

Venez découvrir les associations des communes de Logonna-Daoulas et Daoulas.



**FORUM
DES
ASSOCIATIONS**
SAMEDI 7 SEPTEMBRE

SALLE KEJADENN - LOGONNA-DAOULAS
9H30 À 13H

Inscriptions : mairie@logonna-daoulas.bzh

► SPORT BIEN-ÊTRE



C'est la rentrée ! A partir du 16 septembre, les activités reprennent.

Pour les adultes :

Gym tonique : 06 47 22 14 44 / 06 17 08 06 12

Stretching : 06 62 63 26 15

Pilates : 06 76 77 19 47 / 06 33 70 90 89

Gym d'entretien : 06 16 74 60 33 / 06 68 31 73 05

Yoga : 06 79 48 98 76 / 06 71 74 11 18

Zumba : 06 02 26 67 32

Tennis de table : 07 68 89 39 29

Pour les enfants :

Ateliers cirque : 06 62 30 37 66

Ateliers danse : 06 65 63 47 33

Pour tous les renseignements sur les créneaux et les horaires, vous pourrez rencontrer des membres de l'association lors du Forum des Assos du 7 septembre ou contacter les référents de chaque activité.

Le programme est également détaillé sur l'application IntraMuros.

► LA BIBLIO



La Biblio reprend ses horaires habituels !
Mercredi : 10h30 à 12h30 et 16h30 à 18h30

Samedi : 10h30 à 12h30

Les activités et animations reprendront doucement leur rythme, en commençant par le retour d'Hermine et ses ateliers d'arts plastiques le mercredi 18 septembre de 14h30 à 16h15.

2€/enfant - Sur inscription au 07 85 54 79 94

bibliotheque.logonnadaoulas@gmail.com

FB Bibliothèque de Logonna



**Logonna
Daoulas**

est sur

IntraMuros

Google Play App Store

Téléchargement gratuit

» NOUVELLE ACTIVITÉ

LE PENCAK SILAT (prononcer Pènachak Silate) est un terme générique désignant les arts de combat du monde Malais (Malaisie, Indonésie, Brunei, Singapour). Le nom « Pencak » étant essentiellement utilisé sur Java et Bali, alors que le terme « Silat » est utilisé en Malaisie, à Sumatra, Singapour ou au Brunei. Le Pencak Silat fait partie intégrante des pratiques culturelles du monde Malais.

Le Pencak Silat se divise en trois parties : L'art, l'auto-défense et la spiritualité, une quatrième partie vient s'ajouter, le sport (olahraga). En Pencak Silat, tous les aspects du combat sont abordés : des percussions, des balayages, des projections, des clés, des luxations, des esquives et du combat contre et avec armes... Le Pencak Silat est avant tout un art de défense qui, appliqué intelligemment, devient très efficace. Ne s'appuyant pas sur la force physique, il peut être pratiqué par tous : hommes, femmes, enfants et personnes âgées (en Malaisie et en Indonésie, on compte un très grand nombre de femmes et d'enfants le pratiquant). La connaissance du Silat développe le caractère humain de ses pratiquants en accordant corps et esprit. Les malais répondent à la violence qui les entoure par l'audace et la ruse, non par l'agressivité. (Source Culture Silat)

LA CANNE DE COMBAT est un sport de combat armé de tradition Française. Le but est de marquer le plus de touches avec cette arme contondante, tout en se faisant le moins toucher. Sport ambidextre, les tireurs enchaînent des coups, sauts, fentes, voltes, esquives et parades dans des séries créatives afin d'essayer de toucher son adversaire. Ce sport de combat français qui associe des techniques ludiques et efficaces, permet aux hommes, femmes, petits et grands de vite maîtriser les quelques coups de bases. Les compétitions se pratiquent sous forme d'assaut en plusieurs reprises où les deux tireurs s'affrontent, vêtus de protections dans un cercle de 9 mètres de diamètre, ils cherchent à vaincre en mettant le plus de touches à son adversaire. Les tireurs utilisent des armes en bois de châtaignier conique et contondantes, mesurant 95 cm pour une masse d'environ 110 grammes. Elle se tient à une main. La compétition n'est pas la seule façon de s'épanouir dans la canne de combat ; une pratique sportive de loisir permet de maîtriser l'engin en gardant les techniques et la codification du sport tout en contrôlant la puissance des coups. Le combat se transforme alors en jeu de touches mais reste pour autant physique, dynamique et explosif. (Source CNCCB)

Lundis de 20h30 à 22h et mercredis d 19h à 20h30 - Salle Kejadenn contact : benjaminpons@orange.fr

L'association sera présente lors du Forum des Assos le 7 septembre



» LE FAR

Vous souhaitez jouer ou faire pratiquer le football à votre enfant (garçon ou fille), vous trouverez les renseignements sur le site du Football Associatif de la Rade :

<https://far29.fr/>

Le FAR sera également présent aux forums des associations le samedi 7 septembre, à Logonna et L'Hôpital-Camfrout à partir de 10 h.

» AR FROUD BIRVIDIG

Les cours de breton pour les personnes ayant quelques notions de la langue, et désireuses de parfaire leurs connaissances en la matière, reprendront cette prochaine année scolaire 2024/25, en la salle "Sein" du pôle associatif de l'Hôpital-Camfrout, tous les jeudis, de 18h30 à 20h.

La date du premier cours est normalement fixée au jeudi 17 Septembre prochain, les inscriptions seront prises lors du Forum des associations qui se tiendra dans la salle des sports de l'Hôpital-Camfrout, le samedi 7 Septembre prochain, à partir de 10h, ou à défaut, auprès de Jacques Emzivat : 02.98.25.88.28