



Les nouvelles activités de l'année 2025-2026 sont indiquées en italique et surlignées en vert

LANGUES

Cours	Enseignant	Jour	Horaire	Salle	Fréquence
Anglais 1	Philippe Bertrand	mercredi	9h00 - 10h00	* MDA - salle 1	Toutes les semaines à partir du 1er octobre
Conversation anglaise Débutants	Philippe Bertrand Edouard Mons	mercredi mercredi	10h00 - 11h00 10h00 - 11h00	* MDA - salle 1 * MDA - salle 2	Toutes les semaines à partir du 1er octobre
Anglais 2	Stéphane Cavalin	lundi	17h15 - 18h15	* MDA - salle 1	Toutes les semaines à partir du 6 octobre
Anglais 3	Stéphane Cavalin	lundi	18h15 - 19h15	* MDA - salle 1	Toutes les semaines à partir du 6 octobre
Anglais 4	Stéphane Cavalin	mercredi	17h15 - 18h15	* MDA - salle 1	Attention!! Les 3 cours d'octobre auront lieu le <u>jeudi</u> de 17h30 à 18h30 et de 18h30 à 19h30 : 2, 9 et 16 octobre puis toutes les semaines le mercredi à partir du 5 novembre
Anglais 5	Stéphane Cavalin	mercredi	18h15 - 19h15	* MDA - salle 1	
Conversation anglaise Confirmés	Philippe Bertrand	mercredi	11h00 - 12h00	* MDA - salle 1	Toutes les semaines à partir du 1er octobre
Allemand Débutants	Marcelle Bléas-Franke	vendredi	10h00 - 10h45	* MDA - salle 2	Toutes les semaines à partir du 3 octobre
Allemand Intermédiaire	Marcelle Bléas-Franke	vendredi	10h45 - 11h30	* MDA - salle 2	Toutes les semaines à partir du 3 octobre
Allemand conversation	Marcelle Bléas-Franke	jeudi	9h30 - 10h30	* MDA - salle 1	Toutes les semaines à partir du 2 octobre sauf le 4 décembre AG Antenne
Espagnol Débutants et Niv 1	Ruth Reymundo	vendredi	15h30 - 16h30	* MDA - salle 1	Toutes les semaines à partir du 3 octobre
Espagnol Niv 2 Intermédiaire	Ruth Reymundo	vendredi	16h30 - 17h30	* MDA - salle 1	Toutes les semaines à partir du 3 octobre
Espagnol Niv 3 conversation	Ruth Reymundo	vendredi	17h30 - 18h30	* MDA - salle 1	Toutes les semaines à partir du 3 octobre
Italien Niv 1 (pas de débutants)	Rosanna Alba	vendredi	9h00 - 10h00	* MDA - salle 1	Toutes les semaines à partir du 3 octobre
Italien Niv 2 Intermédiaire	Rosanna Alba	vendredi	10h00 - 11h00	* MDA - salle 1	Toutes les semaines à partir du 3 octobre
Italien Niv 3 Perfect/Convers	Rosanna Alba	vendredi	11h00 - 12h00	* MDA - salle 1	Toutes les semaines à partir du 3 octobre
Langue des SIGNES Débutants	Audrey Gastebois	lundi	10h00 - 11h00	* MDA - salle 1	Toutes les semaines à partir du 6 octobre
<i>Langue des SIGNES Initiés</i>	<i>Audrey Gastebois</i>	<i>lundi</i>	<i>11h00 - 12h00</i>	<i>* MDA - salle 2</i>	<i>Toutes les semaines à partir du 6 octobre</i>
Langue NORMANDE	Louis Lefèvre	vendredi	13h45 - 15h15	* MDA - salle 1	3 et 17 octobre, 7 et 21 novembre, 5 et 19 décembre

ARTS ET CULTURE

Disciplines Artistiques					
Arts contemporains	Jean-Yves Lepetit	vendredi	10h00 - 11h30	* MDA - Salle A. Fournier	28 novembre
Ecume des Films *		mercredi	16 h 00	Cinémoviking Saint-Lô	2ème mercredi de chaque mois à partir du 8 octobre
Histoire du Cinéma et de la photographie	Dominique Briand	mardi	16h00 - 18h00	Auditorium Médiathèque	14 octobre, 2 décembre
Histoire de l'art	Béatrice Bérard	lundi	14h30 - 16h00	* MDA - Salle A. Fournier	6 octobre, 3 et 17 novembre, 1er et 15 décembre

Sciences humaines et sociales					
Cours	Enseignant	Jour	Horaire	Salle	Fréquence
Conférences		mardi	14h30 - 16h30	Auditorium des Archives départementales	Toutes les semaines à partir du 7 octobre
Sociologie	M-Claude Faÿs	mardi	17h15 - 18h15	INSPE Amphi	Toutes les semaines à partir du 7 octobre
Sciences économiques	Jean-Yves Letessier	vendredi	11h00 - 12h00	* MDA - Salle A. Fournier	A partir du 30 janvier 2026
Biologie	Dominique Dress	mercredi	10h00 - 11h00	Salle de conférences - Centre culturel *	8 octobre * (Amphi INSPE) 5 et 19 novembre, 10 décembre
Histoire	Dominique Briand	jeudi	11h00 - 12h00	Salle de conférences - Centre culturel	2 et 16 octobre, 13 et 27 novembre, 4 et 11 décembre
Littérature	Marcelle Simon	mardi	10h30 - 11h45	* MDA - salle 1	18 novembre, 2 et 16 décembre
Questions de philosophie	Jean-Yves Bodergat	mercredi	10h00 - 11h30	Salle de conférences - Centre culturel	3 et 17 décembre

ŒNOLOGIE

Œnologie *	Vincent André	mercredi	10h00 - 12h00	* MDA - Salle A. Fournier	Groupe 1 : 8 octobre, 12 novembre Groupe 2 : 15 octobre, 26 novembre
------------	---------------	----------	---------------	---------------------------	---

* *Activité avec participation financière*

INFORMATIQUE

Informatique	Raphaël Duchemin	mercredi	8h45 -10h30 10h45 -12h30	AGGLO 21 - Salle à préciser	Sera précisé à chaque adhérent inscrit Il est nécessaire d'avoir un ordinateur portable pour suivre les cours
--------------	------------------	----------	-----------------------------	-----------------------------	--

EXPRESSION

Disciplines Artistiques					
Atelier théâtral	Patricia Le Courtois	vendredi	10h00 - 11h30	Salle de Mesnilcroc	Toutes les semaines à partir du 3 octobre
Troupe de théâtre	Patricia Le Courtois	mardi	14h00 - 17h00	Salle de Mesnilcroc	Toutes les semaines à partir du 7 octobre
Dessin-peinture	Jane Motin	jeudi	9h30 - 12h00	Ecole de dessin Saint-Lô Centre culturel	Toutes les semaines à partir du 2 octobre sauf le 4 décembre AG Antenne
Dessin-peinture-Techniques humides (encre de chine) Initiation	Jane Motin	samedi	9h30 - 12h00	Ecole de dessin Saint-Lô Centre culturel	4 octobre, 8 novembre, 6 décembre
Aquarelle: carnets de voyage Initiation	Laurence Briand	samedi	9h30 - 12h00	Ecole de dessin Saint-Lô Centre culturel	4 octobre (toute la journée), 8 novembre, 6 décembre
Aquarelle: Atelier libre	Ghislaine Lefilleur	mardi	17h00 à 19h00	* MDA - salle 2	14 octobre, 18 novembre, 2 et 16 décembre

Musique					
Chant choral	Marie Harrous	jeudi	14h00 - 15h30	Pôle associatif de l'Aurore	Toutes les semaines à partir du 2 octobre sauf le 4 décembre AG Antenne
Ecoute musicale	Marie Harrous	jeudi	16h00 - 17h30	* MDA - salle 1	Toutes les semaines à partir du 2 octobre sauf le 4 décembre AG Antenne
Danse (en ligne et danse du monde) Débutants	Patrice Clément	lundi	14h00 - 15h15	* MDA - salle de danse	6 octobre, 3 et 17 novembre, 1er et 15 décembre
Danse (en ligne et danse du monde) Confirmés	Patrice Clément	lundi	15h15 - 16h30	* MDA - salle de danse	6 octobre, 3 et 17 novembre, 1er et 15 décembre

Sciences humaines et sociales					
Atelier Ecriture	Elisabeth Morin	lundi	14h00 - 16h00	* MDA - salle 1	13 octobre, 24 novembre, 8 décembre

Club de lecture	Françoise Brasy	lundi	14h30 - 16h30	* MDA - salle 5	6 octobre, 3 et 17 novembre, 1er et 15 décembre
------------------------	------------------------	-------	---------------	-----------------	---

VISIOCONFERENCES INTER-ANTENNES

Pôle Sciences	G. Cherbit, JP. Rame G. Kugel, A. Guigne A. Roussière	mercredi	17h30 - 19h00	Visioconférence	15 octobre (présentation), 5, 12, 19 et 26 novembre, 3 et 10 décembre
Histoire de l'art	Elisabetta Daturi	mardi	17h30 - 19h30	Visioconférence	25 novembre, 9 décembre
Philosophie	F. Villain Carapella	jeudi	17h30 - 19h00	Visioconférence	6 et 20 novembre, 18 décembre
Histoire des Normands	P. Duval	jeudi	10h00 - 11h30	Visioconférence	Début 2026
Géopolitique maritime et Géostratégie	G. Géronde	jeudi	17h30 - 19h00	Visioconférence	13 novembre, 11 décembre
Economie Economie politique	D. Fleutot N. Bénéès	lundi	17h30 - 19h00	Visioconférence	10, 17 et 24 novembre, 1er et 8 décembre
Histoire des religions	S. Encel	vendredi	17h30 - 19h00	Visioconférence	7 et 21 novembre, 5 décembre
Architecture	A. Buschaud	mardi	17h30 - 19h00	Visioconférence	4 et 18 novembre, 2 et 16 décembre

JEUX DE SOCIETE

Echecs Initiation	Alain Flotte	jeudi	14h00 - 15h30	* MDA - salle 2	6 et 20 novembre, 4 et 18 décembre
Bridge débutant	Jean-Paul Rouch	lundi	14h00 - 15h00	* MDA - salle 2	Toutes les semaines à partir du 6 octobre
Bridge	Jean-Paul Rouch	lundi	14h00 - 17h30	* MDA - salle 2	Toutes les semaines à partir du 6 octobre
Scrabble	Michel Guillaume	vendredi	14h00 - 16h00	* MDA - salle 5	Toutes les semaines à partir du 3 octobre
Tarot	Yves Laubel	mardi	14h00 - 17h00	* MDA - salles 2 et 3	Toutes les semaines à partir du 7 octobre

SPORT ET BIEN ETRE - ACTIVITES PHYSIQUES

Gymnastique - Relaxation	Dorothee Bréhier	mardi	9h00 - 10h00	Salle Julien Lebas	Toutes les semaines à partir du 7 octobre
		mardi	10h00 - 11h00		Toutes les semaines à partir du 7 octobre
		mardi	14h00 - 15h00		Toutes les semaines à partir du 7 octobre
Gymnastique douce	Dorothee Bréhier	mardi	11h00 - 12h00	Salle Julien Lebas	Toutes les semaines à partir du 7 octobre
Gym Equilibre	Véronique Carrière	jeudi	17h00 - 18h00	Salle Gendrin	Toutes les semaines à partir du 2 octobre sauf le 4 décembre AG Antenne
Pilates	Véronique Carrière	jeudi	18h00 - 19h00	Salle Gendrin	Toutes les semaines à partir du 2 octobre sauf le 20 novembre et le 4 décembre AG Antenne
Qi gong	Joo Teoh	jeudi	13h30 - 14h30 14h30 - 15h30	Salle Julien Lebas	Toutes les semaines à partir du 9 octobre sauf le 4 décembre AG Antenne
Relaxation Taiji	Joëlle Dozolme	jeudi	Débutants 9h15 - 10h15 Avancés 10h15 - 11 h15 Perfection 11h15 - 12h15	* MDA - salle de danse	Toutes les semaines à partir du 2 octobre sauf le 4 décembre AG Antenne
Yoga	Antoine Penou	vendredi	Groupe 1 : 8h45 - 10h00 Groupe 2 : 10h00 - 11h15 Groupe 3 : 11h15 - 12h30	* MDA - salle de danse	Toutes les semaines à partir du 3 octobre
Sophrologie *	Laurent Gréard	lundi	11h00 - 12h00 14h00 - 15h00 15h10 - 16h10	* MDA - salle Théâtre	Toutes les semaines à partir du 6 octobre
Golf *	Bruno Hérauville	jeudi vendredi	10h - 11h ou 11h - 12h Sera précisé à chaque adhérent inscrit	Terrain de golf à Saint-Lô	Découverte : 2, 3, 9, 10, 16 et 17 octobre Initiés : Printemps 2026 - Professeur : Xavier Beignon
Pétanque	Guy Robiolle	vendredi	13h45	Boulodrome Agneaux	Toutes les semaines à partir du 3 octobre
Tennis de table	Monique Guérard	jeudi	10h00 - 12h00	Centre sportif Saint-Ghislain	Toutes les semaines à partir du 2 octobre sauf le 4 décembre AG Antenne
Tir à l'arc	Francs Archers Agneaux	vendredi	16h30 - 18h00	Salle des sports Agneaux	Toutes les semaines à partir du 3 octobre

SPORT ET BIEN ETRE - RANDONNEES ET MARCHE NORDIQUE

Randonnées - Marches de santé

Marches oxygénation	Eveline Duhamel	mercredi	13h30	Parking près de l'ascenseur à la Dollée	Toutes les semaines à partir du 1er octobre
Marche/Rando	Eveline Duhamel	lundi	9h30 - 11h30	Parking près de l'ascenseur à la Dollée	Toutes les semaines à partir du 6 octobre
Marches de santé	Denis Duclos	lundi	9h45	Parking près de l'ascenseur à la Dollée	13 octobre, 3 et 17 novembre, 1er et 15 décembre

Marche nordique

Marche nordique	Stade St-Lois Athlétisme	lundi	Débutants 13h30 - 14h30	Le 06/10 : Stade Berthélem	Toutes les semaines à partir du 6 octobre
Marche nordique	Stade St-Lois Athlétisme	lundi	Intermédiaire 15h00 - 17h00	Le 06/10 : Chemin de halage - Parking après la Manche Libre	Toutes les semaines à partir du 6 octobre
Marche nordique	Eric Mignot	lundi	Confirmés	Le 06/10 : à 13h45 - Devant Eglise Ste Croix - St-Lô ou 14h00 - Gourfaleur - Parking du pont bord de Vire	Toutes les semaines à partir du 6 octobre

Si une activité programmée tous les quinze jours ne peut avoir lieu une semaine, quelle qu'en soit la raison, le calendrier fixé pour les semaines suivantes ne change pas, le cours manquant pourra être récupéré dans l'intervalle, si cela est possible, ou en fin d'année.

Les nouvelles activités de l'année 2025-2026 sont indiquées en italique et surlignées en vert

** Activité avec participation financière*

Date de mise à jour : 02/10/2025

PALEOGRAPHIE ET RECHERCHE DANS LES ARCHIVES

Les Archives départementales renouvellent les ateliers de paléographie pour la fin de l'année 2025. Le planning de 2026 sera vu en début d'année.

Nous vous rappelons que ces formations sont assurées par le personnel des Archives Départementales. Si vous souhaitez participer à l'une ou l'autre de ces séances, il est impératif de vous inscrire : à l'accueil des Archives, par téléphone au 02 33 75 10 10 ou par mail à archives50@manche.fr.

A noter qu'il n'est pas nécessaire d'être adhérent à l'UIA pour participer à ces cours.

L'inscription se fera lors du premier atelier,

Ateliers Paléographie (10h00 - 11h30)

Vendredi 17 octobre 2025	Atelier Paléographie (Benoît Laiguedé et Nicolas Abraham)
Vendredi 28 novembre 2025	