Table des matières

[Édito. 2](#_Toc208395517)

[Activités sportives. 3](#_Toc208395518)

[Cyclo Club Lempdais. 3](#_Toc208395519)

[Pilates pour tous. 3](#_Toc208395520)

[Rando Lempdes. 3](#_Toc208395521)

[Lempdes 63 triathlon. 3](#_Toc208395522)

[Basket Club de Lempdes. 4](#_Toc208395523)

[Groupe Bouliste de Lempdes. 4](#_Toc208395524)

[Le CHPL. 4](#_Toc208395525)

[Un nouveau souffle sportif à Lempdes : bienvenue à Taekwondo Elite Lempdes 63 ! 4](#_Toc208395526)

[Le club de Kung Fu de Lempdes démarre la saison 2025-2026 avec ambition et résultats ! 4](#_Toc208395527)

[ASPTT Clermont Omnisports. 5](#_Toc208395528)

[Et pourquoi pas la boxe française ?... 6](#_Toc208395529)

[L’ASC AIA Lempdes Rugby. 6](#_Toc208395530)

[Amicale, Solidarité. 7](#_Toc208395531)

[Lempdes Solidaire. 7](#_Toc208395532)

[Le Secours Lempdais. 8](#_Toc208395533)

[Paroisse Saint Paul du Val d’Allier. 8](#_Toc208395534)

[Action Partage Entraide France Bénin. 8](#_Toc208395535)

[Solidarité Paysans Puy-de-Dôme a 20 ans ! 8](#_Toc208395536)

[Les Amandiers. 8](#_Toc208395537)

[Art, Culture. 9](#_Toc208395538)

[REPLIC. 9](#_Toc208395539)

[Association Artistique Lempdaise. 9](#_Toc208395540)

[Les Amis de l’Orchestre à Cordes de Lempdes. 10](#_Toc208395541)

[Lempdes Diverti Danses. 10](#_Toc208395542)

[Objectif Image : plaisir, partage et bienveillance. 10](#_Toc208395543)

[Environnement, Santé. 11](#_Toc208395544)

[Jardiniers des Pays d’Auvergne, Club de Lempdes. 11](#_Toc208395545)

[Don du sang. 11](#_Toc208395546)

[Comité de Jumelage. 12](#_Toc208395547)

[Comité de jumelage Lempdes-Hallstadt. 12](#_Toc208395548)

[Spectacle, Animation. 12](#_Toc208395549)

[Comité des Fêtes. 12](#_Toc208395550)

[Travaux Manuels. 12](#_Toc208395551)

[Les Doigts de Fée. 12](#_Toc208395552)

[FJEP (Amicale laïque Lempdes). 12](#_Toc208395553)

[Aquagym. 12](#_Toc208395554)

[Gym, Fitness. 13](#_Toc208395555)

[Relaxation. 14](#_Toc208395556)

[Zumba. 14](#_Toc208395557)

[Sophrologie. 14](#_Toc208395558)

[Œnologie. 14](#_Toc208395559)

[Qi Gong, Tai Chi. 15](#_Toc208395560)

[Judo. 15](#_Toc208395561)

[Musculation. 15](#_Toc208395562)

[Badminton. 16](#_Toc208395563)

[Baby Gym. 16](#_Toc208395564)

[Yoga Zen Do. 16](#_Toc208395565)

[Foot en Salle. 16](#_Toc208395566)

[Marche nordique. 16](#_Toc208395567)

[L’Échiquier lempdais. 17](#_Toc208395568)

[Danse. 17](#_Toc208395569)

[Tennis de table. 17](#_Toc208395570)

[Remue-méninges. 17](#_Toc208395571)

[Pyramide. 17](#_Toc208395572)

[Retraite Tonic, Gym douce. 17](#_Toc208395573)

[Rando dimanche (adultes uniquement). 18](#_Toc208395574)

[Liste des associations. 18](#_Toc208395575)

[Activités sportives. 18](#_Toc208395576)

[Amicale, famille, jeux, quartier, solidarité. 19](#_Toc208395577)

[Art, culture, danse, musique, théâtre. 19](#_Toc208395578)

[Sports mécaniques. 20](#_Toc208395579)

[Environnement, nature, santé. 20](#_Toc208395580)

[Aide aux devoirs, jeunesse, scolarité. 20](#_Toc208395581)

[Jumelage, patrimoine, traditions. 20](#_Toc208395582)

[Spectacle, animation. 20](#_Toc208395583)

[Travaux artistiques et manuels. 20](#_Toc208395584)

[Foyer des Jeunes et d’Éducation Populaire (FJEP). 21](#_Toc208395585)

[Lempdes Info. Spécial vie associative, août 2025. 21](#_Toc208395586)

# Édito.

Les associations de Lempdes constituent la richesse de notre commune, ce numéro de Lempdes Info leur est entièrement consacré. Il va vous permettre d’en découvrir toute l’étendue. Que vous soyez à la recherche d’un loisir sportif ou culturel, quel que soit votre âge, ou que vous souhaitiez simplement faire des rencontres et échanger avec d’autres personnes, vous allez sans doute trouver votre bonheur. Nous vous donnons rendez-vous au forum des associations le samedi 6 septembre au complexe sportif de 10h à 17h. La plupart des associations de la commune seront présentes et vous pourrez ainsi rencontrer les responsables et assister à de nombreuses démonstrations de leur savoir-faire et de leur activité. Au-delà, les associations ne peuvent exister que si des personnes acceptent de donner de leur temps libre et s’engagent. Le bénévolat est la clé de voute du mode associatif. Si vous hésitez encore à vous investir personnellement, si vous recherchez une façon de vous rendre utile pour les autres, alors venez échanger avec les responsables de nos associations. Bien sincèrement, Henri Gisselbrecht, Maire de Lempdes.

# Activités sportives.

## Cyclo Club Lempdais.

En même temps qu’il a changé de Président avec l’élection d’Arnaud Pereira lors de l’AGA de décembre, le CCL s’est enrichi de trois nouveaux adhérents. Ce vent nouveau a dynamisé le club qui accueille par ailleurs de plus en plus de vélos électriques. Comme d’habitude, les sorties se font les lundis et jeudis après-midi (sauf l’été en matinée) à partir du local des Vaugondières. Par ailleurs, des sorties à la journée en Haute-Loire, au Col de La Loge des Gardes ou bien encore sur l’Aubrac, nous font découvrir les diverses typicités de l’Auvergne.

## Pilates pour tous.

Pilates, Abdologie De Gasquet, Munz Floor.

Depuis quinze ans Pilates pour tous propose le meilleur des méthodes de remise en forme. Après Pilates et l’Abdologie méthode De Gasquet, nous vous proposons de découvrir la méthode Munz Floor. Cette technique innovante est une révolution en matière de décompression vertébrale, de gain de mobilité, de détente. Dès leur parution les livres d’Alexandre Munz sont devenus des best-sellers et sa présence très importante dans les médias. Le seul risque avec Munz floor, c’est de devenir « accro ». Nous vous proposons de découvrir cette « révolution des fascias en mouvement » lors de stages intitulés « Munz floor : de l’initiation à la pratique ». L’objectif de ces sessions étant que vous soyez en capacité de pratiquer au quotidien les exercices. Deux dates sont prévues : dimanche 28 septembre et dimanche 9 novembre. (Sur réservation).

Pour en savoir plus, consultez le site : www.lacausesacree.fr onglet Munz Floor.

Pour nous connaitre et nous contacter, consultez le site : www.pilatespourtous.fr

Courriel : pilatespourtous@protonmail.com

## Rando Lempdes.

Rando Lempdes est un club de Randonnée Pédestre. Nous organisons des randonnées dans le département le mercredi et le samedi, après midi ou à la journée ; en été nous proposons des randos le matin ou à la journée avec pique-nique. Le mercredi il y a 2 groupes de différent niveau. Le rendez-vous est sur le parking de la 2Deuche pour un transport en covoiturage. Les randos sont publiées sur notre site « Rando Lempdes » avec les infos: heure de départ, lieu, parcours, durée, distance et dénivelée. Nous organisons un séjour hors région une fois par an ; cette année, 26 personnes ont participé à un séjour dans les Pyrénées Orientales. Des sorties sur une journée ou 3 jours sont également proposées.

## Lempdes 63 triathlon.

Les foulées lempdaises : courses natures semi-nocturne, le 18 octobre 2025.

Courses solidaires, 1€ par participant reversé à une association.

Départ de La 2Deuche.

Courses enfants à 17h.

7km : départ à 18h30.

12km, seul ou à deux : départ à 20h.

Challenge Bricodépôt : 1er km.

Challenge des 2 courses : 7 et 12km.

## Basket Club de Lempdes.

Fondé il y a plus de 50 ans par Monsieur et Madame Berger, et comptant aujourd’hui plus de 150 licenciés (niveaux U9 à Séniors), le Basket Club de Lempdes rouvrira ses portes début septembre. Que vous soyez débutant ou confirmé, n’hésitez pas à venir nous rejoindre ! Nous sommes présents sur les réseaux : toutes les infos utiles seront disponibles d’ici le mois d’août sur Facebook et Instagram.

Contacts : Stéphanie Tardieu au 06.86.85.46.16 et Sandrine Boyer au 06.85.97.00.74.

## Groupe Bouliste de Lempdes.

La fin de saison approche, nous venons d’organiser nos challenges du souvenir sous une canicule impressionnante. Les vainqueurs du Challenge Derache JB : chez les femmes Maitre Laëtiticia et chez les hommes Dalle Jean-Michel qui réussit le doublé avec le challenge Latallerie Thierry. Mais la plus grosse surprise venait des fédéraux quadrettes où Bouteiller Sylvère, Da Silva Christophe, Gandeboeuf David et Ramos Sébastien devenaient champions départementaux et se qualifiaient pour les finales du Championnat de France. En attendant leur résultat, nous continuons à faire prospérer la société, et nous préparons pour la prochaine saison.

## Le CHPL.

Le CHPL est un club familial et engagé qui propose la pratique du handball pour toutes et tous. Les jeunes évoluent en compétition au sein de championnats encadrés et formateurs, tandis que les adultes pratiquent en loisir dans un esprit convivial. Ancré sur les communes de Pont-du-Château et Lempdes, le club valorise l’esprit d’équipe, le respect et le plaisir de jouer ensemble.

## Un nouveau souffle sportif à Lempdes : bienvenue à Taekwondo Elite Lempdes 63 !

La commune de Lempdes accueille une nouvelle association qui allie discipline, énergie et esprit martial : Taekwondo Elite Lempdes 63. Ouverte à tous, petits comme grands, débutants ou confirmés. Cette association promet de faire vibrer la salle d’entraînement au rythme des coups de pied spectaculaires et des valeurs fortes du taekwondo : respect, maîtrise de soi, persévérance et confiance en soi. C’est dans cet esprit que l’équipe encadrante souhaite transmettre sa passion et accompagner chaque adhérent dans sa progression. Une belle occasion pour les Lempdais de découvrir ou redécouvrir ce sport olympique dans une ambiance conviviale mais rigoureuse, fidèle aux principes de cet art martial spectaculaire. Les entraînements auront lieu dans la salle du judo du gymnase Bernard Bordiau, à Lempdes, tous les mercredis à compter du 10 septembre 2025, de 19h15 à 21h30. Taekwondo Elite Lempdes 63 ambitionne de devenir un acteur fort de la vie associative locale, en créant du lien autour d’une pratique sportive accessible et enrichissante. Intéressé ? Les inscriptions seront ouvertes dès le 6 septembre 2025 au Forum des Associations au complexe sportif de Lempdes de 10h à 17h. Venez essayer et découvrir une discipline qui muscle autant le corps que l’esprit.

Le Président : A Ziani au 07.67.37.62.03.

## Le club de Kung Fu de Lempdes démarre la saison 2025-2026 avec ambition et résultats !

Le club Hu Ying Dao de Lempdes entame la saison 2025-2026 avec sérieux et dynamisme. L’année précédente a été marquée par de très bons résultats lors des championnats nationaux et par une reconnaissance technique importante pour son encadrant principal. L’occasion de rappeler que ce club propose bien plus qu’un sport de combat : un entraînement complet, ouvert à toutes et tous dès 12 ans.

Deux titres de champion de France pour nos licenciés :

À l’occasion des championnats de France de Kung Fu Traditionnel organisés les 29 et 30 mars 2025 à Eaubonne, deux de nos licenciés ont porté haut les valeurs de notre club :

* Magali Benazet, membre fidèle depuis 2017 et instructeur au sein du club, s’est imposée en décrochant deux médailles d’or : en Taolu mains nues Shaolin et Wudang et en armes courtes (sabre). Elle est aujourd’hui double championne de France !
* Evan Plas, jeune talent engagé en catégorie Juniors (15 à 18 ans) et pratiquant depuis 2019, a remporté la médaille d’argent en Taolu Shaolin et Wudang. À 17 ans, il devient vice-champion de France, une belle promesse pour l’avenir.

Ces résultats confirment la reconnaissance croissante du club sur la scène nationale et illustrent la qualité de l’enseignement proposé.

Une distinction pour le responsable technique du club :

Autre distinction notable cette saison : Alexandre Lépron, fondateur et responsable technique du club, a obtenu le 5e DAN Wushu, une distinction qui récompense son engagement de plus de 41 ans dans la transmission des arts martiaux chinois traditionnels.

Un entraînement complet : kung fu, boxe chinoise, self-défense et plus encore !

Le club propose un programme varié qui permet à chacun de progresser, selon son âge, son niveau et ses objectifs :

* Kung Fu traditionnel (Taolu) : travail technique, souplesse, coordination.
* Boxe chinoise (Sanda) : combat pieds-poings avec projections, dans un cadre sécurisé.
* Self-défense et travail au sol : techniques simples et efficaces pour faire face à des situations concrètes.
* Armes traditionnelles : sabre, bâton, épée… pour développer concentration, précision et fluidité.

Accessible à partir de 12 ans révolus, la pratique convient aussi bien aux jeunes en recherche d’une activité structurante qu’aux adultes souhaitant développer ou entretenir leurs capacités physiques. Les cours ont lieu au dojo du complexe sportif de Lempdes (Parc des Sports Bernard Bordiau, rue du Stade). Horaires des cours :

* Ados (12 à 16 ans) : lundi et jeudi de 19h15 à 20h45,
* Adultes (16 ans et plus) : lundi de 19h15 à 20h45 et jeudi de 19h15 à 21h15.

Tarif annuel licence incluse : ados, étudiants, demandeurs d’emploi : 160 €, adultes : 200€.

Nouveau ou curieux, n’hésitez pas à venir participer à deux cours d’essai. La rentrée est le bon moment pour découvrir une discipline complète et enrichissante.

Contact au 06.11.38.73.48 (Alexandre Lépron).

Plus d’infos sur le site : huyingdao.wixsite.com/hydao et présence au forum des associations le 6 septembre 2025.

## ASPTT Clermont Omnisports.

École de sport 2025-2026 : découverte sportive pour enfants 1 à 11 ans :

Votre enfant hésite encore sur le sport à choisir pour l’année prochaine ? Pourquoi choisir quand on peut tout explorer ? Découvrez notre école de sport qui propose des cycles de 6 semaines pour permettre à votre enfant de s’initier à une multitude de disciplines tout au long de l’année !

* École de sport 1 à 2 ans :  
  Partagez des moments privilégiés avec votre tout-petit dans un cadre sécurisé ! Accompagné par un éducateur sportif diplômé d’État, développez les premières habiletés motrices de votre enfant à travers des activités ludiques et stimulantes.
* École de sport 3 à 4 ans :  
  Nos éducateurs sportifs diplômés d’État guideront votre enfant dans la découverte des bases sportives fondamentales. Au programme : coordination, motricité et premières initiations aux sports collectifs et individuels adaptés à leur âge.
* École de sport 5 à 7 ans :  
  Pourquoi se limiter à un seul sport quand on peut en découvrir plusieurs ? À cet âge clé du développement, offrez à votre enfant l’opportunité d’explorer différentes disciplines pour identifier ses préférences et développer des compétences variées.
* École de sport 8 à 11 ans :  
  Perfectionnement et plaisir au rendez-vous ! Vos enfants approfondiront leurs connaissances dans différents sports sous la supervision d’éducateurs qualifiés, avec une approche progressive et adaptée à leur niveau.

Places limitées, inscriptions ouvertes pour 2025-2026.

Contact au 04.73.61.72.00. Lieu : Stade Marcel Ballot, 23 Rue de la Rochelle, 63370 Lempdes.

Réservez dès maintenant la place de votre enfant sur le site : https://clermont-ferrand.asptt.com/ecole-de-sport/

## Et pourquoi pas la boxe française ?...

Avec le « Lempdes Savate Perf » la boxe française est dans notre ville. Cette discipline est reconnue comme une excellente école en matière de boxe pieds-poings.

* Les atouts de la BF, savate :  
  C’est une activité physique, technique et mentale, combinant souplesse et efficacité. Elle est à la fois un sport de compétition et de loisir. Les rencontres se déroulent en plusieurs reprises, les boxeurs et boxeuses sont évalués sur leur technique, sur leur côté tactique. Notre sport est présent dans 62 pays et sur les 5 continents. Dans notre discipline, nous n’avons pas de soucis avec la parité homme-femme. Mais la boxe ne se résume pas seulement à des coups de poing et de pied. Elle incarne la discipline, la détermination et la maîtrise de soi.
* L’esprit du club :  
  Suite à de longues années d’expérience, et animés d’une passion qui perdure, nous vous proposons de nous rejoindre dans un esprit d’échange, d’enrichissement et de perfectionnement. Notre groupe cumule une grande expérience en la matière. Nous sommes avant tout un groupe passionné et envieux de partager notre discipline et de permettre à chacun de progresser (PERF comme perfectionnement). Notre sérieux et notre recette nous ont permis d’accompagner au mieux une athlète. Alice est devenue championne de France, d’Europe et du Monde en 2023 et 2024 (PERF comme Performance). Venez-vous surpasser, surmonter vos craintes ou vous révéler stratège dans l’effort. Nous tâcherons de vous donner les clés de l’autonomie.
* Où nous rejoindre ?  
  Les entraînements ont lieu au complexe sportif, dans la salle modulaire. Nous nous entraînons :  
  les lundis de 19h30 à 21h : Cardio-renfo et mise de gants,  
  les mercredis de 18h30 à 20h30 : Technique,  
  les vendredis de 18h15 à 20h15 : Technico-tactique.  
  La section est ouverte à partir de 16 ans. Vous voulez rejoindre un groupe dynamique, vous rechercher une activité physique, vous voulez développer votre côté tactique et mental ou simplement transpirer ! Nous vous attendons dans la bonne humeur !

Renseignements au 07.83.71.88.30 ou par courriel : lempdes.savateperf@gmail.com

## L’ASC AIA Lempdes Rugby.

L’ASC AIA Lempdes Rugby est un club situé sur la commune de Lempdes, regroupant la pratique du rugby à 15 à travers son équipe seniors, du rugby à 5 sans contact et d’une école de rugby accueillant les enfants de 6 à 14 ans. L’équipe seniors qui joue en Régional 3, accueille aussi bien des joueurs qui ont découvert le rugby dans son école de rugby que des joueurs qui veulent découvrir le rugby. Avec son staff diplômé, les joueurs continuent à évoluer ou apprendre le rugby sans difficulté. Le rugby pratiqué est très différent du rugby pratiqué par le monde professionnel. L’école de rugby, en entente avec le club voisin de Cournon, accueille tous les enfants de 4 à 14 ans, aussi bien filles garçons. Le rugby est très loin du rugby vu à la TV. Le rugby à 5 est un sport mixte qui permet à des joueurs de tout âge (de 18 à 60 ans) de continuer la pratique de ce sport mais sans les contacts (plaquage, ruck, mêlée et touche). Le club incarne des valeurs essentielles : respect, engagement, esprit d’équipe et solidarité. Aujourd’hui, notre ambition est de continuer à grandir et à porter fièrement les couleurs de Lempdes sur les terrains de la région AURA.

La section de rugby à 5 de l’ASC AIA, « les petits tonneaux », est une équipe conviviale, où on pratique le sport avec mixité et un bon état d’esprit, pour tous les niveaux, de 16 à 77 ans. Qu’est-ce que le rugby à 5 ? C’est le plaisir de jouer au rugby en famille et entre amis sans la peur du contact ! Une équipe féminine souhaite voir le jour cette année, alors les filles à vos crampons ! La section participe à de nombreux tournois tout au long de l’année toujours avec bon esprit et motivation ! Alors si toi aussi tu veux te lancer dans l’aventure du rugby sans contact, rejoins-nous les mercredis à partir de 19h et les vendredis à partir de 18h au 161 avenue du brezet, zone sport de l’AIA. Contact : Damien (coach) au 06.15.37.95.86.

# Amicale, Solidarité.

## Lempdes Solidaire.

Désormais bien connue des lempdais, LempdeSolidaire, association humanitaire laïque est engagée auprès de 2 ONG , l’une au Cambodge et l’autre au Tchad, dans le but de soutenir leurs projets au profit de l’enfance défavorisée et la santé villageoise. Grâce aux dons et fonds recueillis dans le cadre de nos actions locales, nous leur versons une contribution financière annuelle qui les aide à réaliser leurs engagements. Pour recueillir des fonds nous organisons divers évènements comme du théâtre, des concerts, un repas, nous réalisons des ventes diverses, œufs en chocolat à Pâques, artisanat cambodgien et autres objets au marché de Noël et participons à des brocantes. Notre association comprend une quarantaine d’adhérents ; ceux qui le souhaitent, en fonction de leur disponibilité, participent à l’organisation matérielle des différentes actions qui se déroulent toujours dans une ambiance conviviale et amicale. L’an dernier deux nouvelles adhérentes ont intégré notre équipe de membres actifs. Nous accueillerons, avec plaisir, toutes les personnes sensibles à notre cause qui voudraient nous rejoindre.

Agenda :

* Repas : le dimanche 16 novembre à midi, salle des Fêtes.
* Concert : le dimanche 18 janvier 2026 après-midi, salle des Fêtes, le groupe « Tout pour la musique » interprètera des chansons de France Gall-Michel Berger.
* Vous pourrez nous retrouver au Forum des associations le 6 septembre et au Marché de Noël le 22 et 23 novembre.

Quelques évènements passés :

* Vente d’œufs de Pâques avec le collège,
* Repas du 27 octobre 2024,
* Troupe de théâtre les Volapailloux, le 18 janvier 2025,
* Au Tchad, enfants du village avec le Docteur Nigri,
* Au Cambodge, écoliers du village et enfants au centre d’accueil la Maison des Sourires.

LempdeSolidaire : Maison des Associations à 63370 Lempdes.

Courriel : lempdesolidaire@gmail.com

Bureau : Présidente : Marie-Françoise Fournier.

Trésorière : Gisèle Madic au 06.82.46.06.72.

Secrétaire : Colette Jarrige au 06.88.07.05.41.

## Le Secours Lempdais.

L’association a pour objet de venir en aide aux plus démunis, pas de servir de déchetterie. En effet, devant la prolifération de dons sales ou en mauvais état, les bénévoles seront amenés à vérifier les arrivages et, le cas échéant, à les refuser. De plus, nous vous rappelons qu’il est interdit de déposer des sacs ou autres devant le local en dehors des heures d’ouverture : le jeudi de 14h à 17h. Par respect pour les bénéficiaires et les bénévoles, nous remercions nos généreux donateurs de leur compréhension. Si des personnes sont intéressées par du bénévolat au sein de notre association, merci de prendre contact aux heures d’ouverture ou par téléphone auprès de Jean-Pierre Doleux au 06.68.26.47.22.

## Paroisse Saint Paul du Val d’Allier.

Les inscriptions au catéchisme pour l’année 2025-2026 auront lieu à Lempdes, lors du forum des associations le samedi septembre de 10h à 17h au Complexe Sportif (rue du Stade).

## Action Partage Entraide France Bénin.

Action Partage Entraide France Bénin soutient depuis plus de 25 ans des actions de prévention et d’éducation à la santé pour les nourrissons et les jeunes mères dans les villages implantés dans la lagune béninoise. Si vous souhaitez contribuer à ses actions de solidarité, l’association vous invite à venir passer un bon moment théâtral dimanche 5 octobre 2025 à 18h, salle des Fêtes de Lempdes. La troupe Les Uns Parfaits présente « Le coupable est dans la salle ». Une pièce originale d’Yvon Taburet qui mêle habilement comédie et intrigue policière. Participation libre à l’entrée.

## Solidarité Paysans Puy-de-Dôme a 20 ans !

Cette année, l’association Solidarité Paysans, reconnue d’intérêt général, qui s’est donné pour mission d’accompagner les agriculteurs et les agricultrices en difficultés, a vingt ans d’existence dans le Puy-de-Dôme. L’évènement, ouvert au grand public, sera célébré : samedi 15 novembre 2025, à partir de 18h à la salle des Fêtes de Lempdes, Place Charles-de-Gaulle. Au programme des festivités :

* Découvrez l’histoire de notre association, grâce à des témoignages de fondatrices et fondateurs de l’association,
* Parcourez l’exposition de photos réalisées par des agricultrices et agriculteurs accompagnés ainsi que par des bénévoles,
* Enfin, laissez-vous emporter dans l’univers festif du trad, avec la Vielha et Sem Pas D’Aiqui, deux groupes des Brayauds.

Des agriculteurs seront présents, ainsi que les responsables, les salariés et les bénévoles de Solidarité Paysans. Venez à la rencontre du monde agricole ! Nous vous attendons nombreux et nombreuses dans une ambiance festive et chaleureuse. Entrée bal 12€. La Vielha (« la vieille ») chante des histoires venues d’hier qui parlent aux oreilles d’aujourd’hui. Ils sont quatre : Clémence Cognet, Lucie Dessiaumes, Loïc Etienne et une vieille, une vraie, ou presque. Trois musiciens pour interpréter les mélodies et les mots sensibles d’une poésie populaire du Massif Central et d’ailleurs. Une marionnette brodeuse de menteries pour animer le bal. Une musique vivante à danser, à écouter, pour le plaisir !

En détail :

* De 18h à 19h : initiation danse sur inscription au 04.73.14.36.10.
* 19h : restauration et buvette
* 21h : bal trad animé par la Vielha et Sem Pas D’Aiqui (Les Brayauds)
* En continu : expo photos et témoignages.

## Les Amandiers.

L’association « les Amandiers » est un club où l’on se réunit tous les mardis et jeudis de 13h30 à 18h pour se retrouver autour d’un jeu de belote, tarot, triomino, rumikub, etc. Des mini lotos sont régulièrement organisés ainsi que des sorties sur la journée. N’hésitez pas à nous contacter : Les Amandiers, Maison des associations, Place Roger Cournil à 63370 Lempdes. Joëlle André (Présidente) au 06.31.30.65.40.

# Art, Culture.

## REPLIC.

L’association REPLIC (Rencontre, Entraide, Partage, Loisirs, Initiatives, Convivialité) créée en 2008 comprend près de 130 adhérents qui ont accès, selon leur préférence ou leur disponibilité, à diverses activités de loisirs et culturelles. Sont proposés :

* des cours de portugais, bien utiles avec le jumelage Lempdes-Mangualde.
* des cours de country pour les passionnés de tous niveaux (avec 2 bals dans l’année).
* des rencontres de généalogie très dynamiques avec formations et visites sur sites.
* un club de lecture qui fait de nouveaux adeptes.
* un atelier de partage de savoirs autour de l’utilisation des objets numériques toujours apprécié des utilisateurs réguliers ou de ceux qui cherchent un dépannage ponctuel.
* des conférences sur l’histoire ou autres sujets.
* des visites de patrimoine sur une ou plusieurs journées réalisées avec guides et la plupart du temps en autocar. À titre d’exemple en mai dernier, un groupe d’une trentaine de personnes s’est rendu à Aubusson, capitale européenne de la tapisserie.

Quelques évènements passés :

* Atelier de tissage Aubusson,
* Conférence La Mine des Rois de Dallet,
* Conférence théâtralisée avec le Wakan Théâtre,

Voici l’agenda de fin 2025 :

* En septembre Bal country à la 2Deuche et un 2e le 31 janvier 2026.
* Le 18 septembre conférence : « Rose Valland » par Madame Fernandez.
* Les 28, 29 et 30 septembre, voyage à Paris (Notre Dame, la Sainte Chapelle, le Canal St Martin, Rambouillet …) Inscriptions closes (complet).
* En octobre-novembre : conférence « Lempdes d’hier et d’aujourd’hui » par Danielle Misic.

Le programme complet des activités 2025-2026 sera disponible au forum des associations du 6 septembre puis distribué dans les boîtes aux lettres.

Contact : REPLIC : Maison des Associations, Place Roger Cournil à Lempdes.

Site internet : http:// www.replic-lempdes.fr

Courriel : replic@laposte.net

Tél. : 06.70.65.54.51.

## Association Artistique Lempdaise.

L’Association Artistique Lempdaise ouvre les portes de la créativité pour la 35e saison. Le programme 2025-2026 promet aux passionnés de peinture de tous niveaux, une véritable immersion dans l’univers artistique, guidée par un accompagnement expert. Les membres se retrouvent dans l’atelier des Vaugondières, pour des séances riches en échanges et en pratique. Ces moments privilégiés sont animés par un professeur qui accompagne chacun dans son évolution artistique.

Voici le programme haut en couleurs :

* Cette année l’association se penchera sur l’œuvre foisonnante de Henri Matisse, explorant toutes les facettes de sa peinture. Le Thème « Ombres et lumière » servira de fil conducteur.
* Un stage par trimestre permet de se plonger plus intensément dans des approches plus spécifiques.
* Un atelier technique mensuel vient enrichir les compétences en maîtrisant des procédés particuliers.
* Une exposition pour mettre en lumière les travaux des adhérents.
* Un voyage thématique sera organisé en lien avec le programme. L’AAL participe activement à la vie de la commune de Lempdes, renforçant les liens entre art et citoyenneté.

Information pratiques :

* Tous les mercredis, hors vacances scolaires de 18h à 20h30 dans l’atelier des Vaugondières.
* Le nombre de places est limité à 27 personnes afin de garantir un accompagnement de qualité.
* Montant de la cotisation : 120€ pour l’année.

Pour plus de renseignements et vous inscrire contactez : Brigitte Venuat au 06.61.70.92.41 ou Renée Delaigue au 06.83.53.48.24.

## Les Amis de l’Orchestre à Cordes de Lempdes.

Rendez-vous pour les Violons d’Hiver 2025, proposés par l’Orchestre à Cordes de Lempdes, sous la direction de Patrick Brun, le samedi 15 novembre à La 2Deuche, Salle Jean Ferrat, à 18h30 et à 20h30. Soirée « Instants magiques », avec Hiroe Namba au violon solo et la comédienne Maelig Le Guern. Pour cette 6e édition des Violons d’Hiver placée sous les enchantements de voyages imaginaires, l’orchestre accueille la fantastique violoniste franco-japonaise Hiroe Namba. Dans un programme très original entre musique de film et grande page de virtuosité, la comédienne Maelig Leguern nous invitera dans les lieux les plus spectaculaires et les plus mystérieux. Un hors champ qui nous laisse sous le charme !

Nombre de places limité, tarif normal : 15€ ; adhérents, élèves des écoles de musique : 12€. Réservation uniquement au 04.73.72.34.92 ou sur le site www.orchestreacordesdelempdes.fr

## Lempdes Diverti Danses.

Notre association Lempdes Diverti-Danses vous propose pour la saison 2025-2026 des cours de danses de salon, salsa-bachata, danses en ligne, rock et lindy hop. En plus, elle ouvre cette année des cours multi-danses pour déficients visuels (non-voyants, mal voyants) et également voyants les mercredis de 14h à 15h toujours à l’école La Fleurie. L’intervenante qui intervient dans notre association depuis 1996 (Natalie) pourrait faire découvrir aux futurs adhérents, ces danses. Le but est d’apprendre en loisir dans un moment de convivialité et de partage pour ensuite prendre du plaisir sur une piste de danse. Pour toute information complémentaire appeler au 06.26.83.86.07 ou par Mail à : lempdes.divertidanses2024@gmail.com

Projet de cours de danse pour déficients visuels (non-voyants, mal voyants) :

L’intervenante qui intervient dans notre association depuis 1996 (Natalie) et qui a déjà accepté, se propose de faire découvrir aux futurs adhérents, les danses de salons appelées aussi danses de sociétés (Boléro, Tango, Paso, ChaCha, Boston, Quick-Step, Java ...) ou Salsa, Bachata ou Rock. Rien n’est figé. Le but est d’apprendre en loisir dans un moment de convivialité et de partage pour ensuite prendre du plaisir sur une piste de danse. Ce cours serait ouvert aux non-voyants, malvoyants et voyants car ces danses en couple demandent souvent des déplacements et donc le but est de ne pas bousculer les autres danseurs. Le lieu et le jour restent à définir en fonction des personnes qui peuvent être intéressées.

## Objectif Image : plaisir, partage et bienveillance.

Depuis 26 ans, Objectif Image, association reconnue d’intérêt général, s’engage à promouvoir l’image et le son sous toutes leurs formes. Avec ses ateliers de photographie, de film photographique, de vidéo ainsi que son École de la Photo, l’association offre un espace créatif à tous. Ses résultats obtenus en 2024-2025, soulignent une période particulièrement riche en réalisations, distinctions et projets innovants, tant en France qu’à l’international. Parce que les photographies et les films photographiques sont faits pour être vus, le club a multiplié les expositions et les projections, notamment à la 2Deuche de Lempdes ainsi que lors de manifestations et concours régionaux, nationaux ou internationaux où humour, poésie, animation et fiction ont été au rendez-vous. Ce rayonnement attire désormais des talents venus d’autres régions, désireux de rejoindre la structure lempdaise. Notre dynamique collective et bienveillante encourage chaque auteur à repousser ses limites, tant sur le plan de l’imagination que de la maîtrise technique. Objectif Image est ouverte à toutes et à tous, quel que soit le niveau, débutant ou chevronné. Grâce à son École de la photo, les photographes béotiens trouvent l’accompagnement nécessaire, progressif et personnalisé, pour sortir du mode automatique de leur appareil photo. Objectif Image 63 Lempdes est aujourd’hui un club de référence. Envie d’en savoir plus ? De progresser, d’échanger, de créer, dans une ambiance conviviale et stimulante ? Rejoignez-nous ! Rendez-vous le samedi 6 septembre au Forum des Associations.

Contact par courriel à : contact@objectif-image63-lempdes.fr

Adhésions ouvertes dès 16 ans. Tarifs préférentiels pour les plus jeunes.

# Environnement, Santé.

## Jardiniers des Pays d’Auvergne, Club de Lempdes.

Forte de ses 10 ans d’existence et de ses 79 adhérents, l’association JPA club de Lempdes propose tout au long de l’année des réunions en salle (conférences en rapport avec le jardin ou la nature animées par des intervenants expérimentés ou professionnels) ou en extérieur (ateliers de taille des fruitiers, des rosiers et de greffe), des conseils en matière de jardinage au naturel, des commandes groupées à des tarifs négociés pour JPA auprès de partenaires locaux (racines d’endives, plants de pommes de terre, graines, fournitures de jardinage (voiles anti-insectes, de forçage, d’ombrage, anti-grêle, grelinette, campagnole, terreaux, engrais de fientes de poule, etc…). Partenariat privilégié avec l’exploitation horticole de Marmilhat (plants de légumes bio en minimottes). Un trocplants au mois de mai permet d’échanger des plants de tomates, courgettes, salades et autres légumes ou fleurs. Chaque adhérent reçoit par mail en début de chaque mois une newsletter indiquant les travaux à effectuer au potager, au jardin d’agrément, les dates des réunions proposées par les 26 autres clubs JPA du Puy-de-Dôme et d’autres informations utiles. L’objectif de notre association est de pratiquer le jardinage au naturel sans utilisation de produits phytosanitaires, en veillant de préférence à la rotation des cultures et la bonne association entre les plantes. La transmission des savoirs et du savoir-faire reste un atout majeur pour les jardiniers qui veulent débuter ou approfondir leurs connaissances dans ce domaine. Nous serons présents au forum des associations et serons heureux de vous y accueillir et répondre à vos questions.

Pour tout renseignement complémentaire, contactez le 06.72.50.75.40 ou 06.81.66.47.65.

## Don du sang.

L’Association pour le Don de Sang Bénévole de Lempdes, créée en 1974, a pour objectif de promouvoir le don de sang en fidélisant les donneurs réguliers et en recrutant de nouveaux. Elle regroupe 19 adhérents. Elle est affiliée à la Fédération Française qui représente les donneurs de sang auprès des pouvoirs publics. Proche du terrain, l’association locale assure le lien entre les donneurs et l’Établissement Français du Sang. Elle entretient des relations privilégiées avec le site de prélèvement de Clermont Ferrand et avec les équipes mobiles de collecte de l’EFS. Elle conduit des actions de sensibilisation dans les établissements scolaires et notamment au collège de Lempdes. En 2025, elle contribue à la promotion du don de plasma dans le cadre du plan national ayant pour objectif d’assurer la souveraineté de la France en plasma et médicaments dérivés. Au cours de l’année cinq collectes de sang sont organisées à Lempdes. Pour ce faire, l’association assure la promotion de la manifestation ainsi que l’organisation logistique de la collecte afin de faciliter la tâche des équipes médicale et administrative de l’EFS qui réalisent les prélèvements de sang. Elle accueille les donneurs pour que cet acte de générosité soit un moment convivial tant lors du prélèvement que pendant la collation qui suit. Depuis le début de l’année 2025, trois collectes ont été organisées. Elles ont rassemblé 233 donneurs. La fréquentation a été un peu inférieure à celle de 2024 qui en avait comptabilisé 244. Par contre les nouveaux donneurs ont été bien présents (16 contre 15 en 2024). La dernière collecte de l’année aura lieu le 3 novembre à la 2Deuche. Toute personne souhaitant participer à cet élan de solidarité et donner son sang, doit privilégier la prise préalable de rendez-vous en s’inscrivant sur le site : dondesang.efs.sante.fr

Contact : JP Meunier, par mail à : dondusanglempdes63@gmail.com, et au 04.73.61.80.88.

# Comité de Jumelage.

## Comité de jumelage Lempdes-Hallstadt.

Les Amis d’Hallstadt pour l’Ascension à Lempdes ! Les retrouvailles entre les familles sont toujours aussi chaleureuses tant l’amitié entre les deux villes est toujours aussi grande et cela depuis presque 35 ans. Le vendredi, nous sommes allés visiter l’huilerie de Blot-l’Église avec explications sur la fabrication des différentes huiles, puis la journée s’est poursuivie au Puy de Lemptégy. Le samedi, c’est la ville d’ Orcival avec sa Basilique et sa chocolaterie qui nous a reçu. Comme à chaque rencontre, nous avons terminé la soirée par un repas qui n’avait que le nom d’officiel. Ces journées sont toujours trop courtes mais, nos amis allemands reviendront pour le marché de Noël. Pour rappel choucroute le 7 février 2026.

# Spectacle, Animation.

## Comité des Fêtes.

Le Comité des Fêtes de Lempdes une équipe de bénévoles dynamiques et engagés qui œuvre sans relâche pour créer une ambiance chaleureuse et festive lors des évènements locaux (Par exemple, le 12 juillet 2025, l’Orchestre Bernard Becker était sur le site du Bourgnon). Grâce à l’implication et à l’enthousiasme de ses membres, le CDF est un véritable moteur de convivialité et de bonne humeur qui contribue à animer la ville de Lempdes, à renforcer les liens entre les habitants et à partager des moments de joie tous ensemble. Si vous souhaitez faire partie de cette chouette équipe n’hésitez pas à nous contacter !

Mail à : comite.des.fetes.lempdes@gmail.com

Tél. : 06.75.87.74.82 et sur le site : https://www.facebook.com/cdflempdes/

# Travaux Manuels.

## Les Doigts de Fée.

L’Association Les Doigts de Fée est une association de loisirs créatifs. Vous avez envie de peindre sur la soie, sur le tissu, sur le verre ; nous avons tout ce qu’il faut pour travailler ou bien de tricoter, de coller, de plier, etc… Nous sommes là pour vous aider à concrétiser un projet. Pour en savoir davantage sur nos réalisations, venez nous voir les mardis et les vendredis de 14h à 16h30 dans la salle Agora. Ouverture de l’association le mardi 16 septembre. (Pour info : il n’y a pas de club pendant les vacances scolaires).

Renseignements : Annie Tisseyre au 06.83.34.92.99.

# FJEP (Amicale laïque Lempdes).

## Aquagym.

L’aquagym est une activité physique bénéfique pour la santé permettant :

* de travailler de nombreux muscles (abdominaux, fessiers, cuisses, bras, épaules),
* d’améliorer la circulation sanguine,
* de tonifier le rythme cardiovasculaire grâce à la résistance de l’eau en douceur.

L’aquagym est également une source de relaxation, de bien-être tout en remodelant sa silhouette. Accessible à tous, hommes, femmes, adolescents qui doivent être accompagnés d’un parent, quel que soit l’âge, sans obligation d’être sportif ou de savoir nager. Les cours, d’une durée de 45 minutes, sauf le vendredi d’une heure, sont proposés :

* le lundi à 19h15, 20h et 20h45
* le mercredi à 20h45
* le jeudi à 19h15 et 20h
* le vendredi à 19h30.

Les séances à 19h15 sont très convoitées et complètes suite au renouvellement des adhésions des adhérentes de l’année écoulée mais les autres créneaux ont encore des disponibilités. Le tarif annuel est de 144 euros pour une séance par semaine, 193 euros pour 2 séances par semaine, pas de cours pendant les vacances scolaires. Si vous souhaitez nous rejoindre, rendez-vous au complexe sportif le samedi 6 septembre 2025 au forum des associations de 10h à 17h.

Pour tout renseignement, vous pouvez contacter Joëlle Ferrie au 06.65.01.75.60 ou par mail à : joelleferrie@gmail.com.

## Gym, Fitness.

Pour se tonifier, se dépenser, s’assouplir, améliorer son endurance dans une ambiance rythmée et conviviale, le FJEP propose plusieurs activités :

* Cardio-fitness : Exercices alternant phase cardio et renforcement musculaire pour tout le corps.
* Pilates : La méthode Pilates permet de renforcer les muscles profonds. Cette discipline allie le corps et l’esprit, se base sur des placements précis et des principes fondamentaux alliant fluidité, stabilité, et contrôle associé à une respiration spécifique. Le Pilates a pour bénéfice d’harmoniser la silhouette et de créer une grande force intérieure.
* Hiit’n Boxe (High Intensity Interval Training) : cours de 45 minutes. Enchaînements d’exercices inspirés des mouvements de sports de combat mais sans aucun contact effectué.
* Renforcement Musculaire : Musculation posturale et assouplissement. La plupart des exercices sont réalisés au sol permettant un bon soutien mais aussi d’éviter de penser à la gravité. La position allongée facilite les alignements et les placements.
* Stretching : Étirement des muscles sur musique douce et apaisante. Permet de travailler sur la souplesse et l’amplitude articulaire.
* Total Body : Peu de temps pour vous occuper de vous ? Ce cours synthétise l’essentiel : en ciblant tout le corps en cardio, renforcement musculaire et étirements.
* Total Body Zen : Renforcement musculaire. Pour se sentir plus souple et tonique. Utilisation de petit matériel. Exercices au sol et debout.

Voici les horaires des activités :

* Cardio renfo, le lundi de 18h30 à 19h30, Petit Prince.
* Stretching, le mardi de 13h30 à 14h30, au Complexe sportif.
* Renforcement musculaire, le mardi de 14h30 à 15h30, au Complexe sportif.
* Pilates, le mardi de 17h à 18h, au Complexe sportif.
* Cardio renfo, le mardi de 18h15 à 19h15, Petit Prince.
* Hiit’n Boxe,le mardi de 19h15 à 20h, Petit Prince.
* Pilates, le mardi de 20h à 21h, Petit Prince.
* Cardio renfo, le jeudi de 18h à 19h, Petit Prince.
* Stretching, le jeudi de 19h à 20h, Petit Prince.
* Total body cardio, le vendredi de 9h à 10h, au Complexe sportif.
* Total body zen, le vendredi de 10h à 11h, au Complexe sportif.

Les cours durent une heure sauf le cours de hiit’n boxe (45 minutes). Il est possible de faire une séance gratuite d’essai dans tous les cours avant de choisir. Tarifs à l’année de 101€ pour une séance de 45 minutes et 132€ pour une heure.

Contact : Françoise Casajus-Gil au 06.10.75.47.17.

## Relaxation.

La relaxation peut vous aider à trouver la sensation de bien-être qu’apporte la détente. Vous êtes stressés, tendus, nerveux…. Venez nous rejoindre ! Chaque séance se décompose en 2 parties : l’une dynamique et l’autre statique. Pensez à prendre un tapis de sol et une petite couverture. Places limitées.

* Le lundi de 18h à 19h, à la Salle Françoise Giroud avec Danielle,
* Le mercredi de 9h30 à 10h30, à la Salle Françoise Giroud avec Danielle,
* Le mercredi de 18h à 19h, à la Salle Françoise Giroud avec Norah (nouveau créneau),
* Le jeudi de 18h30 à 19h30, à la Salle Françoise Giroud avec Norah.

Tarif : 153€ par an.

Contact au 06.89.53.12.85 (par sms uniquement).

## Zumba.

Un cours de Zumba vous est proposé cette année à la Salle des Fêtes le jeudi soir de 20h15 à 21h15. Pour saisir l’ambiance et les bienfaits d’un cours de Zumba, le plus simple est encore de venir tester ! Vous auriez tort de vous priver : « on saute, on s’amuse, on danse, on transpire sur des musiques que l’on aime, c’est une heure où l’on oublie tous ses soucis ».

Tarif : 132€ par an.

Contact au 06.89.53.12.85 (par sms uniquement).

## Sophrologie.

Pour tous ceux qui cherchent à améliorer mieux être et détente, à appréhender stress et anxiété, n’hésitez pas à venir profiter de cette méthode de relaxation.

La sophrologie pour quoi ?

* Mieux dormir : elle accompagne les personnes ayant des difficultés d’endormissements ou de réveils nocturnes.
* Gérer le stress : elle apprend à lâcher-prise sur les contrariétés et mieux gérer son stress.
* Gérer les émotions : elle apprend à reconnaître les différents types d’émotions et à réagir de façon adaptée pour mieux les gérer au quotidien.
* Se préparer à un évènement important : examens, vie professionnelle, mariage, compétition.
* Gérer les douleurs : elle va permettre à la personne de retrouver un équilibre entre son corps et son mental et mieux vivre avec ses douleurs. Celles-ci ne vont pas disparaitre mais seront mieux supportées au quotidien.

Séance le mercredi de 19h à 20h15 à la Salle Françoise Giroud. Pour de plus amples renseignements concernant cette discipline, vous pourrez rencontrer la sophrologue certifiée en charge de l’animation de cette section au forum des associations de Lempdes le 6 septembre.

Tarifs : 192€.

Pour les informations concernant les inscriptions, s’adresser à la Responsable de section Madame Andrée Danchaud au 06.32.28.24.01.

## Œnologie.

Crée en 1996, la section œnologie du FJEP a pris le nom de « La Chabanelle », du nom d’un coteau viticole réputé de la commune de Lempdes. Le but de la section n’est pas seulement celui de la science du vin mais également celui de sa découverte, de sa connaissance, de sa démystification. C’est aussi celui de la convivialité autour du vin. L’activité de la section se fait principalement autour de séances de dégustation qui ont lieu le lundi soir à partir de 20 heures une fois par mois environ. Les séances de début de saison sont plus initiatiques : initiation à la dégustation, au goût et aux arômes, découverte des cépages, des terroirs. La section organise également une fois par an une séance « spéciale de dégustation » non consacrée au vin. Selon les années, nous avons pu découvrir les whiskies, les bières, les rhums, les cognacs…. Les adhérents apprécient également le repas gastronomique annuel dans un restaurant de la région qui permet d’associer les vins et les mets. Des repas amicaux sont également organisés au moment de Noël et de la nouvelle année pour la traditionnelle galette. La saison se termine traditionnellement en juin par une séance dite « grands vins » pendant laquelle, au cours d’un repas, de grands, voire très grands crus sont dégustés. Les responsables de la section seront présents au Forum des Associations le 6 septembre 2025 au complexe sportif. Vous pouvez également contacter les responsables de la section : J C Danchaud au 06.47.33.65.78 et Françoise Casajus-Gil au 06.10.75.47.17.

## Qi Gong, Tai Chi.

Qi Gong : cours les lundis de 18h à 19h15, les mercredis de 9h à 10h15 et les samedis de 9h15 à 10h30 (Qi Gong du bâton, Qi gong contre les douleurs et Qi gong des animaux).

Tai-Chi :

* Tai- chi style yang ancien, les samedis de 10h45 à 12h avec Annick.
* Taï-chi moderne et taï-chi avec éventail et épée les jeudis de 17h30 à 18h45 et les mercredis de 18h45 à 20h15 avec Sylvain.

Débutants acceptés.

Contact Alain Fournier au 06.61.64.54.87.

## Judo.

À partir de 5 ans. Joris, entraîneur, vous attend pour des cours le mardi et vendredi au Dojo du Complexe sportif. Places limitées.

* Le mardi de 17h30 à 18h30 (5 à 6 ans).
* Le vendredi de 17h30 à 18h30 (7 à 8 ans).
* Le vendredi de 18h30 à 19h30 (8 ans et plus).
* Le mardi de 18h30 à 19h30 et le vendredi de 19h30 à 20h30 (plus de 9 ans à 14 ans).

Les jours et horaires peuvent être modifiés selon le profil du judoka et si débutant ou non et selon la place disponible dans les cours. Merci pour votre compréhension.

Tarif : à partir de 150€ par an licence FFJDA comprise.

Contact au 06.89.53.12.85 (par sms uniquement).

## Musculation.

C’est reparti ! Nouveaux horaires : du lundi au vendredi : de 8h à 21h non-stop ! Le samedi de 9h à 12h et de 14h à 18h. Une salle rénovée dans une ambiance conviviale, nouvel éclairage, cours abdos-fessiers avec une nouveauté : le circuit training. Avec un espace cardio : vélos, tapis de course et rameurs et un espace musculation sur des nouveaux appareils avec un programme personnalisé sur les conseils d’un coach sportif diplômé d’état. Nous serons présents au forum des associations le 6 septembre. Profitez de cet évènement pour découvrir notre salle de musculation lors de cette journée portes-ouvertes de 10h à 18h non-stop, au 1er étage de la Maison des Sports (à côté de la piscine), rue du stade.

Conserver ou retrouver la forme et les formes ! N’hésitez plus ! À partir de 16 ans. Visitez nos installations en présence d’un éducateur sportif et des responsables de la section.

Calendrier des inscriptions saison 2024-2025 : Les permanences d’inscriptions se font au clubhouse de la maison des sports.

En septembre :

* Le mercredi 3 de 17h à 19h30,
* Le mercredi 10 de 17h à 19h30,
* Le mercredi 17 de 17h à 19h30,
* Le mercredi 24 de 17h à 19h30.

En octobre :

* Le mercredi 1er octobre de 17h à 19h30. Date de clôture des inscriptions : mercredi 1er octobre.

Contact : Bernard Magnol au 06.18.19.34.36.

Sur le site : fjep-lempdes.e-monsite.com

## Badminton.

La section Badminton du FJEP Lempdes vous attend avec impatience pour la saison 2025-2026. Tous les niveaux sont acceptés, du débutant à l’expert, pour des matchs en simple ou en double, en équipe mixte ou unisexe. Attention, cette section est réservée aux adultes uniquement. Pour cette nouvelle saison, une séance avec entraineur (places limitées) est proposée et les horaires évoluent. Ainsi, nous vous accueillerons au Cosec de Lempdes :

* Le mardi de 20h à 22h pour du jeu libre (nouveauté),
* Le jeudi de 18h30 à 20h30 pour du jeu libre (changement d’horaire),
* Le vendredi de 20h30 à 22h avec un entraineur (nouveauté) sur 25 séances réparties sur l’année puis de 22h à 23h30 pour du jeu libre.

Les plus chevronnés expliquent les règles et donnent des conseils aux novices, le tout dans un esprit de partage et de respect. La bonne ambiance et la convivialité sont de rigueur chez nous. Nous organisons des moments d’échange entre adhérents tout au long de l’année. Nous participons également au tournoi UFOLEP qui regroupe une dizaine de clubs du département (sans condition de niveau). Attention en raison d’un fort intérêt pour le badminton, nous avons aujourd’hui une liste d’attente pour les nouveaux arrivants.

Pour plus de renseignements, vous pouvez contacter : Emilie Goncalves au 06.44.03.85.54 ; Mireille Reboul au 06.15.03.91.42.

N’hésitez pas à aller sur le site de la FJEP pour avoir accès à toutes les informations.

## Baby Gym.

Nouvel animateur ! La section Baby-gym s’adresse aux enfants de 2 ans et demi à 5 ans. Aux programmes: motricité, courses, obstacles, roulades, équilibre… L’activité amène l’enfant à respecter les règles du jeu, à mesurer les prises de risques et à maîtriser son énergie. Le mercredi de 9h45 à 10h30 ou de 10h30 à 11h15 au Complexe sportif Bernard Bordiau.

Tarif : 103€ par an.

Responsable : Claude Daulat au 06.71.66.55.51.

## Yoga Zen Do.

Yoga asiatique. Horaires des cours le mercredi de 17h à 18h et de 18h à 19h , professeur Monsieur Nguyen Gervais.

Contact : Alain Fournier au 06.61.64.54.87.

## Foot en Salle.

Activités : Foot en salle pour adultes, au Cosec de Lempdes.

Horaires : le samedi de 9h30 à 11h.

Tarif : 60€ par an.

Contact : William Langlade au 06.37.45.14.30.

## Marche nordique.

Pourquoi faire de la marche nordique ? C’est un sport complet, de plein air, qui se pratique toute l’année et qui fait travailler les jambes, les bras, le dos, les fessiers, les pectoraux, les abdominaux, mais aussi la coordination ,les automatismes et la respiration. À Lempdes deux groupes existent : le mercredi matin, un groupe à allure soutenue et le vendredi matin un groupe à allure plus lente. Dans tous les cas, le rendez-vous se situe sur le parking de la rue de la Maugagnade à 8h50. Prêt de bâtons pour une séance d’essai et il est possible de passer d’un groupe à l’autre en fonction de vos capacités du moment.

Renseignements : Nadine (le mercredi) au 06.66.84.55.71 et Eveline (le vendredi) au 06.88.01.43.24.

## L’Échiquier lempdais.

L’Échiquier lempdais vous accueille à partir de 6 ans, pour une nouvelle saison remplie d’aventures sur l’échiquier. Vous êtes débutant ? Nous vous apprendrons le déplacement des pièces et les bases du jeu. Vous êtes joueur occasionnel ? Nous vous apprendrons la tactique, élément primordial pour progresser. Vous êtes joueur confirmé ? Nous vous ferons découvrir les arcanes de la stratégie échiquéenne. Vous êtes plus fort que les profs du club ? Alors venez renforcer notre équipe compétitive ! Le club est ouvert le mercredi de 18h à 21h et le vendredi de 18h à 22h.

Contact par courriel à : echiquierlempdais@gmail.com ou au 06.27.01.73.36.

Et sur le site : http://echiquierlempdais.hautetfort.com/

## Danse.

Cette année l’association FJEP Danse vous propose 6 styles de Danse avec 4 nouveaux professeurs afin de plaire au plus grand nombre à compter de l’âge de 4 ans. Au menu : Moderne jazz, Oriental-Tribal, Danse Africaine-Indienne, Hip-Hop.

Contact : responsables de la section danse : Marie-Noëlle au 06.99.06.19.19 ou Virginie au 06.71.20.47.97 et sur le site : https://fjep-lempdes.emonsite.com

Séance d’inscription au forum des associations le samedi 6 septembre de 10h à 17h au complexe sportif Bernard Bordiau.

## Tennis de table.

La section est ouverte aux Juniors à partir de 16 ans, Séniors et Vétérans aussi bien pour la gente féminine que masculine. Les horaires des séances sont : le mardi de 19h30 à 21h30 et le vendredi de 20h15 à 22h au complexe sportif, rue de la Piscine. Un certificat médical est obligatoire à l’inscription. Tarifs à partir de 80€.

Responsables : Lionel Rinaldi au 06.07.10.73.60 et Gaël Lambert au 06.23.44.31.72.

## Remue-méninges.

Spécial Seniors. Remue méninge permet d’entretenir ou d’améliorer ses capacités cognitives, que sont la mémoire, sous toutes ses formes mais aussi l’attention, la concentration, la réflexion, les stratégies tout cela en s’amusant. Le mot d’ordre est : pas de compétition chacun fait ce qu’il peut et progresse à son rythme. Venez réveiller vos neurones dans une ambiance conviviale et très sympathique. N’hésitez pas à venir tester pendant une heure lors d’une séance le mardi matin à 9h, 10h ou 11h à la maison des associations.

Renseignement : Bureau au 04.73.61.77.26 ou Françoise Casajus-Gil au 06.10.75.47.17.

## Pyramide.

« Faire travailler ses neurones en jouant ». Telle est la devise de notre section. Tiré d’un jeu télévisé, Pyramide permet de découvrir la richesse du vocabulaire de la langue française en jonglant avec les mots. Point n’est besoin d’être un érudit même si une bonne gymnastique intellectuelle et un minimum de culture générale s’avèrent nécessaires pour résoudre les énigmes. Les séances se déroulent à la maison des associations, salle Georges Brassens.

Horaires : Le lundi de 14h à 18h.

Tarifs : 34€.

Responsable : Gérard Rauche au 04.73.61.73.93.

## Retraite Tonic, Gym douce.

Spécial Seniors. L’activité physique est reconnue comme un gage de maintien en bonne santé, Retraite Tonic-Gym douce est parfaitement adaptée aux personnes plus âgées mais aussi aux moins âgés, à ceux qui n’aiment pas beaucoup le sport, à ceux qui ont des pertes d’équilibre, à ceux qui ont peur de tomber, à ceux qui veulent faire partie d’un groupe sympa. Bon pour le moral comme pour le physique, animé par Mouss et sa bonne humeur, vous pouvez participer à une ou 2 séances par semaine. N’hésitez pas à venir tester cette activité, puis à y adhérer afin de vieillir mieux.

Séances le lundi de 10h45 à 11h45, le jeudi de 9h45 à 10h45 et de 10h45 à 11h45 au complexe sportif. 2 nouveaux animateurs !

Renseignement : Bureau au 04.73.61.77.26 ou au 06.89.53.19.85 (après 19h ou sms).

## Rando dimanche (adultes uniquement).

Quelle est la différence entre la marche et la randonnée pédestre ? Lorsque vous faites de la randonnée, votre corps utilise plus d’énergie pour se déplacer sur des chemins accidentés et vallonnés. On parle de marche uniquement si le chemin que vous empruntez est souvent plat ou peu vallonné ou peu escarpé. Rando dimanche propose une randonnée entre 2h30 et 3h30 sur des parcours avec des dénivelés entre 250 et 350m. Une sortie un dimanche sur 2 le matin à partir de 8h dans un périmètre de 10 à 20km maximum de Lempdes (covoiturage). Et quelques randonnées à la journée avec pique-nique lors des jours fériés ou vacances (avec des dénivelés plus et moins, un peu plus importants) . Vous ne voulez pas marcher seul le dimanche matin ? Alors venez nous rejoindre ! Un planning au trimestre sera disponible avec tous les détails des randos (date, lieu, dénivelés plus et moins, distance, temps estimés) et la sortie se fera sur inscriptions. Pour votre sécurité, l’animatrice est titulaire du PSC1 (Premier secours civique n1) et du Brevet Fédéral d’Animateur Rando Pédestre.

Tarif : 50€ par an licence comprise. Présence au forum des Associations le samedi 6 septembre 2025 au complexe sportif Bernard Bordiau.

Contact : Barbara Charbotier au 06.89.53.12.85 (par sms uniquement).

# Liste des associations.

Si vous ne figurez pas dans cette liste merci de contacter le Service Culturel de la mairie de Lempdes au 04.73.61.53.30.

## Activités sportives.

* Access Padel Club : Monsieur Philippe Antunes au 06.83.88.75.67.
* Ar’club Land : Monsieur Bruno Cahuzac au 06.10.88.01.36.
* ASC AIA Rugby Lempdes : Monsieur Damine Voissiere au 06.15.37.95.86.
* ASPTT Clermont : Secrétariat au 04.73.61.72.00.
* Atletic Tennis Club de Lempdes (ATC) : Monsieur Alain Reynaud au 06.73.30.10.48.
* Basket Club de Lempdes : Madame Stéphanie Tardieu au 06.86.85.45.16.
* Club Handball Pont-du-Château-Lempdes : Monsieur Gabriel Merour, par courriel à : castelpontinhbc@gmail.com
* Cyclo Club Lempdais : Monsieur Arnaud Pereira au 06.85.65.44.09.
* Graines de Baroudeurs : Madame Caroline Segoni, par courriel à : hello@grainesdebaroudeurs.com
* Groupe Bouliste de Lempdes : Monsieur Jean-Michel Dalle au 07.87.01.98.81.
* Gym Féminine Lempdaise : Monsieur Jacques Delalande au 06.01.48.66.89.
* JSP Lempdes (Jeunes Sapeurs-Pompiers) : Monsieur J C Puyjalon au 06.30.66.38.16.
* Kung Fu-Boxe Chinoise Hu Ying Dao Lempdes : Monsieur Alexandre Lepron au 06.11.38.73.48.
* Lempdes Athlétisme et Loisir : Madame Patricia Sanchis au 06.62.41.90.99.
* Lempdes Athletic Club : Monsieur Alexandre-Lala Rambelo-Manga au 06.30.89.88.46.
* Lempdes BMX Auvergne : Monsieur Franck Sabatier au 06.64.69.84.25.
* Lempdes Gym : Madame Valérie Huguet au 06.79.57.00.54.
* Lempdes Savate Perf : Monsieur Bernard Vayssié au 07.83.71.88.30.
* Lempdes Sport Football : Monsieur Jérémy Magnier au 06.50.09.19.59.
* Lempdes Sport Futsal : Monsieur Jérémy Tournaire au 06.46.62.73.87.
* Lempdes Sport Natation : Madame Fatia Kaidi au 06.06.42.46.44.
* Lempdes 63 Triathlon : Monsieur Didier Tabarant au 06.80.00.80.81.
* Lempdes Yoseikan Budo Club : par courriel à : ybclempdes@googlemail.com
* Modélisme Club de Lempdes : Monsieur Loïc Grangeversanne au 06.18.01.57.10.
* Pétanque de Lempdes : Monsieur Yves Latallerie au 06.45.09.26.83.
* Pilates Pour Tous : Madame Caroline Darne au 06.62.40.76.46.
* Rando Lempdes : Monsieur Jean-Paul Brun au 06.25.51.87.52.
* Ski Club de Lempdes (SCL) : Monsieur Didier Voute au 06.63.15.90.06.
* Société de Chasse : Monsieur Vincent Pouget, par courriel à : lempdeschasse63@gmail.com
* Taekwondo Elite Lempdes 63 : Monsieur Abdelmajid Ziani au 07.67.37.62.03.
* USEP Lempdes : ETAPS, par courriel à : useplempdes63@gmail.com

## Amicale, famille, jeux, quartier, solidarité.

* 4 Lempdaise : Monsieur Romain Chiroux au 06.67.06.65.79.
* AFUS : Madame Lynda Boutouba au 07.83.59.87.28.
* Action Partage Entraide France Bénin : Monsieur Robert Vivier au 06.85.24.45.38.
* Amicale Lempdaise Classe 70 : Madame Evelyne Rastoix au 04.73.61.82.97.
* Amicale des Sapeurs-Pompiers de Lempdes : Madame Sandrine Veron au 06.62.98.72.85.
* Association des Secouristes Français Croix Blanche des Volcans : Monsieur Nicolas Rue, par courriel à : croixblanchedesvolc130@orange.fr
* Club Tarot : Monsieur Grégory Feron au 06.51.59.81.70.
* Comité du Souvenir Français du Canton de Pont-du-Château : Monsieur Gérard Betenfeld, par courriel à : souvenirfrancais63430@gmail.com
* FNACA (Anciens Combattants en Afrique du Nord) : Monsieur Robert Tolsa au 04.73.61.77.30
* Lempdes Solidaire : Madame Marie-Françoise Fournier, par courriel à : lempdesolidaire@gmail.com
* Les Amandiers : Madame Joëlle Andre au 06.31.30.65.40.
* Paroisse St Paul du Val d’Allier : Père Paul Carbonaro au 04.73.84.80.50.
* Secours Lempdais : Monsieur Jean-Pierre Doleux au 06.68.26.47.22.
* Solidarité Paysans en Auvergne : Madame Laure Gaillard au 07.81.56.12.77.

## Art, culture, danse, musique, théâtre.

* Association Artistique Lempdaise : Madame Brigitte Venuat au 06.61.70.92.41.
* Association des Membres de L’Ohl (Orchestre d’harmonie de Lempdes) : Monsieur Sébastien Leal au 07.70.01.47.41.
* Chorale EnVoL (Ensemble Vocal de Lempdes) : Monsieur Marc Bourguet au 06.61.58.25.34.
* Croqu’notes : Madame Chantal Ghesquiere au 06.64.12.60.79.
* Cult’ure63 : Monsieur Enzo Selmi, par courriel à : selmi.enzo@gmail.com
* Jazz Lempdes : Monsieur Thomas Thierry, par courriel à : jazzlempdes@gmail.com
* Lempdes Accordéon : Monsieur Yvon Bertheol au 06.37.12.64.68.
* Lempdes Diverti Danses : Madame Chantal Fournet-Fayard, par courriel à : lempdes.divertidanses2024@gmail.com
* Lempdes Minéraux : Monsieur Gilbert Boudriot au 07.83.67.90.46.
* Les Amis de L’OCL (Orchestre à Cordes de Lempdes) : Madame Aude Gaborit au 06.67.34.01.39.
* Les A’tractions de La 2deuche : Monsieur Michel Bouchet, par courriel à : michel.bouchet2@wanadoo.fr
* Les Portugais Do Castelo : Monsieur Stéphane Martins, par courriel à : docastelo63@gmail.com
* Lou Belladaires : Madame Jocelyne Larrat, par courriel à : loubelladaires63@gmail.com
* No Play : Monsieur Jean-Gilles Chaise au 06.99.59.52.49.
* Note à Note : Monsieur Louis Bard au 04.73.61.87.68.
* Objectif Image 63 : Monsieur Gérard Diebold, par courriel à : contact@objectif-image63-lempdes.fr
* Replic : Monsieur Jean-Marie Jarrige, par courriel à : replic@laposte.net

## Sports mécaniques.

* Club des Amis de la 2CV : Monsieur Jacques Desvignes au 06.07.63.23.29.
* Les Vieilles Bielles : Monsieur Roland Beauquier au 06.83.24.82.40.
* Stock Car Club de Lempdes : Monsieur Thierry Paulin au 06.23.69.43.48.

## Environnement, nature, santé.

* Anis Étoile (Agriculture, Nutrition, Interculturel, Solidarités) : Madame Nathalie Gregoris, par courriel à : contact@anisetoile.org
* Association des Communes Forestières du Puy-de-Dôme : Monsieur Guillaume David au 04.73.83.64.67.
* Association pour le Don du Sang Bénévole de Lempdes : Monsieur Jean-Paul Meunier au 04.73.61.80.88.
* Bois des Territoires du Massif Central (BTMC) : Madame Amélie Troncy, par courriel à : amelie.troncy@boisterritoiresmassifcentral.org
* Génétique Lempdes : Madame Danielle Misic, par courriel à : daniellemisic63@gmail.com
* Jardiniers des Pays d’Auvergne : Madame Evelyne Leplus au 06.72.50.75.40.
* Nature et Progrès Auvergne : Monsieur Le Président, par courriel à : contact@natureetprogres-auvergne.org

## Aide aux devoirs, jeunesse, scolarité.

* 3 AVE Vetagro Sup : Monsieur Romain Blanc, par courriel à : 3ave@vetagro-sup.fr
* Des Couleurs pour l’Enfance : Madame Laurence Allirand, par courriel à : descouleurspourlenfance@gmail.com
* FCPE Fédération des Conseils de Parents d’Élèves : Madame Annabel Dabrigeon au 06.87.46.82.69.
* Les Enfants du Bourgnon, par courriel à : lesenfantsdubourgnon@gmail.com
* Les Parents du Petit Prince : Madame De Sousa Gomes Julie, par courriel à : gomes\_julie@hotmail.fr
* Les P’tis Bougnats : Madame Cindy Lopez au 06.71.63.36.13.

## Jumelage, patrimoine, traditions.

* Comité de Jumelage Hallstadt : Monsieur Christian Fouilhoux au 06.80.33.03.72.
* Comité de Jumelage Mangualde : Monsieur Philippe Martins, par courriel à : tins.philippe63@gmail.com

## Spectacle, animation.

* Comité d’Accueil et des Fêtes : Monsieur Philippe Goigoux au 06.75.87.74.82.

## Travaux artistiques et manuels.

* Les Doigts de Fée : Madame Annie Tisseyre au 06.83.34.92.99.
* Les Petits Petas : Madame Nadine Boyer au 06.69.45.06.38.

## Foyer des Jeunes et d’Éducation Populaire (FJEP).

* Toutes activités : Bureau au 04.73.61.77.26 et Madame Françoise Casajus-Gil au 06.10.75.47.17.
* Aquagym : Madame Joëlle Ferrie au 06.65.01.75.60.
* Badminton : Madame Emilie Goncalves au 06.44.03.85.54.
* Badminton : Madame Mireille Reboul au 06.15.03.91.42.
* Baby Gym : Madame Claude Daulat au 06.71.66.55.51.
* Danse : Madame Virginie Duarte au 06.71.20.47.97.
* Danse : Madame Marie-Noëlle de Staerke au 06.99.06.19.19.
* Foot en Salle : Monsieur William Langlade au 06.37.45.14.30.
* Gym Fitness : Madame Françoise Casajus-Gil au 06.10.75.47.17.
* Gym Fitness : Madame Christiane Fournier au 06.61.64.54.87 (mardi après-midi).
* Jeux d’échecs : Monsieur Philippe Boyadjis au 06.27.01.73.36.
* Gym Douce : Bureau au 04.73.61.77.26 ou 06.89.53.12.85 (après 19h ou sms).
* Judo : Madame Barbara Charbotier au 06.89.53.12.85 (après 19h ou sms).
* Marche Nordique : Madame Nadine Okulewicz au 06.66.84.55.71 (séance du mercredi).
* Marche Nordique : Madame Evelyne Ducreux au 06.88.01.43.24 (séance du vendredi).
* Musculation : Monsieur Bernard Magnol au 06.18.19.34.36.
* Œnologie « La Chabanelle » : Monsieur Jean-Claude Danchaud au 06.47.33.65.78.
* Pyramide : Monsieur Gérard Rauche au 04.73.61.73.93.
* Qi Gong : Monsieur Alain Fournier au 06.61.64.54.87.
* Rando Dimanche : Madame Barbara Charbotier au 06.89.53.12.85 (sms uniquement).
* Relaxation : Madame Barbara Charbotier au 06.89.53.12.85 (sms uniquement).
* Remue-Méninges : Madame Françoise Casajus-Gil au 06.10.75.47.17.
* Retraite Tonic : Bureau au 04.73.61.77.26 ou 06.89.53.12.85 (après 19h ou sms).
* Sophrologie : Madame Andrée Danchaud au 06.32.28.24.01.
* Tai-Chi : Monsieur Alain Fournier au 06.61.64.54.87.
* Tennis de Table : Monsieur Lionel Rinaldi au 06.07.10.73.60.
* Tennis de Table : Monsieur Gaël Lambert au 06.23.44.31.72.
* Yoga Zen Do : Monsieur Alain Fournier au 06.61.64.54.87.
* Zumba : Madame Barbara Charbotier au 06.89.53.12.85 (sms uniquement).

# Lempdes Info. Spécial vie associative, août 2025.

Éditeur : Mairie de Lempdes, 63370 Lempdes.

Directeur de publication et responsable de rédaction : Henri Gisselbrecht.

Textes-photos vie associative : communiqués par les associations.

Réalisation-Composition : Anne-Gwénaëlle Delahaye, service Communication, Mairie de Lempdes.

Impression : Imprimerie Decombat à Gerzat au 04.73.25.06.62.

Régie publicitaire : Italique, Christiane Jalicon, chef de publicité au 04.73.14.00.01. Fax 04.73.14.11.22.

Date du dépôt légal : à parution. Imprimé sur papier 50% recyclé, 50% issu de forêts gérées durablement.

Magazine adapté en version numérique accessible et au format DAISY (audio et texte) par AcceSens, 11 rue de la petite vitesse, 63260 Aigueperse au 04.73.64.21.04, sur le site : www.accesens.com et par courriel : contact@accesens.com