



Commune de
COLOMBY-ANGUERNY

n° 216 – 31 octobre 2025

La lettre de la mairie

REPUBLIQUE FRANCAISE
Département du Calvados
Commune de Colomby-Anguerny

**Cérémonie commémorative
du
11 novembre
1918**



Nous avons l'honneur de vous inviter à la 107^e
cérémonie commémorative de l'armistice
du 11 novembre 1918

Elle se déroulera le

**Mardi 11 novembre 2025
à 9 h 15
au monument aux morts
dans le cimetière Saint-Martin**

*A l'issue de la cérémonie, une collation sera offerte
dans la grange du colombier.*

A Colomby-Anguerny, le 18 octobre 2025

Le Maire,
J-L GUILLOUARD



- CLUB D'ÉCHECS -

au centre socioculturel ADAJ
de Douvres la Délivrande
(Espace Louise Jarry - 8 rue de l'église)

-Mercredi et vendredi de 17 h à 19h-
(hors vacances scolaires)

(avec formateur le mercredi)



Tout niveau :
Débutant ou Confirmé
Enfants/ados/adultes

Adhésion annuelle de 10€

Renseignements et inscriptions
au 02.31.37.18.04
adaj@adaj.org

Visitez notre site internet : adaj.org

Séance de
YOGA et Marche en plein air
adultes
Animée par Annie CHENE

7 €
la séance



Mardi 4/11 et 18/11
de 10h30 à 12h00
inscription obligatoire



Douvres-la-Délivrande
rdv aire de jeux du site de la Baronne

"Mon défi , je prends l'air et je me renforce !" Un temps pour ralentir, respirer, ressentir... Mise en mouvement, ancrage, marche silencieuse, pauses sensorielles, postures de yoga faciles, relaxation en pleine nature Plus ou moins de Yoga, plus ou moins de marche, selon la météo

Prévoir : tenue souple, sac à dos ajusté avec bouteille d'eau, tapis de Yoga ou serviette épaisse, protection à la pluie ou au soleil REPLI EN SALLE en cas de forte pluie

Inscription et règlement obligatoires pour le 04/11/25 avant le 03/11/25 à 12h Annulation/remboursement avant le 30/10/25 à 12h et pour le 18/11/25, inscription et règlement obligatoires pour le 17/11/25 à 12h Annulation/remboursement avant le 13/11/25 à 12h

depuis votre Espace Famille ADAJ

(si vous n'en possédez pas, contactez-nous au 02.31.37.18.04)

Centre socioculturel ADAJ
8 rue de l'église
14440 Douvres-la-Délivrande



Séance de
Nordic YOGA
Adultes

7€
la séance



Animée par Annie CHENE

samedi 8/11 à 10h/11h30
vendredi 21/11 à 17h/18h30
inscription obligatoire



Bernières/Mer, RDV parking du Platon



Le Nordic Yoga est une alliance de la marche nordique et de postures de yoga qui se pratique en extérieur avec des bâtons .

Le Nordic Yoga permet un bien-être physique et mental.

(Prévoir un sac à dos ajusté ou type Camelbag votre bouteille d'eau ainsi qu'une tenue adaptée à la pratique et à la météo , des bâtons de marche nordique si vous en possédez ou prêt possible à l'inscription, prévoir sac à dos ajusté, de l'eau, bonnes chaussures de marches (semelles souples)

Inscription et règlement pour le 08/11 avant le 07/11/25 à 12h Annulation/remboursement pour le 7 avant le 4/11/25 à 12h et pour le 21/11/25 inscription et règlement pour le 20/11 à 12h Annulation/remboursement avant le 17/11/25 à 12h

depuis votre Espace Famille ADAJ

(si vous n'en possédez pas, contactez-nous au 02.31.37.18.04)

Centre socioculturel ADAJ
8 rue de l'église
14440 Douvres-la-Délivrande



Cours de Danse en ligne

Adultes

"Apprendre,Danser et s'Amuser"



"les cours se pratiquent en présentiel et en groupe,
les danseurs alignés les uns à côté des autres"

Vendredis
28/11 et 19/12

18h45-19h45

au Centre socio culturel ADAJ*

Animés par Séverine

Réservation, règlement jusqu'au mardi 18h précédent la séance, au centre socio culturel ADAJ, 8 rue de l'église 14440 Douvres-la-Délivrande tél:02-31-37-18-04
pas de remboursement en cas d'annulation, places limitées



*Espace Louise Jarry -
8 rue de l'église 14440 Douvres-la-Délivrande



Temps Dansants

ateliers pour apprendre et/ou s'exercer aux différentes danses



Vendredis 07/11, 21/11, 05/12 et 19/12/25

de 14h00 à 15h30

au centre socio culturel ADAJ

8 rue de l'église 14440 Douvres-la-Délivrande

02-31-37-18-04

Animé par Jacky FOUQUES

Inscription/règlement à l'accueil de l'ADAJ
avant le mercredi qui précéde la séance

3 euros par personne

(aucun remboursement en cas d'annulation)
(public adulte)



Ateliers de YOGA EN FAMILLE



Samedis

04-10-25

et/ou

08-11-25

et/ou

06-12-25

5 euros par personne

de 10h30 à 11h30

salle de la mairie d'Anisy
1 rue de la Chênaie

Animée par Chloé TITARD



Enfant de 3 à 8 ans accompagné d'un/des parents

Venez découvrir des postures et respirations pour mieux gérer vos émotions

Inscription et règlement avant le mardi qui précéde la séance
pas de remboursement en cas d'annulation depuis votre espace Famille ADAJ

(si vous n'en possédez pas, contactez-nous au 02.31.37.18.04)

Centre socioculturel ADAJ
8 rue de l'église
14440 Douvres-la-Délivrande



Ateliers de YOGA EN FAMILLE



Samedis

22/11 et 20/12

de 10h30 à 11h30

5 euros par personne

centre socio culturel ADAJ
8 rue de l'église 14440 Douvres-la-Délivrande

Animée par Chloé TITARD



Enfant de 5 à 10 ans accompagné d'un/des parents

Venez découvrir des postures et respirations pour mieux gérer vos émotions

Inscription et règlement avant le mardi qui précéde la séance
pas de remboursement en cas d'annulation depuis votre espace Famille ADAJ

(si vous n'en possédez pas, contactez-nous au 02.31.37.18.04)

Centre socioculturel ADAJ
8 rue de l'église
14440 Douvres-la-Délivrande

