

*Activités extrascolaires proposées  
durant l'année scolaire 2023-2024 sur  
la commune de  
La Hulpe*

# Table des matières

Affiche “La Grande Journée des sports et de l’extrascolaire” .....	3
--	---

## Les activités artistiques :

Le Workshop .....	4
MJ “Le Cerceau” .....	5
Ecole de la scène.....	6
Fondation Folon.....	7
École de danse classique Maria Del Mar.....	8
Street Art Studio.....	9
La Graine du Fou.....	10

## Équitation :

Equi-libres.....	11
------------------	----

## Hippothérapie :

Les rênes de la vie.....	12
--------------------------	----

## Les activités sportives :

Les Renards de La Hulpe.....	13
Centre sportif Solvay.....	14
Club de rugby La Hulpe.....	15
Ecole de Tennis A4TP.....	16
Royal La Hulpe Sporting Club.....	17
Royal Judo Aikido Club.....	18
Club d’ultimate Frisbee.....	19
Goju-Ryu Karaté.....	20
Phoenix Hockey.....	21

# LA GRANDE JOURNÉE

des sports et de l'extrascolaire  
À L'INITIATIVE DU CONSEIL CONSULTATIF COMMUNAL DE LA JEUNESSE

Samedi 9 septembre 2023

DÈS 13H



DÈS 11H

## TERRAIN DE BASKET

- VILLAGE DE L'EXTRASCOLAIRE
- ARTS DU CIRQUE
- INITIATION AU GRAFFITI
- BIENFAITS RELATIONNELS DU PONEY
- COMPRENDRE LA RÉALITÉ EN FAUTEUIL ROULANT
- MUR D'ESCALADE
- COMBAT DE GLADIATEURS

## PISCINE

- 11H00 : AQUAZUMBA
- 12H00 : AQUABOOST
- 12H30 : AQUASOFT
- 13H15 : AQUA STAND-UP
- 14H30 : WATER YOGA
- 15H00 : JEUX AQUATIQUES

## PARKING PISCINE

- MUR DES CHAMPIONS
- TAUREAU MÉCANIQUE

DÈS 11H

## CLUB DE TENNIS

- KRAV-MAGA/KARATÉ
- TENNIS

DÈS 13H

## TERRAIN DE RUGBY

- ULTIMATE FRISBEE
- RUGBY
- FOOTBALL

DÈS 16H

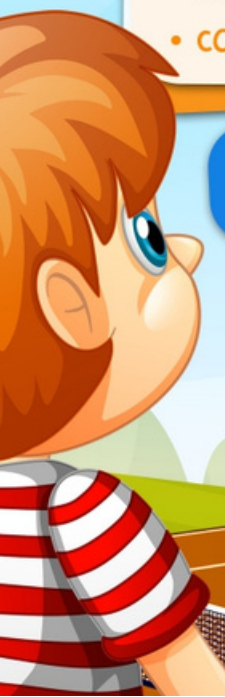
- CHALLENGE INTERGÉNÉRATIONNEL

## HALL OMNISPORT

- PING PONG
- FLOORBALL
- BASKET
- PARCOURS PSYCHOMOTRICITÉ
- JUDO/AIKIDO

## SALLE COURS COLLECTIFS

- 11H00 : GYM DOUCE
- 11H30 : ABDO HYPO
- 12H00 : BOOTY CIRCUIT
- 12H30 : ZUMBA
- 13H00 : DANSE 3-5 ANS
- 13H30 : BOODY GROOVE
- 14H00 : PILATES
- 14H30 : ABDOS FESSIERS
- 15H00 : PILATES
- 15H30 : YOGA SOFT
- 16H00 : YOGA



# LE WORKSHOP

**Age :** à partir de 8 ans

Fondé en 2015, le Workshop est une coopérative d'artisans professionnels qui a pour but de promouvoir et de valoriser l'artisanat et les savoirs-faire locaux.

Le Workshop met en lien tout un réseau de compétences qui compte aujourd'hui plus de 80 artisans et créateurs dans divers secteurs de l'artisanat. Les créateurs donnent des formations, stages et ateliers créatifs et proposent des suivis de projets. Le collectif ainsi que les bénévoles organisent aussi des événements, tel que le Festival de l'Artisanat et de la Création et bientôt des échanges internationaux sous forme de résidences d'artisans et de vacances/stages à thème.

# ACTIVITÉS PROPOSÉES

## **Couture ados (de 13 à 17 ans) :**

- 2 fois par mois, les vendredis de 17h à 19h
- Tarif : 30€/cours ou 170€/trimestre

Grâce à l'apprentissage des techniques de base de couture, de stylisme et de modélisme, ils réaliseront des accessoires textiles dans un premier temps puis des vêtements ou objets de décoration par la suite.

Je leur montrerai aussi qu'il peut y avoir un lien entre le patronage et les maths ou la teinture végétale et la chimie toute en développant leur créativité, leur imagination et leur spontanéité, le tout dans un esprit ludique.

## **Atelier touch'atou (de 8 à 12 ans) :**

- Les vendredis de 15h à 16h
- Tarif : 100€ / 10 ateliers (Matériel et équipements fournis)

Tous artistes dans l'âme, les enfants débordent d'imagination et de créativité. Il suffit de planter la graine pour faire émerger en eux des choses merveilleuses et étonnantes !

Dans cet atelier, il n'y aura pas de collier de pâtes, mais de la couture et de la teinture végétale avec Thu-Van et de la sculpture sur bois avec Frédé. Le but est d'éveiller leur créativité et de leur prouver qu'ils ont de l'or dans les mains.

# INFORMATIONS PRATIQUES

## **Inscription :**

- via mail

## **Site internet :**

- [www.workshopatelierboutique.com](http://www.workshopatelierboutique.com)

## **Pour toute information complémentaire :**

- **Tél. :** +32 2 653 42 64
- **E-mail :** [info@workshopatelierboutique.com](mailto:info@workshopatelierboutique.com)

## **Adresse :**

- Rue des combattants 104, 1310 La Hulpe

# MAISON DE JEUNES "LE CERCEAU"

**Age :** à partir de 6 et 12 ans

La maison de jeunes "Le Cerceau" est un centre de jeunes agréé par la communauté française de Belgique.

## ACTIVITÉS PROPOSÉES

**MJ Reporter (à partir de 12 ans) :**

- Un lundi sur deux de 17h à 19h

**Book Club (à partir de 12 ans) :**

- Un lundi sur deux de 17h à 19h

## ACTIVITÉS PROPOSÉES (SUITE)

**Sport à La Hulpe (6-26 ans) :**

- Les mardis de 17h à 18h

**Jeu de rôle niveau 1 (à partir de 12 ans) :**

- Les mardis de 17h à 19h

**Impro (à partir de 12 ans) :**

- Les mercredis de 14h à 16h

**Atelier chant :**

- Les jeudis de 17h à 19h

**Atelier Mao/Beatmaking :**

- Les vendredis de 17h à 19h

**Jeu de rôle niveau 2 (à partir de 15 ans) :**

- Un vendredi sur deux de 18h à 21h

**L'atelier culinaire :**

- Un vendredi sur deux de 18h à 21h

**Atelier Rap :**

- Un samedi sur deux de 14h à 18h

**Cerebr'art (à partir de 12 ans) :**

- Un samedi sur deux de 14h à 17h

## INFORMATIONS PRATIQUES

**Site internet :**

- [www.lecerceau.be](http://www.lecerceau.be)

**Pour toute information complémentaire :**

- **Tél. :** 02/652 10 99
- **E-mail :** [secretariat@lecerceau.be](mailto:secretariat@lecerceau.be)

**Adresses :**

- Rue du Tilleul 48, 1332 Genval
- Rue des Combattants 161, 1310 La Hulpe



# ÉCOLE DE LA SCÈNE

**Age :** à partir de 6 ans jusqu'à 18 ans

L'EDLS propose aux enfants (6-8 ans et 8-11 ans) et aux ados (11-14 ans et 14-18 ans) des sessions collectives de **théâtre**, de **chant**, de **danse** et de **musique**.

Celles-ci leur permettent de découvrir, d'apprendre, de développer leur créativité et de découvrir l'expérience de la scène.

Les cours sont donnés sur toute l'année scolaire. L'année se termine par la présentation des travaux sous la forme d'un cours ouvert aux parents et aux proches (Classes Ouvertes).

# ACTIVITÉS PROPOSÉES

**Impro (de 11 à 18 ans) :**

- Les lundis

**Claquettes (de 8 à 18 ans) :**

- Les mardis

**Danse (de 6 à 18 ans) :**

- Les mercredis, jeudis et samedis

**Théâtre (de 6 à 18 ans) :**

- Les mercredis et vendredis

**Chant (de 6 à 18 ans) :**

- Les mercredis et vendredis

**Voix et scène (de 11 à 18 ans) :**

- Les jeudis

**Musique (de 6 à 18 ans) :**

- Les lundis, mardis et mercredi

# INFORMATIONS PRATIQUES

**Site internet :**

- <https://www.edls.eu/>

**Inscription :**

- via le site internet

**Pour toute information complémentaire :**

- **Tél. :** 02/315 49 00
- **E-mail :** [clemence@edls.eu](mailto:clemence@edls.eu)

**Adresse :**

- Place Favresse 26, 1310 La Hulpe



# FONDATION FOLON

**Age :** à partir de 3 ans

La Fondation Folon organise des visites guidées, des ateliers et des activités qui permettent d'accueillir et de sensibiliser les élèves, dès l'âge de 3 ans. Plus de 15 000 jeunes visitent le musée chaque année.

Des médiations axées sur les valeurs humaines et universelles défendues par l'artiste enrichissent la réflexion. Des activités artistiques ouvrent le champ de la créativité et de l'imagination.

## ACTIVITÉS PROPOSÉES

### **Les visites libres**

Parcourez librement le musée avec vos élèves.

Le Ludicofolon, un livret individuel, peut leur donner des clés de lecture tout en s'amusant. En vente à l'accueil. 3€

### **Les visites guidées**

Partez à la découverte de l'univers de Jean-Michel Folon et des valeurs qui lui sont chères. De nombreuses thématiques sont abordées et certaines visites sont même insolites !

### **Les ateliers artistiques**

Les ateliers mettent en relation le programme scolaire de la Fédération Wallonie-Bruxelles et les grands thèmes de l'œuvre de Folon : l'écologie, les droits humains et l'illustration. L'aquarelle en est le fil conducteur

## INFORMATIONS PRATIQUES

### **Réservation :**

- uniquement par mail à [info@fondationfolon.be](mailto:info@fondationfolon.be)

### **Horaire :**

- Activités scolaires du mardi au vendredi de 09h à 17h

### **Tarifs du musée :**

- Prix d'entrée par élève au musée : 4€
- Prix d'entrée par élève au musée ET à l'exposition temporaire : 6€

### **Tarif des guidage :**

- Forfait du guide par visite : 90€
- Maximum 27 élèves par guide

### **Tarif des ateliers :**

- Forfait de l'animateur par atelier : 90€
- Maximum 27 élèves par atelier

Gratuité : enseignants, étudiants en art, accompagnateurs et chauffeurs.

# ECOLE DE DANSE CLASSIQUE MARIA DEL MAR

**Age :** à partir de 5 ans jusqu'à 18 ans

L'école de danse Maria del Mar vous propose des cours de danse classique à partir du 5 septembre.

## ACTIVITÉS PROPOSÉES

Pour les enfants du 1er niveau

- Lundi : 16h30 - 17h15

Pour les enfants du 4ème niveau

- Lundi : 17h30 - 18h45

Pour les enfants de 2ème niveau

- Mardi : 16h30 - 17h20

Pour les moyens AB

- Mardi : 17h30 - 18h45

Pour les enfants du 3ème niveau

- Jeudi : 16h30 - 17h20

Pour les moyens A

- Jeudi : 17h30 - 18h45

## INFORMATIONS PRATIQUES

**Site internet :**

- [www.mariadelmar.be](http://www.mariadelmar.be)

**Pour toute information complémentaire :**

- **E-mail :** [danse@mariadelmar.be](mailto:danse@mariadelmar.be)
- **Tél. :** 02/675 59 59 ou 0494/44 66 74

**Adresse :**

- Rue des combattants 112, 1310 La Hulpe -  
A l'école communale "Les Colibris"





# STREET ART STUDIO

## **Age : à partir de 6 ans**

Art de mouvoir le corps humain, constitué d'une suite de mouvements, souvent rythmés par de la musique, des instruments ou du chant... la danse!

Notre centre propose des cours de tout âge et de tout niveau, la variété des cours permet à chacun de trouver les disciplines qui lui conviennent et de progresser à son rythme. Les cours sont limités pour une ambiance humaine et chaleureuse, tout ayant toute l'attention nécessaire à une belle progression.

La volonté de partager ses compétences avec les plus et les moins doués est le fondement de notre enseignement. Chacun des professeurs est formé continuellement sur les nouvelles techniques d'enseignement afin de toujours remettre en question sa méthodologie pour mieux exploiter ses compétences.

Au delà de tout l'aspect technique, l'attention que nous portons à nos élèves est particulière car nous voulons qu'ils se sentent bien. Dans la sueur et la bonne humeur, nous allons exploiter le potentiel de chacun, créer de nouveaux liens et développer de la confiance en soi.

# ACTIVITÉS PROPOSÉES

- Danse Classique (à partir de 6 ans)
- Jazz- Modern Jazz (à partir de 8 ans)
- Classique Jazz (à partir de 8 ans)
- Contemporain (à partir de 8 ans)
- Girly (à partir de 12 ans)
- Freestyle/Breakdance (à partir de 8 ans)
- Hip-Hop (à partir de 6 ans)
- Hip-Hop Commercial (à partir de 12 ans)
- Dancehall/Ragga (à partir de 8 ans)
- Danse Africaine/Afro (à partir de 8 ans)
- Afro Ragga (à partir de 8 ans)
- Danse Fusion (à partir de 18 ans)
- Acrogym (à partir de 8 ans)
- Urban Dance Crew (à partir de 8 ans)
- Taille abdos Fessiers (à partir de 16 ans)
- HIIT (à partir de 16 ans)
- Yoga (à partir de 16 ans)
- Perfect Butt (à partir de 16 ans)
- Sh'Bam (à partir de 16 ans)
- Pilates (à partir de 16 ans)
- Body jam (à partir de 16 ans)
- Stretching( à partir de 16 ans)
- Cardio Boxing (à partir de 16 ans)
- Afro Fit
- Coach 4 you

# INFORMATIONS PRATIQUES

## **Site internet :**

- [www.streetartstudio.be](http://www.streetartstudio.be)

## **Inscription :**

- via le site internet [www.streetartstudio.be](http://www.streetartstudio.be)

## **Pour toute information complémentaire :**

- **Tél. :** 0488/264457
- **E-mail :** [artlife@streetartstudio.be](mailto:artlife@streetartstudio.be)

## **Adresse :**

- Pl. A. Favresse 69, 1310 La Hulpe

## **Tarifs cours de danse :**

- Cours à l'essai : 15€
- Le cours de danse : 245€
- La danse illimité : 980€
- 1 trimestre de cours (10 cours) : 100€

## **Tarifs cours de fitness :**

- La séance de cours-co : 15€
- Le jour de cours (fixe) : 250€ ou 25€/mois
- Les cours collectifs illimités : 500€ ou 50€/mois
- 10 séances SGT /Cours Co / Danse : 100€



# LA GRAINE DU FOU

**Age :** de 12 à 18 ans

Toute l'équipe de « Philémon et Compagnie » en collaboration avec Histrion Circus (école de cirque de Jodoigne) a le plaisir de vous annoncer la reprise des cours de cirque « Ados »

Toujours dans un esprit de loisirs et de détente, Philémon et Histrion Circus proposent un cours pour les jeunes mordus de cirque. Il s'agit maintenant d'utiliser le cirque comme un moyen d'autonomie.

Les « ados » sont invités à se spécialiser dans une ou plusieurs techniques qui les mèneront vers une approche de l'excellence. Il en résulte, chaque année, un spectacle préparé et construit par les élèves, qui fait l'âme de Philémon.

à vous revoir bientôt!

# ACTIVITÉS PROPOSÉES

**Cours cirque Ados (de 12 à 18 ans) :**

- Les samedis de 9h30 à 11h30
- Tarif : 210€ / année (30 séances)

Début des cours le samedi 30 septembre 2023 et fin en juin 2024.

# INFORMATIONS PRATIQUES

**Site internet ;**

- [www.grainedufou.be](http://www.grainedufou.be)

**Inscription :**

- via mail ou par téléphone

**Pour toute information complémentaire :**

- **Tél. :** 0475/358 700
- **E-mail :** [grainedufou@gmail.com](mailto:grainedufou@gmail.com)

**Adresse :**

- Rue des combattants 112 à 1310 La Hulpe – Ecole communale “Les Colibris”



## EQUI-LIBRES

**Age :** à partir de 3 ans

**Centre d'équithérapie** et de loisirs de qualité.

Des activités pour petits et grands pour se reconnecter à la nature, se reconstruire et trouver son équilibre avec l'aide de la nature et du cheval.

Nous sommes spécialisés en travail relationnel avec le cheval, en soins et alimentation naturels des animaux.

## ACTIVITÉS PROPOSÉES

### **A la découverte du cheval ( de 7 à 12 ans) :**

- Les mercredis de 13h30 à 14h45 (débutant/intermédiaire)
- Les mercredis de 14h45 à 16h00 (intermédiaire)
- Les samedis de 10h00 à 11h15 (débutant)
- Les samedis de 11h15 à 12h30 (intermédiaire)
- Tarif : 465€ + 25€ assurance

### **A la rencontre des animaux :**

- Les mercredis de 14h45 à 16h00
- Tarif : 490€

### **Cours d'équimotricité :**

- Un dimanche par mois de 10h00 à 11h30
- Tarif : 330€ (10 cours)

### **Ateliers Horsemanship ( adolescents) :**

- Les dimanches de 11h30 à 13h30
- Tarif : 280€ + 25€ assurance (10 cours)

## INFORMATIONS PRATIQUES

### **Site internet :**

- [www.equi-libres.be](http://www.equi-libres.be)

### **Inscription :**

- uniquement via le formulaire en ligne : <https://equi-libres.be/inscriptions/>

### **Pour toute information complémentaire :**

- **Tél. :** 0470/010288
- **E-mail :** [infos.equilibres@gmail.com](mailto:infos.equilibres@gmail.com)

### **Adresse :**

- Rue du chêne 2, 1310 La Hulpe



Equi-libres

# LES RÊNES DE LA VIE

**Age :** à partir de 3 ans

Depuis 1982, l'ASBL Les Rênes de la Vie travaille sur la relation entre l'enfant porteur de handicap, le poney et la nature en développant une approche thérapeutique et sociale.

Le Centre d'Hippothérapie, le Poney-Club intégratif et le pôle de Promotion / Formation / Diffusion sont les 3 axes de notre savoir-faire.

Le poney club intégratif est un lieu d'apprentissage à l'équitation classique,

l'objectif est de permettre à chaque cavalier d'évoluer à son rythme, d'amener le cavalier à avoir une autonomie dans la manipulation et le soin de son poney.

A visée intégrative, l'équitation adaptée permet de réconcilier handicap et pratique de l'équitation. S'appuyant sur un personnel qualifié formé, l'équitation adaptée permet de rendre une passion accessible et l'adhésion à un groupe, de se dépasser physiquement, relationnellement et émotionnellement et ce malgré le handicap.

# ACTIVITÉS PROPOSÉES

**Hippothérapie ( à partir de 4 ans) :**

- Séance individuelle de 1h : 40€
- Séance par deux de 1h : 30€ par enfant

**Poney-club intégratif et Equitation**

**Adaptée ( de 8 à 18 ans) :**

- 2h par semaine : 560€/an

# INFORMATIONS PRATIQUES

**Site internet :**

- [www.lesrenesdelavie.com](http://www.lesrenesdelavie.com)

**Pour toute information complémentaire :**

- Tél. : 02 653.85.70
- E-mail : [info@lesrenesdelavie.com](mailto:info@lesrenesdelavie.com)

**Adresse :**

- Écuries du Château de la Hulpe  
Chaussée de Bruxelles, 1310 La Hulpe

# LES RENARDS DE LA HULPE

**Age :** à partir de 4 ans

Les Renards de La Hulpe sont un **club de Floorball**, ce sport cousin du hockey sur glace et plus souvent connu sous le nom d'Unihockey.

Le club accepte tous les joueurs à partir de 4 ans des 2 sexes, **les débutants sont les bienvenus.**

Un essai gratuit est possible pour tous.

Dès l'inscription, le joueur/ la joueuse sera affilié(e) à la Belgian Floorball Federation (BFF). Cette affiliation comprend l'assurance corporelle complémentaire. C'est pourquoi il est impératif de remplir le formulaire d'inscription au plus vite.

## ACTIVITÉS PROPOSÉES

Les renards de La Hulpe propose des **cours de floorball** pour tous les âges.

## INFORMATIONS PRATIQUES

**Site internet ;**

- [www.renardslh.be](http://www.renardslh.be)

**Inscription :**

- Inscription via le site internet : [www.renardslh.be/inscription](http://www.renardslh.be/inscription)

**Adresse :**

- Rue général de Gaulle, 1310 La Hulpe

# CENTRE SPORTIF SOLVAY

**Age :** à partir de 2 ans

Le centre sportif solvay propose des cours de natation et de psychomotricité pour les enfants à partir de 2 ans.

En fonction de la disponibilité des moniteurs, d'autres activités seront probablement organisées au cours de l'année scolaire.

## ACTIVITÉS PROPOSÉES

### **Psychomotricité (de 2 ans à 5 ans)**

- Tarif : 15€/séance

### **Cours de natation (de 2,5 ans à 13 ans)**

- Small group (max 4 enfants)

Tarif : 210€

Durée ; 30 min

- Cours collectifs (max 8 enfants)

Tarif : 150€

Durée : 30 min

- Cours particulier

Tarif : 310€ \*

Durée : 20 min

\*un tarif préférentiel est accordé aux familles qui souhaitent un cours particuliers pour 2 enfants maximum de même niveau

## INFORMATIONS PRATIQUES

### **Inscription :**

- Via le site internet du centre sportif solvay

### **Site internet :**

- <http://www16.iclub.be>

### **Pour toute information complémentaire :**

- **Tél. :** 02/633 33 30
- **E-mail :** [info@sportslahulpe.be](mailto:info@sportslahulpe.be)

### **Adresse :**

- Rue Général de Gaulle 53, 1310 La Hulpe



# CLUB DE RUGBY DE LA HULPE

**Age :** à partir de 6 ans jusqu'à 77 ans

Le Club de Rugby de La Hulpe reprend ses activités début septembre.

Les activités proposées s'adressent aussi bien aux garçons qu'aux filles.

Un mois d'essai est offert gratuitement à n'importe quel moment de l'année sportive.

## ACTIVITÉS PROPOSÉES

Les cours de rugby proposés sont répartis selon les catégories d'âges.

## INFORMATIONS PRATIQUES

**Site internet :**

- [www.rugbylahulpe.be](http://www.rugbylahulpe.be)

**Inscription :**

- Pour vous inscrire, consultez le guide de reprise sur le site internet ; [www.rugbylahulpe.be/inscription](http://www.rugbylahulpe.be/inscription)

**Pour toute information complémentaire :**

- **Tél. :** 0475/31 37 61
- **E-mail :** [secretaire@rugbylahulpe.be](mailto:secretaire@rugbylahulpe.be)

**Adresse :**

- Av. Ernest Solvay 43, 1310 La Hulpe



# ECOLE DE TENNIS

## A4TP

**Age :** à partir de 3 ans jusqu'à 18 ans

L'école de Tennis A4TP vous propose des cours de tennis organisés selon les catégories d'âges.

## ACTIVITÉS PROPOSÉES

Voici tous les cours juniors selon les catégories d'âges :

*Pour les enfants nés en 2019-2020 :*

- Durée du cours : 45min
- Nombre de joueurs par groupe : 6
- Tarif : 440€

*Pour les enfants nés en 2017-2018 :*

- Durée du cours : 45min
- Nombre de joueurs par groupe : 6
- Tarif: 440€

## ACTIVITÉS PROPOSÉES(SUITE)

*Pour les enfants nés en 2015-2016 :*

- Durée du cours : 60min
- Nombre de joueurs par groupe : 4
- Tarif: 710€

*Pour les enfants nés en 2013-2014 :*

- Durée du cours : 60min
- Nombre de joueurs par groupe : 4
- Tarif : 710€

*Pour les enfants nés en 2005-2012 :*

- Durée du cours : 60min
- Nombre de joueurs par groupe : 4
- Tarif : 710-750€

## INFORMATIONS PRATIQUES

**Inscription :**

- Via le site internet [www.a4tp.be](http://www.a4tp.be) (en sélectionnant l'académie "La Hulpe")

**Horaire :**

- Du 11 septembre 2023 au 30 juin 2024

**Navettes :**

- Des navettes sont disponibles de l'école vers le tennis (Ecoles de La Hulpe, de Maleizen, de Saint-Augustin et de Groenendal)
- Pour les enfants nés entre 2004 et 2019
- Tarif : 132€

**Garderie :**

- Pour les enfants nés entre 2005 et 2020
- Lundi de 16h00 à 17h30
- Mardi de 16h00 à 17h30
- Mercredi de 13h00 à 16h30
- Vendredi de 15h00 à 17h30
- Tarif ; 33-66€

**Adresse :**

- Rue Général de Gaulle 55, 1310 La Hulpe



# ROYAL LA HULPE SPORTING CLUB

**Age :** à partir de 5 ans jusqu'à 19 ans

La Royal La Hulpe S.C. est un club familial de football qui compte quelques 250 joueurs et une vingtaine d'entraîneurs, sous la direction de Pierre-Paul Verstappen et Michel Dewolf, ancien Diable rouge.

Votre club propose un encadrement spécifique pour les gardiens de but, une coordination sportive de niveau elite (diplômes RTFJ), des stages all-in et 100% qualité durant les vacances et bien plus encore !

En somme, le club accueille tous joueurs, filles et garçons, motivés et ambitieux !

## ACTIVITÉS PROPOSÉES

La Royal La Hulpe S.C. propose des **cours de football** pour tous les âges.

## INFORMATIONS PRATIQUES

**Site internet :**

- [www.rlhsc.be](http://www.rlhsc.be)

**Inscription :**

- Inscription via le site internet [www.rlhsc.be/inscription-rlhsc-jeunes](http://www.rlhsc.be/inscription-rlhsc-jeunes)

**Pour toute information complémentaire :**

- **E-mail :** [info@rlhsc.be](mailto:info@rlhsc.be)

**Adresse :**

- Avenue Soyer 9, 1310 La Hulpe



# ROYAL JUDO AIKIDO CLUB

**Age :** à partir de 5/6 ans

Le royal judo aikido club propose des cours de judo et d'aïkido pour les enfants à partir de 5 ans.

Envie de débiter ?

- Profite de trois essais gratuits
- Rejoins-nous en training
- Avertis-nous de ta visite pour que nous puissions t'accueillir dans les meilleures conditions

## ACTIVITÉS PROPOSÉES

**Judo (de 5/6 à 9 ans) :**

- Les mercredis de 17h30 à 18h30
- Les vendredis de 17h30 à 18h30

**Judo (de 10 à 15 ans) :**

- Les mercredis de 18h30 à 19h30
- Les vendredis de 18h30 à 19h30

**Judo (>15 ans) :**

- Les mercredis de 19h30 à 21h00
- Les vendredis de 19h30 à 21h00

**Aïkido (de 6 à 14 ans) :**

- Les mardis de 19h00 à 20h00

**Aïkido (>= 15 ans) :**

- Les mardis de 20h00 à 21h30

## INFORMATIONS PRATIQUES

**Site internet :**

- [www.royal-judolh.be](http://www.royal-judolh.be)

**Inscription :**

- Avant toute inscription il est utile, voire indispensable, de prendre contact avec le secrétariat pour obtenir les informations nécessaires et organiser une première visite.

**Pour toute information complémentaire :**

- **Tél. :** 04/96 57 43 93
- **E-mail :** [Judo.Aikido.Lahulpe@gmail.com](mailto:Judo.Aikido.Lahulpe@gmail.com)

**Adresse :**

- École communale "Les Colibris" - Rue des Combattants 112, 1310 La Hulpe (le dojo se trouve en haut du grand escalier central en entrant dans le bâtiment)



# CLUB D'ULTIMATE FRISBEE

**Age :** à partir de 10 ans

Créé en 2005, notre club est le plus ancien représentant encore en activité de la discipline en Wallonie, certains joueurs étant présents depuis le début de l'aventure.

Dès sa naissance, le club, à l'instar de la discipline, n'a cessé d'évoluer. Les valeurs telles que la mixité de genre et d'âge, le respect et le fairplay sont restées nos priorités tout au long de notre croissance.

Un juste mélange de pédagogie, stratégie, intensité et compétitivité permet à chacun de nos membres de s'épanouir et lui assure une place au sein du club, telle qu'il la recherche. Tout le monde, à partir de 10 ans, est le bienvenu parmi nous.

Chaque année nous engageons une ou plusieurs équipes dans chacun des championnats nationaux. Ces dernières années nous jouons systématiquement dans la moitié supérieure des différents classements. La marge de progression de chaque joueur, débutant ou confirmé, reste invariablement très grande tant le sport et son intensité sont en perpétuelle croissance.

## ACTIVITÉS PROPOSÉES

**Cours enfants (de 10 à 17 ans) :**

- Les mercredis de 15h à 17h

**Cours adultes (de 17 à 117 ans) :**

- Les jeudis de 20h à 22h

## INFORMATIONS PRATIQUES

**Site internet :**

- [www.ultimate-skywalkers.be](http://www.ultimate-skywalkers.be)

**Pour toute information complémentaire :**

- [www.ultimate-skywalkers.be/contact](http://www.ultimate-skywalkers.be/contact)

**Adresse :**

- Rue Général de Gaulle 53, 1310 La Hulpe



# GOJU-RYU KARATE

**Age :** à partir de 6 ans

Le Goju-Ryu Karaté est une école représentant un style traditionnel de Karaté d'Okinawa, le "Goju-ryu".

Nous sommes la seule association, en région francophone et à Bruxelles, reconnue par le Traditional Okinawa Goju-ryu Karate-do Federation (TOGKF), par la « Fédération Francophone de Karate » (FFKAMA) et par l'ADEPS.

Lors de nos cours, nous proposons entre autres des exercices de renforcement musculaire ou encore des exercices traditionnels respiratoires idéales pour les asthmatiques.

# ACTIVITÉS PROPOSÉES

**Cours enfants (de 6 à 13 ans) :**

- Les mercredis de 18h00 à 19h00

**Cours adultes (à partir de 14 ans) :**

- Les mercredis de 18h00 à 20h00

# INFORMATIONS PRATIQUES

**Site internet :**

- [www.gojuryu.be](http://www.gojuryu.be)

**Inscription :**

- Les inscriptions se font sur place

**Pour toute information complémentaire :**

- **E-mail :** [info@gojuryu.be](mailto:info@gojuryu.be)
- **Tél. :** 0472/97 07 40

**Adresse :**

- Centre sportif Solvay - Rue Général de Gaulle 53, 1310 La Hulpe

# PHOENIX HOCKEY

**Age :** de 5 à 14 ans

Nous sommes un club de **roller hockey** qui compte plus de 100 membres et joue dans toutes les divisions et catégorie d'âge du championnat belge.

Plusieurs de nos membres sont sélectionnés chaque année dans l'équipe nationale et notre équipe première est souvent en tête de classement (Vice-champion l'année dernière!)

Quel que soit votre âge ou votre sexe vous trouverez votre bonheur dans notre club!

Pour ceux que le championnat n'intéresse pas, une catégorie loisir permet de simplement s'amuser à taper le puck au cours d'entraînements et de participer à 7-8 matchs amicaux sur l'année.

# ACTIVITÉS PROPOSÉES

**Cours enfants (de 5 à 14 ans) :**

- Les mercredis de 14h00 à 17h30

Les enfants peuvent venir avec leurs patins et casque pour faire un essai, nous leur expliquerons tout sur place.

Nous laissons la possibilité de faire 3 entraînements avant de s'engager.

# INFORMATIONS PRATIQUES

**Site internet :**

- [www.phoenixhockey.be](http://www.phoenixhockey.be)

**Inscription :**

- Les inscriptions se font via mail

**Pour toute information complémentaire :**

- **E-mail :** [secretariat@phoenixhockey.be](mailto:secretariat@phoenixhockey.be)
- **Tél. :** 0485/96 18 81

**Adresse :**

- Centre sportif Solvay - Rue Général de Gaulle 53, 1310 La Hulpe

