

2024 - 2025

Nos activités



Ouverture des inscriptions
07 septembre 2024 de 9H à 12H
au centre Bellevue de Châtillon-le-Duc

SOMMAIRE

L'ASSOCIATION.....	3
LE MOT DU PRESIDENT.....	4
CALENDRIER.....	5-6
LES ACTIVITES	
ANGLAIS.....	7
ATELIER THEATRE.....	7
BADMINTON.....	8
BASKETBALL.....	9
BRIDGE.....	10
CHORALE.....	10
DANCE KIDS.....	11
DECOUVERTE & CREATION.....	11
EQUILIBRE & BIEN-ETRE.....	12
FLOORBALL.....	13
GYM ENFANTS.....	14
MARCHE NORDIQUE.....	14
MARCHE RANDONNEE.....	15
MULTISPORT.....	15-16
OENOLOGIE.....	17
QI GONG.....	18
SCRABBLE.....	18
SOPHROLOGIE.....	20
TAI CHI.....	19
TENNIS DE TABLE.....	20
TIR A L'ARC.....	21
METHODE VDS.....	21
LES ACTIVITES FITNESS	
AIR DANCING YOGA.....	35
BIKING.....	35
CAF - STRETCHING.....	36
PILATES.....	37-38
STRETCHING MOBILITE.....	38
SWISSBALL.....	39
YOGA VINYASA.....	39
LES EVENEMENTS DE LA SAISON.....	40-43
PARTENAIRES 2024-2025.....	22-33

L'ASSOCIATION

L'association Club 2000 (AC 2000) est une association sportive et culturelle de Châtillon-le-Duc, créée en 1974, et qui travaille en collaboration avec d'autres associations du village et des environs.

Tous les membres du Conseil d'Administration de 2023-2024, présentés ci-après, sont bénévoles.

Quant aux animateurs, ils peuvent être soit bénévoles, soit prestataires extérieurs et titulaires d'un diplôme reconnu «Jeunesse et Sport».

Président

Gilbert CANILLO

Trésorière adjointe

Marie SUMKA

Vices-Présidentes

Béatrice ALLEMANDET et Brigitte BEAULIEU

Secrétaire

Philippe PICART

Trésorière

Catherine BULLIOD

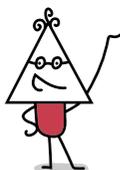
Secrétaire adjoint

Brigitte BEAULIEU

Membres

Bruno BOULLEE, Christophe DECQ, Gilbert GRILLET, François JACOUTOT, Christian LAMIRAULT, Olivier LANGUILLE, Annie SAUVONNET

AC 2000
44 rue Bellevue
25870 Châtillon-Le-Duc



Ouverture du secrétariat au public :
Mardi de 10H30 à 11H45
Mecredi de 13H30 à 16H30*
Jeudi de 10H30 à 11H45
**du 11 sept au 16 oct 2024*



Permanence les samedis de 11H00 à 12H00
jusqu'au 19 octobre 2024



Tél : 03 81 58 84 64



ac2000-chatillon@orange.fr



ac2000-chatillon.fr

LE MOT DU PRESIDENT

Chères adhérentes et chers adhérents,

Notre doyenne, Annie Sauvonnet, présente depuis plus de vingt ans au sein du conseil d'administration de l'AC2000, nous a quittés le 20 avril 2024. Comme elle aimait à le dire, elle se définissait comme une petite main mais elle apportait de façon très significative sa pierre à l'édifice de notre association et laisse un vide au sein de notre conseil d'administration.

Cette saison 2024/2025 sera celle du cinquantième anniversaire de l'AC2000 qui a vu le jour en novembre 1974 avec le montage par des bénévoles du bâtiment AC2000 baptisé dernièrement salle pyramidale.

Pour mémoire, le ministère de la jeunesse et des sports fournissait, aux associations qui le souhaitaient, des bâtiments en kit à condition que la municipalité mette à disposition un terrain pour le montage et que ce dernier soit réalisé par les bénévoles de l'association à l'exception de certains travaux techniques : gros œuvre, chauffage, plomberie, électricité. D'autre part une convention entre le ministère de la jeunesse et des sports, la commune et l'association en question permettait à cette dernière d'en prendre la gestion. Le nom AC2000 provient des initiales « Association Club » et 2000 pour le nombre de bâtiments mis à disposition par le ministère cité ci-dessus.

Je vous laisse découvrir, dans les pages qui suivent, les différentes activités et manifestations qui vous seront proposées pour cette prochaine saison.

Nous tiendrons notre assemblée générale le vendredi 30 août 2024 pour vous présenter l'ensemble du bilan moral et du bilan financier de la saison écoulée. C'est un moment important dans la vie d'une association qui permet un temps d'échanges. Nous souhaitons que notre association reste et soit celle d'une multi activités culturelles et sportives.

Je renouvelle notre appel des saisons précédentes pour de nouvelles candidatures pour étoffer le conseil d'administration à minima à 12 membres, ce renouvellement fait partie également de notre assemblée générale.

Je vous souhaite, au nom de tous les membres du conseil d'administration, une bonne rentrée.

Sportivement et culturellement,
Bien à vous.

Le Président

Gilbert Canillo

CALENDRIER

LUNDI

MARCHE
RANDONNEE
8H45-12H

PILATES
9H30-10H30

CAF & STRETCHING
10H30-11H30

MARCHE
NORDIQUE
14H-15H30

DECOUVERTE &
CREATION
14H-17H

ANGLAIS G1
18H-18H45

MULTISPORT
(ados)
18H15-19H15

BIKING
18H30-19H30

ANGLAIS G2
18H45-19H30

BASKETBALL
19H15-22H30

MARDI

EQUILIBRE &
BIEN-ETRE
9H15-10H15

SOPHROLOGIE
10H15-11H15

CHORALE
14H-16H

FLOORBALL
18H30-19H30

QI-GONG
17H15-18H30

METHODE VDS
18H45-19H45

TAI CHI
19H30-20H45

PILATES
19H45-20H45

FLOORBALL
20H45-22H30

MERCREDI

THEATRE
13H30-14H30
(jusqu'à 15H*)

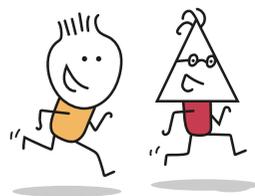
BASKETBALL
14H-17H

FLOORBALL
17H15-19H30

TENNIS DE TABLE
19H-22H30

BADMINTON
(adultes)
19H30-22H30

SOPHROLOGIE
20H15-21H15



* Plus d'informations
sur la page de
l'activité concernée

DES ACTIVITES

JEUDI

TAI CHI
9H15-10H30

STRETCHING
MOBILITE
16H-17H

GYM ENFANTS
16H45-18H15

DANCE KIDS
17H-18H

AIR DANCING
YOGA
18H-19H

TIR A L'ARC
18H30-20H30

METHODE VDS
19H15-20H30

BRIDGE
20H-22H45

VENDREDI

PILATES
8H30-9H30

MARCHE
RANDONNEE
8H45-12H

SWISSBALL
9H35-10H35

YOGA VINYASA
10H40-11H45

SCRABBLE
14H-17H

MULTISPORT
(enfants)
16H45-17H45

FLOORBALL
17H45-20H30

BADMINTON
(adultes)
20H30-22H30

OENOLOGIE
20H30

SAMEDI

MARCHE
NORDIQUE
9H-10H45

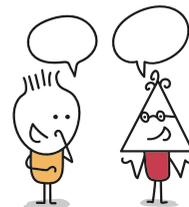
FLOORBALL
9H-12H30



Les activités telles que présentées sont susceptibles d'être modifiées en cours d'année en fonction du nombre de participants (activités annulées si pas suffisamment d'inscrits).

Les modalités d'inscription aux activités et l'adhésion à l'AC 2000 sont détaillées sur notre site internet ; n'hésitez pas à vous y référer en cas de besoin.

ANGLAIS



Deux groupes sont faits en début d'année :

Groupe 1 : destiné aux débutants pour de l'anglais facile

Groupe 2 : pour un perfectionnement niveau B1 puis B2

L'objectif est de comprendre une conversation courante et s'exprimer avec aisance pour communiquer avec un anglophone.



Françoise BLANC, bénévole



111 €



Ados - Adultes

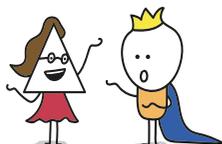


De 2 à 20 personnes



Groupe 1 : Lundi de 18H à 18H45 Groupe 2 : Lundi de 18H45 à 19H30

Reprise le 16 septembre 2024



ATELIER THÉÂTRE

Exercices et jeux dans lesquels l'enfant peut utiliser son imagination, sa concentration, son attention à ce qu'il vit. C'est un travail de la voix et du corps au service du personnage, de ses états émotionnels (joie, tristesse, colère...). L'activité se joue dans un climat de respect et de confiance, avec la création commune d'un spectacle joué en fin de saison devant les parents et les proches.



Anne-Marie PELLETIER, bénévole



45 € (1er enfant)
39 € (2ème enfant)



Enfants - Ados



De 6 à 12 personnes



Mercredi de 13H30 à 14H30 (1er trimestre) - De 13H30 à 15H (2ème et 3ème trimestre)

Reprise le 18 septembre 2024

BADMINTON

Tous les mercredis et vendredis soirs, hors vacances scolaires, rejoignez-nous pour améliorer votre niveau de badminton dans une ambiance conviviale mais sportive. Le mercredi est ouvert de préférence aux joueurs(euses) confirmé(e)s et le vendredi pour tous les niveaux. Nous jouons également en double, en simple quand le nombre de participants le permet. Les vacances sont l'occasion d'un tournoi amical entre tous. A très bientôt, raquette en main !



Philippe PICART et
Daniel BARTHOD, bénévoles



Adultes



Adultes : Mercredi de 19H30 à
22H30
Adultes : Vendredi de 20H à
22H30



93 € (famille 3 pers et +)
48 € (1er adulte) - 42€ (2ème
adulte)



Pas de limitation

Reprise le 17 septembre 2024



Mercredi 23 octobre 2024
Mercredi 03 janvier 2025
Mercredi 26 février 2025

Mercredi 23 avril 2025
Mercredi 02 juillet 2025

DATE DES TOURNOIS
de 19H à 22H

BASKETBALL

En partenariat avec le Thise Devecey Basket Club, venez pratiquer la balle orange dans un club convivial et auprès d'animateurs diplômés. Tous les niveaux sont acceptés, et cette activité s'adresse aussi bien aux filles qu'aux garçons. Le club participe également à des championnats départementaux et régionaux mais il est aussi possible de jouer pour le loisir. Les entraînements sont dispatchés entre Châtillon-le-Duc (Ecole de Basket Loisirs Garçons), Devecey (Jeunes, Loisir et filles) et Thise (Seniors).



Thise Devecey Basket Club



Détails auprès du TD Basket Club



Enfants - Ados - Adultes



Pas de limitations



Lundi de 19H15 à 22H30 - Mercredi de 14H à 17H

Reprise le 16 septembre 2024



**Contactez le Thise Devecey
Basket Club :**
secretariat@tdbc.fr

CATEGORIES	AGES
Ecole de Basket	5 à 9 ans
U11 filles / garçons	10 à 11 ans
U13 filles / garçons	12 à 13 ans
U15 filles / garçons	14 à 15 ans
U17 garçons	16 à 17 ans
Seniors garçons	20 ans et +
Loisir	20 ans et +

BRIDGE

Une activité idéale pour développer et entretenir la mémoire, qui se joue à tout âge : il suffit d'aimer les jeux de cartes ! Possibilité d'initiation pour les personnes qui le souhaitent, le tout dans une ambiance amicale et détendue. Rejoignez-nous pour une séance d'essai !



Jean-Louis PELISSON,
bénévole



21 €



Adultes



Pas de limitations



Jeudi de 20H à 22H45



Reprise le 19 septembre 2024



CHORALE

Si vous aimez chanter n'hésitez pas, rejoignez la chorale mixte «Mel'Notes» pour partager d'agréables moments d'apprentissage et de détente musicaux. Le répertoire est en majorité composé de chansons de variété française et d'extraits de comédies musicales.



Monique CARRE, bénévole



21 €



Adultes



Pas de limitations



Mardi de 14H à 16H

Reprise le 17 septembre 2024

DANCE KIDS

Cours de fitness et de danses pour enfants de 8 à 12 ans, où se mêlent exercices cardio, travail de souplesse et de force puis apprentissage de chorégraphies simples sur des musiques actuelles. Différents styles de danse seront travaillés durant l'année : moderne, contemporain, zumba... etc.



Peggy BIGOURDAN, prestataire extérieure



Enfants - Ados



Jeu de 17H à 18H



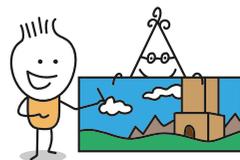
108 € (1er enfant)
96 € (2ème enfant)
84 € (3ème enfant)



De 14 à 20 personnes



Reprise le 19 septembre 2024



DECOUVERTE & CRÉATION

Si vous vous intéressez au cartonnage, à la couture, au petit bricolage... peut-être trouverez-vous auprès de notre cercle d'adhérentes la réponse à vos questions ! Aucune obligation dans les ouvrages, seul prime le plaisir de découvrir et de mettre en commun nos connaissances de façon ludique. Le travail manuel est enrichissant quelle que soit la technique et le «fait soi-même» valorisant.



Nicole MATHILE, bénévole



Adultes



Lundi de 14H à 17H



33 €

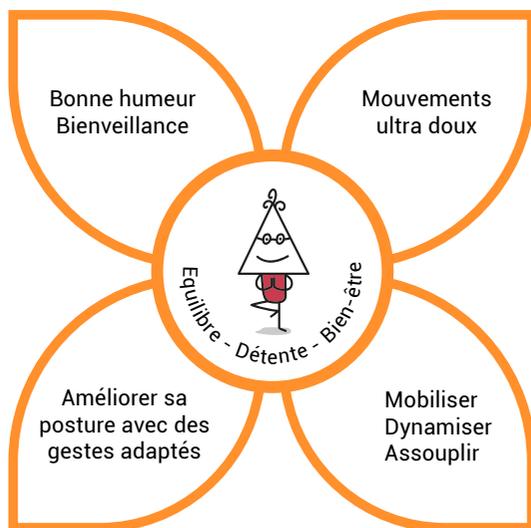


Jusqu'à 20 personnes

Reprise le 16 septembre 2024

EQUILIBRE & BIEN-ÊTRE

Besoin de délier les noeuds du quotidien ?



Delphine ZEKRY, prestataire
extérieure



Adultes



Mardi de 9H15 à 10H30



201 € (1 séance / semaine)
387 € (2 séances de Tai Chi OU
1 séance d'Equilibre &
Bien-être et 1 séance de
Tai-Chi / semaine)



De 13 à 20 personnes

Reprise le 17 septembre 2024

Ateliers thématiques - en complément et sur les petites vacances

Eveil corporel en conscience et en profondeur. Un temps de pause pour venir explorer et revisiter des mouvements du quotidien par une pratique de différentes méthodes douces.

Thèmes :

1 - Respiration

2 - Ancrage et enracinement

3 - Position assise

4 - Marche



20€ pour 2 heures

FLOORBALL (Unihockey)

En partenariat avec le Besançon Floorball Club, Champion de France N1 2023/2024, l'AC 2000 vous propose de découvrir et pratiquer un sport proche du hockey sur glace, facile d'accès, tonique, technique mais sans contacts et sans patins !

Fair play et respect de l'adversaire sont les mots d'ordre de notre sport. Cette activité s'adresse aux filles et aux garçons (essai et prêt du matériel). Participation au championnats FFFL Jeunes (U11, U13 et U17 ans) et Adultes (N1, D3, féminin en entente) ou Loisir.



Dominique BOTTON, responsable pour l'AC 2000
Virgile BOUVIER, Cédric BULLE, Serge DOT, Matthieu GILLOT, Sétha MITH et Nicolas VACELET, tous bénévoles Jeunes du Club



Détails auprès du Besançon Floorball Club



Pas de limitations



Enfants - Ados - Adultes



CERTIFICAT
MEDICAL ORIGINAL AVEC
MENTION BON POUR LA
PRATIQUE DU FLOOR-
BALL EN COMPETITION
pour les nouveaux
adhérents ou DECHARGE
MEDICALE DE MOINS DE 3
ANS pour les autres avec
AUTORISATION PAREN-
TALE DE SOINS SONT
OBLIGATOIRES

PUBLIC

Adultes et Jeunes +16 ans
Enfants U17 Champions de
France 2023-2024
Enfants U7, U9
Enfants U11
Enfants U13
Enfants U17 Champions de
France 2023-2024

JOURS

Mardi
Mercredi

Vendredi
Vendredi
Samedi
Samedi

HORAIRES

21H à 22H30
17H30 à 19H30

17H30 à 18H30
18H30 à 20H00
9H00 à 11H00
11H00 à 12H30

Reprise le 17 septembre 2024

GYM ENFANTS

Gym loisir dédiée aux enfants, dont le but premier est de pratiquer avec plaisir et surtout en toute sécurité. Elle permettra à l'enfant de développer son sens de l'équilibre, son agilité et son autonomie. Le travail est en grande partie fait au sol pour faire quelques découvertes d'agrès en fin de saison. Rejoignez-nous !



Julien IBANEZ, prestataire extérieur



Enfants (à partir de 6 ans)



Jeudi de 16H45 à 18H15



108 € (1er enfant)
96 € (2ème enfant)
84 € (3ème enfant)



A partir de 14 personnes

Certificat médical
recommandé et
autorisation
parentale de soins
obligatoire

Reprise le 19 septembre 2024

MARCHE NORDIQUE



C'est un sport qui redonne du souffle et fait travailler 80% des muscles du corps (bras, abdominaux, cuisses, fessiers...). Grâce aux bâtons, la marche nordique est le sport de plein air idéal pour retrouver la forme de vous tonifier. Bien-être, forme et santé sont au rendez-vous. Grâce aux bâtons le déplacement est rapide et l'attitude du marcheur est athlétique.



Bruno BOULLEE, Pierre TAVERNIER, Karine DESCOURVIERES, Gilbert GRILLET et Eric JACQUOT, bénévoles



30 € (1 séance / semaine)
42 € (2 séances / semaine)



Adultes



Pas de limitations



Samedi de 9H à 10H30-10H45
(débutants et confirmés)
Lundi de 14H à 15H30-15H45
(débutants et confirmés)

Reprise le 16 septembre 2024

MARCHE RANDONNÉE

Sport de plein air, la marche permet de faire travailler tous les muscles. recommandée pour entretenir la silhouette, augmenter la consommation d'oxygène, brûler les calories et fortifier os, muscles et articulations !



Bernard ANDRE, Michel GERMAIN et Raoul SONZOGNI, bénévoles



Adultes



Lundi de 8H45 à 12H
Vendredi de 8H45 à 12H



15 €



Pas de limitations

Reprise le 16 septembre 2024

MULTISPORT (enfants)

Découverte de divers sports, individuels et collectifs. Chaque enfant a l'occasion de se découvrir, de prendre conscience de son corps et de développer de nombreuses aptitudes physiques en plus de découvrir un sport qui leur correspond et les passionne. Ceci en toute sécurité. Fair-play, travail d'équipe et respect de l'adversaire sont développés pour une mentalité sportive exemplaire. Rejoignez-nous !

**Certificat médical
recommandé et
autorisation
parentale de soins
obligatoire**



Julien IBANEZ, prestataire extérieur



Enfants (à partir de 6 ans)



Vendredi de 16H45 à 17H45



108 € (1er enfant)
96 € (2ème enfant)
84 € (3ème enfant)



A partir de 14 personnes

Reprise le 20 septembre 2024

MULTISPORT (ados)

Le multisports, activité ludique et dynamique pour vos adolescents, idéal pour se dépenser et s'amuser à travers une variété de sports.

Nous proposons des sports bien connus comme le handball, le basketball et le tir à l'arc, ainsi que des disciplines originales comme le kinball, le tchoukball et l'ultimate. Nous explorons aussi la lutte au sol, l'athlétisme, le badminton et d'autres sports selon les envies du groupe.

Nos séances permettent un apprentissage technique et tactique grâce à différents matchs, exercices et jeux. Les adolescents développent leurs compétences tout en s'amusant, sous l'encadrement attentif de nos animateurs.

Certificat médical
recommandé et
autorisation
parentale de soins
obligatoire



Julien IBANEZ, prestataire extérieur



Ados (à partir de 11 ans)



Lundi de 18H15 à 19H15



108 € (1er enfant)
96 € (2ème enfant)
84 € (3ème enfant)



A partir de 14 personnes

Reprise le 16 septembre 2024



OENOLOGIE

L'Histoire du Vin est sans fin...

A votre demande, nous écrivons ensemble un nouveau chapitre en repartant pour une année de découvertes mélangeant histoire et vins grâce à notre animateur.

Séances ouvertes à toutes et tous, néophytes comme amateurs !

Rendez-vous chaque vendredi soir (20h30) selon le programme, salle pyramidale AC2000 (près du gymnase)



Christophe DECQ, bénévole et
Laurent CHASSOT, prestataire
extérieur



132 € pour les 7 séances



Adultes



Minimum 48 personnes pour
deux séances et maxi 50
personnes pour les deux
groupes



Reprise le 04 octobre 2024

PROGRAMME 2024-2025

OCTOBRE : Le Jura	04 octobre 2024
NOVEMBRE : «Transversale»	15 novembre 2024
DECEMBRE : C'est l'invité vigneron !	06 décembre 2024
FEVRIER : «Verticale»	07 février 2025
MARS : La Vallée du Rhône méridionale	07 mars 2025
AVRIL : Les vins de pays	04 avril 2025
JUIN : La Côte chalonaise	06 juin 2025

QI GONG

Qi Gong signifie «maîtrise de l'énergie». Cet art énergétique de préservation de la santé et de bien-être, faisant partie de la médecine traditionnelle chinoise, agit grâce à l'association de 3 principes : le mouvement, la respiration et l'attention. Le Qi Gong permet d'accéder à un espace de liberté, de joie, de calme, et de paix. Nous pratiquerons des étirements au sol ou debout, des respirations, des auto-massages, des postures statiques, un enchaînement et des méditations pour permettre à l'énergie de circuler harmonieusement dans le corps. Venez retrouver votre vraie nature !

Avec sa bonne humeur communicative, son pep's et sa bienveillance, Géraldine nous invite à prendre soin de nous, à nous reconnecter avec notre corps et nos sensations, à pratiquer dans la joie... De grands bols d'air pur !

Gaëtane



Géraldine ANDRE, prestataire
extérieure



201 €



Adultes



Minimum 10 participants

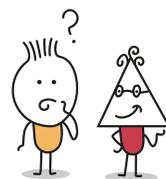


Mardi de 17H15 à 18H30

Reprise le 18 septembre 2024

SCRABBLE

Venez nous rejoindre pour faire marcher vos méninges dans une ambiance familiale !



Christiane BILLARD, bénévole



21 €



Adultes



Pas de limitations

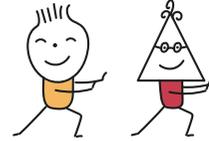
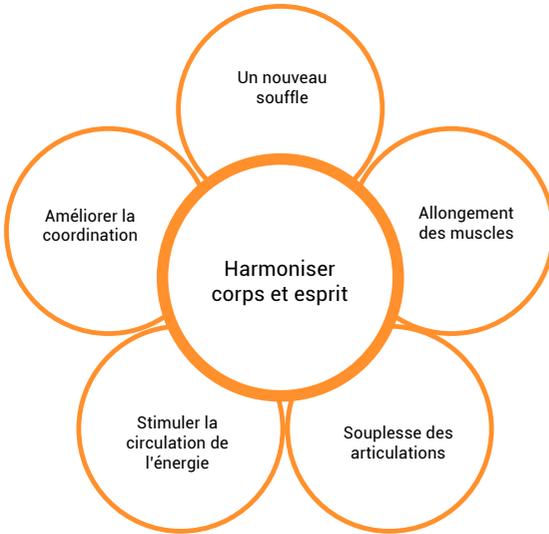


Vendredi de 14H à 17H

Reprise le 16 septembre 2024

TAÏ CHI

Besoin de lâcher prise ?



Médiation en mouvement ouverte à tous les âges à l'aide d'une pédagogie différenciée.

Reprise le 17 septembre 2024



Delphine ZEKRY, prestataire extérieure



Adultes



Mardi de 19H30 à 20H45
Jeudi de 9H15 à 10H30



201 € (1 séance / semaine)
387 € (2 séances de Tai Chi OU
1 séance d'Equilibre &
Bien-être et 1 séance de
Tai-Chi / semaine)



De 13 à 15 personnes

Ateliers thématiques - en complément et sur les petites vacances

Plus d'infos auprès de l'animatrice.



20€ pour 2 heures

SOPHROLOGIE

En étant à l'écoute de ses sensations corporelles, mentales et émotionnelles, la sophrologie vous donne les outils pour être maître de vous-même, de vous sentir mieux au quotidien, de vous permettre de soulager le stress, un sommeil perturbé, un mal être, des douleurs chroniques, etc.

A l'aide de la respiration, de la relaxation dynamique et de la visualisation positive vous expérimenterez un état de détente et de mieux-être.



Adeline MESSELOT, prestataire extérieure



201 €



Adultes



De 12 à 15 personnes



Mardi de 10H15 à 11H15
Mercredi de 20H15-21H15

Reprise le 17 septembre 2024

TENNIS DE TABLE



Cette activité loisir s'adresse à un public ayant déjà des notions de jeu, le tout dans une ambiance conviviale.



Gilbert CANILLO, bénévole



33 €



Adultes



Pas de limitations



Mercredi de 19H à 22H30

Reprise le 18 septembre 2024

TIR A L'ARC

Pas d'esprit de compétition pour cette activité loisir conviviale, où les plus expérimentés partagent volontiers leurs conseils sans prétendre à un enseignement. L'AC 2000 met à disposition arcs, flèches et cibles pour les personnes non équipées et permet à celles et ceux qui le sont de venir avec leur propre matériel. La discipline a lieu surtout en salle, mais peut aussi se faire sur un pas de tir extérieur lors des beaux jours.



Laurent ZURBACH et Alain GONY, bénévoles



63 €



Adultes



Pas de limitations



Jeudi de 18H30 à 20H30

Reprise le 19 septembre 2024

METHODE VDS

13 mouvements dynamiques et méditatifs des Vents du Silence.

Ces mouvements stimulent la vitalité, renforcent la souplesse, équilibrent le centre énergétique du hara et favorisent l'accès à un état de calme intérieur et de pleine conscience.

Ils combinent la respiration, la conscience corporelle et focalisent l'attention sur la circulation de l'énergie vitale.

Méthode fondée par Serge Messaoud Falvisaner et Elsa Stirnemann.

Après une journée de travail, les VDS permettent de relâcher, de retrouver de l'apaisement. Ils facilitent la prise de conscience des tensions corporelles et les soulagent.

Johana



Marie-Hélène CLERC, prestataire extérieure



225 € (1 séance / semaine)
432€ (2 séances / semaine)



Adultes



De 10 à 15 personnes



Mardi de 18H45 à 20H
Jeudi de 19H15 à 20H30

Reprise le 16 septembre 2024

Contacteur Mme CLERC : 06 42 07 44 59

Ils nous soutiennent ! Et nous les en remercions !



INTERSPORT®

Remise de 10% sur
tout le magasin*

Intersport Chalezeule - Intersport Ecole-Valentin - Intersport Besançon Chateaufarine

*hors vélos, appareils de musculation, nutrition et électronique - hors soldes et promotions en cours - sur présentation de votre carte membre AC 200 (2024/2025) et de votre carte fidélité Intersport



www.neira-design.fr

SPORT

GOOD DEAL

.COM

20 rue du Lavoir
25480 PIREY

Tél : 03 81 53 38 30



Restaurant le Méranie - 2B route de Besançon - 25870 Châtillon-le-Duc



Nos services

- Vente vélos neufs
- Réparation / entretien toutes marques
- Accessoires et équipements

Horaires

Du mardi au samedi

09h00 - 12h00
14h00 - 19h00

12b Route de St Martin, 25480 PIREY
☎ 03 81 50 50 54 ✉ mdcycles@orange.fr



POUR UN COMMERCE PLUS JUSTE, ET PAS JUSTE LE COMMERCE.

Pour soutenir une économie sociale et solidaire, chez Biocoop on privilégie le commerce équitable à travers des actions concrètes : agriculture paysanne et 100% bio, des relations durables et équilibrées...



biocoop

**DU
BON
SENS
ET
RIEN
D'AUTRE**

Retrouvez tous nos engagements sur www.biocoop.fr

biocoop

La Canopée

**Coopérative
de salarié.e.s**

**4 magasins
à votre service**



**BESANÇON
MOUILLÈRE**

3 allée de
l'île aux moineaux
25000 BESANÇON
à côté de la gare
de la Mouillère
Tél. : 03 81 80 25 47



**BESANÇON
LA BOUCLE**

20 rue Des granges
25000 BESANÇON
Tél. : 03 81 60 72 91



**BESANÇON
VAUBAN**

Place Leclerc
25000 BESANÇON
Tél. : 03 81 82 00 72



**ZONE
COMMERCIALE
VALENTIN**

Chemin des Maurapans
25870
CHÂTILLON-LE-DUC
Tél. : 03 81 60 31 10

LOISIBIKE **BESANÇON**

LOISIBIKE votre spécialiste du vélo à assistance électrique
9 marques de vélos
350 m2 de showroom avec pas moins de 100 modèles exposés

Au n°1 rue des tailles – 25770 FRANCOIS
03 81 86 32 78
besancon@loisibike.fr

Horaires d'ouverture :
Du mardi au vendredi :
10h00-12h30et 14h00-19h00
Le samedi :
09h00-18h00 non-stop

Tout membre de l'association AC2000 pourra bénéficier d'une remise supplémentaire de 5% en bon d'achat s'il décide de nous faire confiance pour l'achat d'un vélo chez Loisibike Besançon.



Tous nos spectacles sur ngproductions.fr

Billetterie sur notre site et dans tous les points de vente habituels



CLARA YSÉ

16 octobre 2024
La Rodia Besançon



**COLINE
SERREAU**

5 novembre 2024
Petit Kursaal Besançon



HAKIM JEMILI

20 novembre 2024
Kursaal Besançon



CAMILLE

22 novembre 2024
La Rodia Besançon



**FESTIVAL
DRÔLEMENT
BIEN**

16 au 19 janvier 2025
Besançon



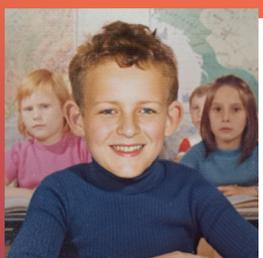
**ALAIN, OURS & PIERRE
SOUCHON**

29 janvier 2025
Micropolis Besançon



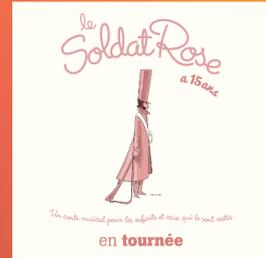
**LES HOMMES
VIENNENT DE MARS...**

5 février 2025
Kursaal Besançon



DANY BOON

8 mars 2025
Micropolis Besançon



**LE SOLDAT
ROSE**

29 mars 2025
Micropolis Besançon

Adrien Lomberger



 ma_boulang

5, route de Châtillon
25870 Châtillon le Duc
03 63 35 47 94



VOTRE
SATISFACTION
EST
NOTRE
PRIORITÉ

Alexandre
Pedrina
AUTOMOBILE



ZAC VALENTIN NORD
Rue du Pré Brenot
25870 CHATILLON
CONTACTEZ-NOUS

06 70 16 36 23

M
MARBRERIE FRANZI
F
F

DÉCORATION ET FUNÉRAIRE

GL 
AUTOMOBILES

 **RENAULT** **Entretiens et Réparations**
TOUTES MARQUES

 **DACIA** *Agent Renault et Dacia*

---- **03 81 53 48 34** ----

32 chemin des Tilles - Chatillon le Duc
glautomobiles@orange.fr



Garage Automobile & Pneumatiques PL-TP-GC

Espace Valentin - 25480 Miserey Salines

03 81 40 44 24 contact@jfpneus.fr

Créé en 2017 par Monsieur Jérôme FOUSSERET, le garage JF Pneus fait partie du réseau national Point S.

Implantée dans la zone commerciale de Valentin à Besançon, cette société indépendante est composée de 12 salariés qui vous accueillent dans des locaux de plus de 1 000 m².

Son activité principale est l'entretien et la réparation des véhicules toutes marques. Elle intervient en matière de freinage, vidange, amortisseurs, échappement, climatisation, pneumatiques et gardiennage, diagnostic, décalaminage, agrément bioéthanol et enfin mécanique (boîte à vitesses, courroie de distribution, embrayage...).

Elle assure également le dépannage, l'entretien et la maintenance des pneumatiques sur les véhicules industriels (Poids lourd, génie civil, manutention et agricole) dans l'atelier poids lourds ou directement sur site grâce à une équipe mobile dédiée et spécifiquement équipée.

La société JF Pneus mise sur un travail de qualité dans le respect de ses clients qui lui attribuent la note de 4,6/5 sur Google et 9,8/10 sur le réseau d'avis certifiés Plus Que Pro.

Sa meilleure récompense : la confiance et la satisfaction de ses clients !

**Banque,
assurance,
téléphonie...**

Au Crédit Mutuel,
nous ne sommes
pas différents
sans raison.

Rejoindre une banque qui appartient
à ses clients, ça change tout.

Le Crédit Mutuel, banque coopérative,
appartient à ses 8,9 millions de clients-sociétaires.

Caisse Fédérale de Crédit Mutuel RCS Strasbourg B 588 505 354.

Crédit Mutuel
Besançon Saint-Claude – Valentin – Rioz

my**C**ycle



Vente de vélos électriques

Sortie Espace Rue des Bolons 25480 Miserey-Salines - Tél : 03 81 47 18 18



Optique Saint Claude
Hervé CHATOT
71 rue de Vesoul
25000 BESANCON

Tél : 0381534710
Courriel : opticstclaud@wanadoo.fr
Site : optique-saintclaud.fr

Un choix de plus de 1500 montures principalement jurassiennes, pour tous budgets
Spécialiste verres progressifs ESSILOR dernière technologie
Contrôle gratuit de la vue et prise de mesure 3D
Paiement en 4 fois sans frais
Service à domicile pour personnes à mobilité réduite



NOUVEAU

Un nouvel audioprothésiste à votre service

Votre nouvel audioprothésiste, Diplômé d'Etat, Arnaud HANUS vous accueille chez votre opticien pour vous proposer :

- > Des solutions auditives ultra discrètes, connectées, rechargeables et Bluetooth*
- > Un accompagnement sur mesure
- > Un suivi illimité



Essai gratuit chez vous*

Prenez RDV au 03 81 53 47 10

arnaud AUDITION

71 rue de Vesoul
chez optique St Claude
25 000 BESANCON
03 81 53 47 10

9 rue des Glycines
25 110 BAUME LES DAMES
09 70 02 52 36

En partenariat avec



* Sur prescription médicale, sans engagement. 859ns (06/2019)

**Vous souhaitez VENDRE, ACHETER,
ESTIMER GRATUITEMENT votre bien ?**

Contactez **votre conseiller indépendant**
près de chez vous !

Stéphane BIGOURDAN



**Votre spécialiste sur le secteur
Valentin-Châtillon-Miserey**

0766516982

stephane.bigourdan@safiti.fr

<https://www.safiti.fr/votre-conseiller-safiti/stephane-bigourdan>

**Avec SAFTI, bénéficiez d'une solution
clé en main pour votre projet immobilier !**



Agent commercial du réseau SAFTI immatriculé sous le n°810607051 au RSAC de la ville de Besançon
Agissant pour le compte de l'agence immobilière SAFTI (523964328 RCS Toulouse) sous la carte professionnelle n°CPI3101.2018000025936 délivrée par la CCI de Toulouse.

SAFTI

www.safiti.fr

AQUILUS
PISCINES / SPAS
BESANÇON



UN PROJET PISCINE OU BIEN-ÊTRE ?



CONSTRUCTION | RÉNOVATION | SÉCURITÉ | ABRIS | ACCESSOIRES

CONTACTEZ-NOUS

☎ 09 78 80 09 97 | ✉ aquilusbesancon@gmail.com | 📍 Rue des Bolons – 25870 Chatillon le Duc
www.aquilus-piscines.com

Répar'stores®

Les experts en simplicité

- ✓ Réparation de volets roulants et de stores toutes marques
- ✓ Dépannage, motorisation et installation
- ✓ Une intervention dans les 48h
- ✓ Un devis gratuit
- ✓ Forfait réparation à partir de 75 €

Fabien CHOLET
Secteur Besançon Est
Tél. : 07 89 59 82 70
fabien.choulet@reparstores.com



www.reparstores.com



Xavier Brignon

Artisan - Pâtissier - Chocolatier



Découvrez nos gourmandises sur notre site www.xavierbrignon.fr

LES ACTIVITÉS FITNESS

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
PILATES 9H30 - 10H30	PILATES 19H45 - 20H45		AIR DANCING YOGA® 18H00 - 19H00	PILATES 8H30 - 9H30
CAF ET STRETCHING 10H30 - 11H30			STRETCHING MOBILITE 16H00 - 17H00	SWISSBALL 9H35 - 10H35
BIKING 18H30 - 19H30				YOGA VINYASA 10H40 - 11H40



En tant qu'adhérent(e) inscrit à une activité Fitness, si vous êtes absent(e) à une séance celle-ci n'est pas rattrapable, même sur une activité portant le même intitulé et sur un créneau horaire différent !

Les séances annulées en cas d'absence de l'animateur(trice) sont toutes récupérées à partir du mois de mai et jusqu'en juin.

1 séance au choix d'**une heure** par semaine

117 €

2 séances au choix d'**une heure** par semaine

216 €

3 séances au choix d'**une heure** par semaine

309 €

AIR DANCING YOGA

Cours de Yoga utilisant d'autres disciplines, essentiellement la danse et le pilates. Les postures s'enchaînent sur un tempo adapté, en suivant le flow des mouvements comme une danse. Cette pratique tout en fluidité vise à assouplir le corps et le renforcer tout en y faisant circuler une énergie régénératrice. Le tout en exprimant les émotions.



Peggy BIGOURDAN,
prestataire extérieure



Tarifs indiqués page 34



Ados - Adultes



A partir de 13 personnes



Jeudi de 18H à 19H

Reprise le 19 septembre 2024

Ateliers thématiques - en complément et sur les petites vacances

Activités complémentaires à définir avec les animateurs, en coût supplémentaire et selon les disponibilités de salles. Tarifs donnés par les animateurs concernés.

BIKING

Brûler un maximum de calories, à travers une chorégraphie rythmée sur un vélo de salle, permet d'améliorer le souffle et de sculpter les jambes. Parfait pour se dépenser et affiner sa silhouette !



Heïdi ROSELLI, prestataire
extérieure



Tarifs indiqués page 34



Adultes



De 10 à 13 personnes



Lundi de 18H30 à 19H30

Reprise le 16 septembre 2024

Ateliers thématiques - en complément et sur les petites vacances

Activités complémentaires à définir avec les animateurs, en coût supplémentaire et selon les disponibilités de salles. Tarifs donnés par les animateurs concernés.

CAF & STRETCHING

Débutons cette séance par du renforcement musculaire, ciblé sur les Cuisses, les Abdos et les Fessiers (CAF), et terminons par des étirements afin d'assouplir tout le corps.



Lison SUGNY, prestataire extérieure



Adultes



Lundi de 10H30 à 11H30



Tarifs indiqués page 34



De 12 à 25 personnes

Reprise le 16 septembre 2024

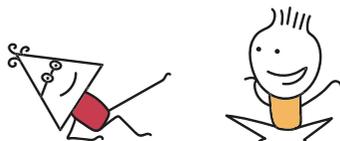
Témoignages

La combinaison de ces deux activités est satisfaisante : on se renforce puis on s'étire, après la souffrance, le plaisir !

Sur la partie CAF c'est dynamique, j'ai plus d'endurance et c'est diversifié. Sur la partie Stretching, on étire tout notre corps, j'ai gagné en souplesse !

Ateliers thématiques - en complément et sur les petites vacances

Activités complémentaires à définir avec les animateurs, en coût supplémentaire et selon les disponibilités de salles. Tarifs donnés par les animateurs concernés.



PILATES

Technique douce de renforcement musculaire pour le dos, les abdos, le périnée ; c'est un travail en profondeur et pour tous niveaux !



Lison SUGNY, prestataire
extérieure



Tarifs indiqués page 34



Adultes



De 12 à 25 personnes



Lundi de 9H30 à 10H30
Mardi de 19H45 à 20H45

Reprise le 16 septembre 2024

Témoignages

C'est une activité complète qui travaille en douceur et en profondeur. La concentration et le lâcher prise sont omniprésents tout le long de la séance. On améliore notre posture, on se renforce, on gagne en souplesse et en équilibre !

On prend conscience de son corps et on s'améliore à mesure des séances. On est plus tonique, on se dépasse sur certaines choses qu'on ne pensait pas pouvoir faire !

Ca nous apporte de la confiance, du bien-être et une nette diminution ou même disparition des douleurs dorsales.

Ateliers thématiques - en complément et sur les petites vacances

Activités complémentaires à définir avec les animateurs, en coût supplémentaire et selon les disponibilités de salles. Tarifs donnés par les animateurs concernés.



PILATES

Méthode douce de renforcement musculaire basée sur les mouvements qui font appel au travail de l'ensemble des muscles, des abdominaux et du plancher pelvien. Vous allez redécouvrir votre corps pour mieux le comprendre et le contrôler. Recommandée par le milieu médical, cette activité vous fera redécouvrir des sensations musculaires et une proprioception de votre corps. Apprenez à coordonner la respiration avec l'effort : vos maux de dos disparaîtront progressivement, vos abdominaux vont se renforcer et vos muscles s'affiner. Après votre séance vous serez détendu et vous aurez la sensation d'avoir travaillé de façon intensive sans être épuisé !



Peggy BIGOURDAN,
prestataire extérieure



Adultes



Vendredi de 8H30 à 9H30



Tarifs indiqués page 34



De 13 à 20 personnes

Reprise le 20 septembre 2024

Ateliers thématiques - en complément et sur les petites vacances

Activités complémentaires à définir avec les animateurs, en coût supplémentaire et selon les disponibilités de salles. Tarifs donnés par les animateurs concernés.

STRETCHING MOBILITÉ

Le stretching est une pratique dite «douce» qui consiste à s'étirer et s'assouplir. Basé sur des mouvements lents et maîtrisés, alliés à une respiration profonde, cette activité vous invite à la détente et à la relaxation. L'objectif : se détendre, étirer ses muscles, gagner en souplesse et améliorer sa mobilité.



Peggy BIGOURDAN,
prestataire extérieure



Adultes



Jedi de 16H à 17H



Tarifs indiqués page 34



De 13 à 25 personnes

Reprise le 19 septembre 2024

Ateliers thématiques - en complément et sur les petites vacances

Activités complémentaires à définir avec les animateurs, en coût supplémentaire et selon les disponibilités de salles. Tarifs donnés par les animateurs concernés.

SWISSBALL

Cette discipline née dans les années 60 en Suisse était conçue au départ pour la rééducation du dos. Adoptée aux Etats-Unis dans les années 90 par un grand nombre de professionnels du fitness, cette technique se pratique avec un gros ballon souple, instable. Le but : trouver le centre de gravité en faisant travailler les muscles stabilisateurs. Les muscles abdominaux et la colonne vertébrale sont particulièrement sollicités. Il s'agit non pas d'augmenter la masse musculaire mais de la tonifier et d'assouplir l'ensemble du corps pour une silhouette harmonieuse et un joli maintien. Ce cours s'adresse à tous, débutants ou initiés.



Peggy BIGOURDAN,
prestataire extérieure



Tarifs indiqués page 34



Adultes



De 13 à 20 personnes



Vendredi de 9H35 à 10H35

Reprise le 20 septembre 2024

Ateliers thématiques - en complément et sur les petites vacances

Activités complémentaires à définir avec les animateurs, en coût supplémentaire et selon les disponibilités de salles. Tarifs donnés par les animateurs concernés.

YOGA VINYASA

Cet enchaînement de mouvements dynamiques est un yoga qu'on pourrait définir comme «plus physique» et inspiré du yoga traditionnel. Vinyasa est un terme sanskrit qui signifie : synchronisation du mouvement sur la respiration. C'est là le cœur de cette discipline qui nous reconnecte avec l'essentiel : notre inspiration et expiration. Elles se font par le nez, la bouche fermée, de façon profonde, calme et forte : on parle de la respiration Ujjayi. Ce cours s'adresse à tous, débutants ou initiés.



Peggy BIGOURDAN,
prestataire extérieure



Tarifs indiqués page 34



Adultes



De 13 à 20 personnes



Vendredi 10H40-11H40

Reprise le 19 septembre 2024

Ateliers thématiques - en complément et sur les petites vacances

Activités complémentaires à définir avec les animateurs, en coût supplémentaire et selon les disponibilités de salles. Tarifs donnés par les animateurs concernés.

Les évènements de la saison



SAMEDI

12

OCTOBRE

50 ANS DE L'AC 2000

DIMANCHE

24

NOVEMBRE

MARCHE DE NOËL

SAMEDI

25

JANVIER

GALETTE DES ROIS

DIMANCHE

16

MARS

CHANT - GOSPEL

DIMANCHE

06

AVRIL

VTT ET MARCHE - DAME
BLANCHE

Les 50 ans de l'AC 2000

Samedi 12 octobre 2024

Programme disponible à la rentrée !

Le marché de Noël

Dimanche 24 novembre 2024

Toutes les infos sur notre site internet :
www.ac2000-chatillon.fr !



La galette des ROIS

Samedi 25 janvier 2025

A l'occasion de l'épiphanie et de la galette des rois, nous vous convions cordialement à venir partager un moment de convivialité.

Dans le respect des traditions, ce sera l'opportunité d'échanger nos voeux dans une ambiance de détente, de bonne humeur et de bien vivre ensemble pour déguster la galette des rois autour du verre de l'amitié.

Chant GOSPEL

Dimanche 16 mars 2025

La chorale Soul Gospel Voices, née en 2002, viendra se produire au Centre Bellevue le 16 mars 2025 !

Leur répertoire est composé de gospel classique et contemporain. La chorale se veut laïque, sans connotation religieuse.

Chaque concert est un moment de plaisir et de partage avec le public.

Plus d'infos sur notre site : www.ac2000-chatillon.fr

VTT & Marche

La Dame Blanche

Dimanche 06 avril 2025



La Grande Epicerie de Devecey



OUVERT LE DIMANCHE MATIN

