



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<sup>e</sup>  
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 Baronnie

"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 t avant le 04/11/25 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  
Délivrande tél: 02-31-37-18-04

pas de remboursement en cas d'annulation, places limitées



4€  
la  
séance



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



## 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 précède 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



## 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 précède la séance

**3 euros par personne**

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



## 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 précède 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

