

**GUIDE**

des

**ASSOCIATIONS**

**SPORTS**

**CULTURE ET LOISIRS**

**SOCIAL**

**2023/2024**

**CAPENDU**

# Sommaire

## Sports pages 3 à 5

Alaric Cyclos Club

Ateliers Gym'santé Séniors

ACCA

AICA

La Boule Sportive Capenducienne

Danse et Lumière

Football Club Alaric

Foyer Culturel Laïque

Handball Club Barbaira-Alaric

La Carpe Capenducienne

Rugby Club Alaric

## Culture et loisirs pages 6 et 7

Club du 3<sup>ème</sup> Age

Foyer Culturel Laïque

Objectif Image 11 Alaric

Comité des Fêtes

## Entraide page 8

Alaric Solidarité

Pot-potes de l'Alaric

UFC Que Choisir Aude/Pyrénées-Orientales

## ALARIC CYCLOS CLUB

Deux sorties hebdomadaires à 8h les mercredi et dimanche, au départ du parking du Terroir.  
Pause-café le dimanche 7 janvier 2024 à 8h et randonnée le dimanche 29 septembre 2024 à 7h au Grand Foyer.

### Contact

Président : W. MARCH 06.26.84.62.52

## ATELIERS GYM'SANTE SENIORS

Tous les mercredis de 9h à 10h au Foyer des Campagnes.

### Contact

Présidente : Brigitte POLLET

M. LAUZE 06.15.83.69.27 Mail : [mavie.apa@gmail.com](mailto:mavie.apa@gmail.com) Facebook : MAVIE.APA

## ACCA

Chasse d'août à février. TAN Concours de chasse pour les jeunes chien le 1er juillet 2023 au stade de CAPENDU.

### Contact

Président : R. D'ANGELO 04.68.79.01.87 Mail : [domframire@gmail.com](mailto:domframire@gmail.com)

## AICA

Chasse de grand gibier les mercredis, samedis et dimanches de 7h à 19h dans le massif de l'Alaric.

### Contact

Président : F. BELONDRADE

J-L. DOUTE 07.68.01.06.90

M. MERCIER 06.81.76.77.44 Mail : [j.doute@orange.fr](mailto:j.doute@orange.fr)

## BOULE SPORTIVE CAPENDUCIENNE

Repas et concours	Tous les mardis de début mai à début octobre de 17h30 à 00h30	Grill du stade et terrain de pétanque
-------------------	---	---------------------------------------

### Contact :

Présidente : S. VIDAL 06.31.91.26.19

M-H. FLEURY 06.17.48.64.49

Mail : [capenduboule@gmail.com](mailto:capenduboule@gmail.com)

## DANSE ET LUMIERE

Cours enfants à partir de 4 ans	Mardi 17h15-18h15 (salle omnisport)
Cours Pré-ados	Mardi 18h15-19h15 (salle omnisport)
Cours Adultes	Mardi 19h15-20h15 (salle omnisport)

### Contact

Président : C. JUFFROY

Professeur : C. SERRE 06.83.56.60.23 Mail : cocofdl@orange.fr

## FOOTBALL CLUB ALARIC

Mini foot (enfants nés en 2018 et 2019) Renseignements : 06.71.44.04.54	Jeudi 17h30 à 18h30
U7 (enfants nés en 2017 et 2018) Renseignements : 07.83.55.95.05	Mercredi 17h à 18h
U9 (enfants nés en 2015 et 2016) Renseignements : 06.35.43.50.57	Mercredi 17h à 18h
U11 (enfants nés en 2013 et 2014) Renseignements : 06.40.59.52.33	Lundi 17h30 à 19h Jeudi 17h30 à 19h
U13 (enfants nés en 2011 et 2012) Renseignements : 06.80.81.68.33	Lundi 18h à 19h30 Jeudi 18h à 19h30
Féminines à partir de 16 ans Renseignements : 06.08.56.25.60	Mardi 19h30 à 21h à Capendu Jeudi 19h30 à 21h à Cazilhac

### Contact

Président : D. LACOTE

Secrétaire : M. DUPLESSY 07.83.55.95.05 Mail : footclubalaric@gmail.com

Stade Michel Berlanga 11700 CAPENDU

## FOYER CULTUREL LAIQUE

Fitgym (Véronique Abadie) Renseignements : 07 83 26 89 10	Lundi/mercredi 17h30 à 18h30, 18h45 à 19h45	Au Foyer des Campagnes
Judo (Marie Plantade/Grégory Huber) Renseignements : 06 14 47 63 92 06 16 44 49 32	Jeudi 17h15/18h 4-5 ans, 18h/19h 6-10 ans, 19h/20h 11ans et plus	A la Salle omnisport (entre maternelle et élémentaire)

### Contact

Présidente : N. EININGER

Trésorière : M. CAMEL 04.68.79.19.96

## HANDBALL CLUB BARBAIRA ALARIC

Entraînements BabyHand	Mercredi 17h-18h	Gymnase de CAPENDU
Entraînements -9ans	Mercredi 17h30-18h30	
Entraînements -15M	Lundi 18h30-20h Mercredi 18h30-20h	
Entraînements -18M	Mercredi 18h30-20h Vendredi 18h30-20h	
Entraînements Loisirs mixte	Vendredi 18h30-20h	

### Contact

Président : Cédric LÉTUVÉ 06.72.11.03.31

Mail : hbcbarbaira-alaric@outlook.com

## LA CARPE CAPENDUCIENNE

Lâcher de truites à partir du mois de mars (ouverture générale) environ tous les 15 jours jusqu'à juin au Lac. Deux lâchers de truites en octobre à Aude et au lac. Le permis de pêche est pris sur Internet, choisir l'AAPPMA : UPA (Union des Pêcheurs de l'Aude 24, rue Minerve 11800 TREBES). Pour pêcher au Lac, en plus du permis, une carte est obligatoire.

### Contact

Président : J. GARCIA

Trésorier : J. LACOMA 06.66.36.54.94 Mail : jean.lacoma@sfr.fr

## RUGBY CLUB ALARIC

Ecole De Rugby 6 à 14 ans	Mardi 18h à 19h	CAPENDU
Entraînements séniors	Mercredi 19h-20h30	CAPENDU
Entraînements Minimettes filles Panthères 12 à 15 ans	Jeudi 18H30-20H	CAPENDU
Entraînements Cadettes filles Panthères 15 à 18 ans	Jeudi 19h30-21h	CAPENDU
Matches séniors RCA équipe 1 et réserve	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le 12 novembre 2023 13h30 contre Millas</li> <li>Le 17 décembre 2023 15h contre Côte Vermeille</li> <li>Le 4 février 2024 13h30 contre Cuxac-Ouveillan</li> <li>Le 3 mars 2024 15h contre Kercorb-Chalabre</li> </ul>	CAPENDU

### Contact

Président : Sébastien DARZENS 06 84 52 19 45 Mail : rugby.club.alaric@gmail.com

Site internet : <https://www.rcalaric.fr/>

# Culture et loisirs

## CLUB DU 3ème AGE

Loto	Le premier ou deuxième jeudi de chaque mois (sauf juillet et août) à 14h30 au Grand Foyer.
Concours de belote	Les mercredis soir à partir de 21h à la salle du 3ème âge.
Jeux de société	Les mardis à partir de 14h à la salle du 3ème âge.
Repas	Le 19 octobre et le 14 décembre 2023 à 12h au Grand Foyer
Voyage	Le 30 novembre 2023 aux caves de Thuir à la Jonquéra

### Contact

Président : C. OSMONT 06.08.06.62.82

Salle du 3ème âge, rue de la mairie 11700 CAPENDU

Mail : [claud.osmont@sfr.fr](mailto:claud.osmont@sfr.fr) Site internet : [www.capendu3age.free.fr](http://www.capendu3age.free.fr)

## FOYER CULTUREL LAIQUE

Peinture sur soie	Lundi 14h30/16h30 adultes Mercredi 14h30/15h30 enfants	Salle rez-de-chaussée ancien SIVOM place de la mairie
Chorale	Lundi 20h30/22h	Foyer des Campagnes
Peinture	Mercredi après-midi 14h	Salle face à la poste
Centre de loisirs/ALAE 04 68 79 17 47	Jours de classe 7h30/8h45, 12h/13h45, 16h30/18h30 Mercredi 7h30/18h30	Centre de loisirs, Chemin des Pauvres
Capado 04 68 26 05 43	<u>Période scolaire</u> : lundi, mardi, jeudi, vendredi : 16h30/18h Mercredi : 14h/19h	Salle des ados au stade
Atelier d'écriture		Salle 1er étage ancien SIVOM

### Contact

Présidente : N. EININGER

Trésorière : M. CAMEL

04.68.79.19.96

## OBJECTIF IMAGE 11 ALARIC

Réunion ordinaire	Les 1ers et 3èmes mercredis de chaque mois au local place de la Mairie (ancien SIVOM).
Activités photographiques au Capado et à EHPAD	
Exposition photographique annuelles	Le 19 et 20 janvier 2024 à la médiathèque le Chai
Exposition concours Capendu	Le 2 février 2023 à la salle du Trésor (ancienne perception)
Rencontres photographiques de l'Alaric	Du 31 mai au 2 juin 2023 à la salle du Trésor (ancienne perception), au Lavoir, à la médiathèque le Chai, à l'EHPAD les Figières et au Grand Foyer

### Contact

Président : P. MILIAN 06.66.34.48.88 Mail : [pcoi.alaric11@gmail.com](mailto:pcoi.alaric11@gmail.com)

Instagram : [objectifimagealaric11](https://www.instagram.com/objectifimagealaric11), Facebook : oi.alaric

# Culture et loisirs

## COMITES DES FETES

Primeur	Vendredi 20 octobre 2023	Place de la Mairie
Fête de la Saint Martin	Vendredi 10, samedi 11 et dimanche 12 novembre 2023	Grand Foyer
Loto	Samedi 9 décembre 2023	Grand Foyer
Vide-grenier	Samedi 20 ou dimanche 21 janvier 2024	Grand Foyer
Fête de la bière	Samedi 9 mars 2024	Grand Foyer
Muguet	Mercredi 1 <sup>er</sup> mai 2024	Dans le village
Fête de la Saint Jean	Samedi 22 juin 2024	Au stade
Fête d'été	Samedi 13 juillet 2024	Au stade

### Contact

Présidente : M. FOURES 06.77.71.56.32

Mail : mariedol.foures@yahoo.fr, Facebook : Comitattedelasfestas Campendut

# Entraide

## ALARIC SOLIDARITE (Association d'entraide pour personnes en difficulté)

Distribution alimentaire (sur inscription) à l'association	Lundis et jeudis, les semaines paires de 14h à 16h à l'association
Vente friperie et brocante (ouvert à tous) à l'association	Tous les mardis de 9h à 12h30 et 14h à 17h00 Les lundis et jeudis, semaines paires de 9h à 12h et de 14h à 16h
Loto	Le 7 octobre au Grand Foyer
Noël (remise de paniers de Noël aux bénéficiaires)	En décembre 2023, lors de distributions alimentaires
Carnaval	Printemps 2024
Vide-grenier nocturne	Juillet 2024 (date à définir)
Vide-grenier nocturne	Août 2024 (date à définir)
Soirée Ciném'Aude	Été 2024 (date à définir)

### Contact

Local : 19 avenue du Languedoc, face au Top du Roulier

Présidente : S. CARRERAS 06.59.33.23.93 Trésorière : L. NOEL 06.64.08.49.01

Mail : [alaricsolidarite@gmail.com](mailto:alaricsolidarite@gmail.com), Facebook : Alaric solidarité

## POT-POTES DE L'ALARIC (groupement d'achat Bio et local)

Commandes de légumes	Toutes les semaines
Commandes de fromages	Selon les besoins
Commandes de pommes et dérivés	Tous les mois pendant la saison
Commandes d'épice	Tous les 4 à 5 mois
Commande d'agrumes	Tous les mois de septembre à juin
Des ateliers tout au long de l'année.	

### Contact

Y. GRACIA 06.73.23.72.93, E. UNTERNAHR : 06.12.35.67.41 et T. LASSEEL : 06.66.20.83.08

Mail : [contact@pot-potes.fr](mailto:contact@pot-potes.fr), site : [www.pot-potes.fr](http://www.pot-potes.fr)

## UFC QUE CHOISIR AUDE/PYRENEES ORIENTALES

Défense des consommateurs	Du lundi au jeudi de 8h30 à 13h et de 13h30 à 16h30
---------------------------	---

### Contact

Président : BALBASTRE Philippe

Local : 13 rue de la Mairie 04.68.47.64.00

Mail : [contact@aude-pyreneesorientales.ufcquechoisir.fr](mailto:contact@aude-pyreneesorientales.ufcquechoisir.fr)

Site : [www.aude-pyreneesorientales.ufcquechoisir.fr](http://www.aude-pyreneesorientales.ufcquechoisir.fr)

