'une durée d'environ une heure. Je vous apprendrai aussi des protocoles plus courts pouvant s'adapter aux enfants, aux personnes âgées et aux personnes fragiles.

Les jours, horaires et tarifs seront définis pour la fin du mois

d'août.

Je serai présente à la réunion de présentation des clubs de l'ASCMV le samedi 4 septembre, vous pouvez me contacter auparavant par mail alex.solari@orange.fr ou téléphone 03 80 35 48 12 avant 20 heures pour plus de renseignements.

A bientôt !

Marie-Alexandra

Pour contacter les responsables de l'ASCMV

ASCMV (Niveau fédéral) : M. Alain ORSSAUD

☎ 06 50 72 44 40

info@ascmv.fr

http://www.ascmv.fr

BMX-VTT :

M. Bernard BONHOMME ☎ 03 80 35 47 50
bernard.bonhomme.mv@orange.fr
http://www.bicross-club-messigny.com

Gymnastique et Stretching-Taïso

M. Alain ORSSAUD
☎ 06 50 72 44 40
info@ascmv.fr

Centre de Connaissance Canine :

Mme Muriel MORIZE
☎ 03 80 75 76 71 morize.muriel@orange.fr
http://ccc.messigny.vantoux.free.fr

Gym-Matin :

Mme Françoise BONHOMME
☎ 03 80 35 42 29

Chorale adultes - les Canons du Suzon :

Mme Chantal THEIS
☎ 03 80 35 45 52
chantheis@yahoo.fr

Lecture à Haute Voix :

Mme Anne-Lise BLACHOT
☎ 03 80 44 99 41
al.blachot@wanadoo.fr

Cours d'informatique :

M. Alain ORSSAUD
☎ 06 50 72 44 40
info@ascmv.fr http://www.ascmv.fr

Nouveau

Peinture :

Mme Josiane LENCOT
☎ 03 80 35 49 57
famille.lencot@orange.fr

Danse :

Mme Myriam BEURTHERET
☎ 03 80 35 44 04
myriam_beurtheret@aliceadsl.fr

Réflexologie Plantaire Thaï :

Mme Marie-Alexandra SOLARI
☎ 03 80 35 48 12
alex.solari@orange.fr

Nouveau

Entente Football Villages :

M. Jean-Luc MEYER
☎ 03 80 35 59 39
jlsmeier@free.fr

Tennis :

M. Frédéric BELL
☎ 03 80 35 40 07
fredericbell@orange.fr

Entente Judo Messigny et Vantoux - Val de Norge :

M. Bruno BINET
☎ 03 80 35 59 26
club@ejmn.fr http://ejmn.fr

Travaux d'Aiguille :

Mme Agnès LERIQUE
☎ 03 80 35 43 45
Lerique.michel@neuf.fr

Guitare :

M. Alain ORSSAUD
☎ 06 50 72 44 40
info@ascmv.fr

Nouveau

Yoga :

Mme Magali Del-Vitto
☎ 03 80 56 60 99
lipette@aliceadsl.fr



l'ASCMV propose SPECTACLES



ET LOISIRS À PRIX RÉDUITS



- M - Les saisons de passage

Zénith de Dijon
vendredi 12 nov. 19:30
Cat. 1 (assis) : 55 €
Cat. 2 (debout) : 34 €
au lieu de 39 €



C a t c h américain

Zénith de Dijon
dimanche 14 nov. 16:30
Placement assis numéroté
Cat. 1 : 42 € au lieu de 45 €
Catégorie 2 : 40 €

**RFM PARTY 80
Love & Party**
Zénith de Dijon
samedi 18 déc. 20:30
Placement Numéroté assis
Cat. 1 : 39,50 € au lieu de
43,50 €
Cat. 2 : 29,50 € au lieu de
33,50 €



**SCOOBY-DOO
et les pirates
fantômes**
Zénith de Dijon
mercredi 13 avril
14:30 et 17:30
Placement Assis Numéroté
Cat. 1 : 32 € au lieu de 35 €
Cat. 2 : 29 € au lieu de 32 €



GOSPEL pour 100 voix

Zénith de Dijon
samedi 07 mai 20:30
Placement Assis Numéroté
Cat. 1 : 37 € au lieu de 40 €
Catégorie 2 : 37 €



Les Ducs Dijon Hockey Club

Nous centralisons
vos commandes.
Tarif réduit
(5 € au lieu de 10 € ou 8 €)
à partir de 15 places coman-
dées pour un même match.

**Jusqu'à 72%
de réduction**
sur vos entrées dans les
plus grands parcs
d'attraction
Disneyland - Asterix - Le PAL
Musée Grévin - Puy du Fou
Vulcania - Walibi - Marineland
Europa-park - OK Corral - etc.



Tarifs réduits
sur tous les spectacles de
Pyrprod
et Nouna Prod
selon disponibilités
Catalogue en ligne sur
www.ascmv.fr



Renseignements et réservations :

<http://www.ascmv.fr>

isabelle.guyard533@orange.fr

Alain Orssaud au 06 50 72 44 40

Tarifs sous réserve des places disponibles. La commande des places est réservée aux membres de l'ASCMV.
Une adhésion spéciale « membre associé » est cependant possible pour un montant de 5 € à ajouter à votre commande.