



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 7 janvier
Conversation anglaise Débutants	Philippe Bertrand	mercredi	10h00 - 11h00	* MDA - salle 1	Toutes les semaines à partir du 7 janvier
Conversation anglaise Débutants	Edouard Mons	mercredi	10h00 - 11h30	* MDA - salle 2	Toutes les semaines du 7 janvier au 29 avril (sauf le 11 mars et le 1er avril)
Anglais 2	Stéphane Cavalin	lundi	17h15 - 18h15	* MDA - salle 1	Toutes les semaines à partir du 5 janvier
Anglais 3	Stéphane Cavalin	lundi	18h15 - 19h15	* MDA - salle 1	Toutes les semaines à partir du 5 janvier
Anglais 4	Stéphane Cavalin	mercredi	17h15 - 18h15	* MDA - salle 1	Toutes les semaines à partir du 7 janvier
Anglais 5	Stéphane Cavalin	mercredi	18h15 - 19h15	* MDA - salle 1	Toutes les semaines à partir du 7 janvier
Conversation anglaise Confirmés	Philippe Bertrand	mercredi	11h00 - 12h00	* MDA - salle 1	Toutes les semaines à partir du 7 janvier

Allemand Débutants	Marcelle Bléas-Franke	vendredi	10h00 - 10h45	* MDA - salle 2	Toutes les semaines à partir du 9 janvier
Allemand Intermédiaire	Marcelle Bléas-Franke	vendredi	10h45 - 11h30	* MDA - salle 2	Toutes les semaines à partir du 9 janvier
Allemand conversation	Marcelle Bléas-Franke	jeudi	9h30 - 10h30	* MDA - salle 1	Toutes les semaines à partir du 8 janvier

Espagnol Débutants et Niv 1	Ruth Reymundo	vendredi	15h30 - 16h30	* MDA - salle 1	Toutes les semaines à partir du 9 janvier
Espagnol Niv 2 Intermédiaire	Ruth Reymundo	vendredi	16h30 - 17h30	* MDA - salle 1	Toutes les semaines à partir du 9 janvier
Espagnol Niv 3 conversation	Ruth Reymundo	vendredi	17h30 - 18h30	* MDA - salle 1	Toutes les semaines à partir du 9 janvier

Italien Niv 1 (pas de débutants)	Rosanna Alba	vendredi	9h00 - 10h00	* MDA - salle 1	Toutes les semaines à partir du 9 janvier
Italien Niv 2 Intermédiaire	Rosanna Alba	vendredi	10h00 - 11h00	* MDA - salle 1	Toutes les semaines à partir du 9 janvier
Italien Niv 3 Perfect/Convers	Rosanna Alba	vendredi	11h00 - 12h00	* MDA - salle 1	Toutes les semaines à partir du 9 janvier
Langue des SIGNES	Audrey Gastebois	lundi	10h00 - 11h00	* MDA - salle 1	Toutes les semaines à partir du 5 janvier
Langue NORMANDE	Louis Lefèvre	vendredi	13h45 - 15h15	INSPE Amphi ou salle de classe	9 et 23 janvier, 6 février, 6 et 20 mars, 10 avril

ARTS ET CULTURE

Disciplines Artistiques					
Arts contemporains	Jean-Yves Lepetit	vendredi	10h00 - 11h30	* MDA - Salle A. Fournier	23 janvier, 13 mars
Ecume des Films *		mercredi	16 h 00	Cinémoviking Saint-Lô	2ème mercredi de chaque mois à partir du 14 janvier
Histoire du Cinéma et de la photographie	Dominique Briand	mardi	16h00 - 18h00	Auditorium Médiathèque	27 janvier, 31 mars
Histoire de l'art	Béatrice Bérard	lundi	14h30 - 16h00	* MDA - Salle A. Fournier	5 et 19 janvier, 2 février, 2, 16 et 30 mars, 4 mai

Sciences humaines et sociales					
Cours	Enseignant	Jour	Horaire	Salle	Fréquence
Conférences		mardi	14h30 - 16h30	Auditorium des Archives départementales	Toutes les semaines à partir du 6 janvier
Sociologie	M-Claude Faÿs	mardi	17h15 - 18h15	INSPE Amphi	Toutes les semaines du 6 janvier au 27 janvier
Sciences économiques	Jean-Yves Letessier	vendredi	11h00 - 12h00	* MDA - Salle A. Fournier	Toutes les semaines du 30 janvier au 10 avril (sauf le 13 mars)
Biologie	Dominique Dress	mercredi	10h00 - 11h00	Salle de conférences - Centre culturel - La Source	7 et 21 janvier, 4 février, 4 et 18 mars, 1er avril
Histoire	Dominique Briand	jeudi	11h00 - 12h00	Salle de conférences - Centre culturel-La Source	8 janvier, 5 et 12 février, 5 et 19 mars, 2 avril
Littérature	Marcelle Simon	mardi	10h30 - 11h45	* MDA - salle 1	6 et 20 janvier, 3 février, 3, 17 et 31 mars
Questions de philosophie	Jean-Yves Bodergat	mercredi	10h00 - 11h30	Salle de conférences - Centre culturel - La Source	14 et 28 janvier, 11 février, 11 et 25 mars, 8 et 29 avril, 6 mai

OENOLOGIE

Oenologie *	Vincent André	mercredi	10h00 - 12h00	* MDA - Salle A. Fournier	Groupe 1 : 14 janvier, 11 mars, 8 avril Groupe 2 : 21 janvier, 18 mars, 1er avril
-------------	---------------	----------	---------------	---------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------

* *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	10h30 - 12h00	Salle de Mesnilcroc	Toutes les semaines à partir du 9 janvier
Troupe de théâtre	Patricia Le Courtois	mardi	14h00 - 17h00	Salle de Mesnilcroc	Toutes les semaines à partir du 6 janvier
Dessin-peinture	Jane Motin	jeudi	9h30 - 12h00	Ecole de dessin Saint-Lô Centre culturel	Toutes les semaines à partir du 8 janvier
Dessin-peinture-Techniques humides (encre de chine) Initiation	Jane Motin	samedi	9h30 - 12h00	Ecole de dessin Saint-Lô Centre culturel	24 janvier, 7 février, 14 mars, 4 avril, 23 mai
Aquarelle: carnets de voyage Initiation	Laurence Briand	samedi	9h30 - 12h00	Ecole de dessin Saint-Lô Centre culturel	24 janvier, 14 mars, 4 avril, 23 mai
Aquarelle: Atelier libre	Ghislaine Lefilleur	mardi	17h00 à 19h00	* MDA - salle 2	13 et 27 janvier, 10 février, 10 et 24 mars, 7 avril, 5 et 19 mai

Musique

Chant choral	Marie Harrous	jeudi	14h00 - 15h30	Pôle associatif de l'Aurore	Toutes les semaines à partir du 8 janvier
Ecoute musicale	Marie Harrous	jeudi	16h00 - 17h30	* MDA - salle 1	Toutes les semaines à partir du 8 janvier
Danse (en ligne et danse du monde) Débutants	Patrice Clément	lundi	14h00 - 15h15	* MDA - salle de danse	5 et 19 janvier, 2 février, 2, 16 et 30 mars, 27 avril
Danse (en ligne et danse du monde) Confirmés	Patrice Clément	lundi	15h15 - 16h30	* MDA - salle de danse	5 et 19 janvier, 2 février, 2, 16 et 30 mars, 27 avril

Sciences humaines et sociales

Atelier Ecriture	Elisabeth Morin	lundi	14h00 - 16h00	* MDA - salle 1	19 janvier, 2 février, 9 mars, 30 mars, 18 mai
Club de lecture	Françoise Brasy	lundi	14h30 - 16h30	* MDA - salle 5	12 et 26 janvier, 9 février, 2 et 16 mars, 27 avril, 11 mai

VISIOCONFERENCES INTER-ANTENNES

Pôle Sciences	G. Cherbit, JP. Rame G. Kugel, A. Guigne A. Roussière	mercredi	17h30 - 19h00	Visioconférence	7, 14, 21 et 28 janvier, 4 février, 4, 11, 18 et 25 mars
Histoire de l'art	Elisabetta Daturi	mardi	17h30 - 19h30	Visioconférence	6 janvier, 3 février, 3, 17 et 31 mars, 28 avril, 12 et 26 mai
Philosophie	F. Villain Carapella	jeudi	17h30 - 19h00	Visioconférence	15 et 29 janvier, 12 février, 12 et 26 mars
Histoire des Normands	P. Duval	jeudi	10h00 - 11h30	Visioconférence	15 janvier, 12 février, 12 mars
Géopolitique maritime et Géostratégie	G. Géronde	jeudi	17h30 - 19h00	Visioconférence	8 janvier, 5 février, 5 mars, 2 avril
Economie Economie politique	D. Fleutot N. Bénéès	lundi	17h30 - 19h00	Visioconférence	19 et 26 janvier, 2 et 9 février, 2 et 23 mars, 4 mai
Histoire des religions	S. Encel	vendredi	17h30 - 19h00	Visioconférence	9 et 23 janvier, 6 février, 6 et 207 mars, 3 et 10 avril
Architecture	A. Buschaud	mardi	17h30 - 19h00	Visioconférence	13 et 27 janvier, 10 février

JEUX DE SOCIETE

Echecs Initiation	Alain Flotte	jeudi	14h00 - 15h30	* MDA - salle 2	8 et 22 janvier, 5 février, 5 et 19 mars, 2 et 30 avril, 21 mai
Bridge débutant	Jean-Paul Rouch	lundi	14h00 - 15h00	* MDA - salle 2	Toutes les semaines à partir du 5 janvier
Bridge	Jean-Paul Rouch	lundi	14h00 - 17h30	* MDA - salle 2	Toutes les semaines à partir du 5 janvier
Scrabble	Michel Guillaume	vendredi	14h00 - 16h00	* MDA - salle 5	Toutes les semaines à partir du 9 janvier
Tarot	Yves Laubel	mardi	14h00 - 17h00	* MDA - salles 2 et 3	Toutes les semaines à partir du 6 janvier

SPORT ET BIEN ETRE - ACTIVITES PHYSIQUES

Gymnastique - Relaxation	Dorothee Bréhier	mardi	9h00 - 10h00	Salle Julien Lebas	Toutes les semaines à partir du 6 janvier
		mardi	10h00 - 11h00		Toutes les semaines à partir du 6 janvier
		mardi	14h00 - 15h00		Toutes les semaines à partir du 6 janvier
Gymnastique douce	Dorothee Bréhier	mardi	11h00 - 12h00	Salle Julien Lebas	Toutes les semaines à partir du 6 janvier
Gym Equilibre	Véronique Carrière	jeudi	17h00 - 18h00	Salle Gendrin	Groupe 1 : 8, 15, 22 et 29 janvier Groupe 2 : Toutes les semaines du 5 février au 21 mai
Pilates	Véronique Carrière	jeudi	18h00 - 19h00	Salle Gendrin	Toutes les semaines à partir du 8 janvier
Qi gong	Joo Teoh	jeudi	13h30 - 14h30 14h30 - 15h30	Salle Julien Lebas	Toutes les semaines à partir du 15 janvier
Relaxation Taiji	Joëlle Dozolme	jeudi	Débutants 9h30 - 10h30 Avancés 10h30 - 11 h30 Perfection 11h30 - 12h15	* MDA - salle de danse	Toutes les semaines à partir du 8 janvier
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 16 janvier (sauf le 13 mars)
Sophrologie *	Laurent Gréard	lundi	11h00 - 12h00 14h00 - 15h00 15h10 - 16h10	* MDA - salle Théâtre	Toutes les semaines à partir du 5 janvier
Golf *	Xavier Beignon	jeudi vendredi	10h - 11h ou 11h - 12h Sera précisé à chaque adhérent inscrit	Terrain de golf à Saint-Lô	En attente
Pétanque	Guy Robiolle	vendredi	13h45	Boulodrome Agneaux	Toutes les semaines à partir du 9 janvier
Tennis de table	Monique Guérard	jeudi	10h00 - 12h00	Centre sportif Saint-Ghislain	Toutes les semaines à partir du 8 janvier
Tir à l'arc	Francs Archers Agneaux	vendredi	16h30 - 18h00	Salle des sports Agneaux	Toutes les semaines à partir du 9 janvier

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 7 janvier
Marche/Rando	Eveline Duhamel	lundi	9h30 - 11h30	Parking près de l'ascenseur à la Dollée	Toutes les semaines à partir du 5 janvier
Marches de santé	Denis Duclos	lundi	9h45	Parking près de l'ascenseur à la Dollée	5 et 19 janvier, 1er février, 2, 16 et 30 mars, 27 avril, 11 mai, 1er juin

Marche nordique

Marche nordique	Stade St-Lois Athlétisme	lundi	Débutants 13h30 - 14h30	Le 05/01 : Saint Fromond, Parking de la Halle couverte des Gabariers	Toutes les semaines du 5 janvier au 9 février
Marche nordique	Stade St-Lois Athlétisme	lundi	Intermédiaire 15h00 - 17h00	Le 05/01 : Saint Fromond, Parking de la Halle couverte des Gabariers	Toutes les semaines à partir du 5 janvier
Marche nordique	Eric Mignot	lundi	Confirmés	Le 05/01 : à 13h45 - Devant Eglise Ste Croix - St-Lô ou 14h00 - Canisy parking de la mairie	Toutes les semaines à partir du 5 janvier 2026

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*

27/03/2026

PALEOGRAPHIE ET RECHERCHE DANS LES ARCHIVES

Les Archives départementales renouvellent les ateliers de paléographie pour l'année 2026. 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)

10/04/2026	Nicolas ABRAHAM
24/04/2026	