

# Démonstrations sur podiums

## Les RDV de la matinée

- Karaté + Body Karaté et Body Jump (tout public) - **Centre Karaté Manguio - Stand 74**
- Démonstrations de Swing Cat : Rock'n'roll, Salsa, Bachata, Claquettes... - **Le GAM - Stand 71**
- Démonstrations Judo (enfants / adultes) - **École de Judo et de Ju-jitsu - Stand 15**
- Danses Jazz Classique Contemporain - **Les Espoirs de la Danse - Stand 44**
- Danses de couples - Tango Argentin - **Tang'Azur - Stand 76**
- Démonstrations Art martial, armes et mains nues - **Gelanggang Pendita Bunian - Stand 45**
- Démonstrations Danses urbaines - **Swingville - Stand 16**
- Démonstrations Boxe - **Savate boxe française PML 34 - Stand 20**
- Démonstrations Danse et Pôle Danse - **Dancing Fit Studio - Stand 10**

## Les RDV de l'après-midi

- Démonstrations REAL ZAM : Trampolines, Cross Fit, Pump - **Le GAM - Stand 71**
- Présentation du Qi gong (ancrage et petit enchainement) - **COC Tai Chi Qi Gong - Stand 43**
- Danses Espagnoles - **MJC - Stand 12**
- Démonstration Hapkido Self et Mukisool - **Hapkido Self - Stand 42**
- Démonstrations Danses urbaines - **Swingville - Stand 16**
- Danses de couples Rock, Salsa, Bachata - **MJC - Stand 12**
- Karaté + Body Karaté et Body Jump (tout public) - **Centre Karaté Manguio - Stand 74**
- Démonstration Danse et Pole danse - **Dancing Fit Studio - Stand 10**
- Démonstrations Judo (enfants / adultes) - **École de Judo et de Ju-jitsu - Stand 15**
- Chorale - **MJC - Stand 12**
- Démonstrations de Swing Cat : Rock'n'roll, Salsa, Bachata, Claquettes... - **Le GAM - Stand 71**



MAUGUIO  
CARNON

### Service Vie Associative

Tél : 04 67 29 05 23

E-mail : [vie.associative@manguio-carnon.com](mailto:vie.associative@manguio-carnon.com)

 Vie Associative de Manguio Carnon

# Forum des ASSOS 2024

SAMEDI 7 SEPTEMBRE  
10H - 17H

**MAUGUIO**  
Parvis des Arènes  
Boulevard Jean Macé



MAUGUIO  
CARNON

# Ateliers découvertes et initiations

## Salle Prévert

**14h - 15h :** Judo  
**École de Judo et de Ju-Jitsu - stand 15**

**15h - 16h :** Danses urbaines (enfants et adultes)  
**Swingville - stand 16**

**16h - 17h :** Hapkido et Mukisool  
**Hapkido Self - stand 42**

## Maison des Associations

**10h - 17h :** Éveil musical, essais d'instruments de musique  
**École de Musique Mauguio Carnon - stand 14**

**10h - 12h :** Éveil artistique et manuel (enfants de 2 à 4 ans)  
**ASS MEL ASS MAT PIPO - stand 81**

**10h - 12h :** Moments musicaux (enfants de 0 à 3 ans)  
**Naître et Grandir en Musique - stand 82**

**10h - 12h :** Sophrologie, méditation, relaxation  
**Mieux Être AA - stand 46**

**10h - 12h :** Yoga (adulte ou famille) - Ateliers de 30 minutes  
**Les Jeunes Yogis - stand 17**

**10h - 17h :** Sensibilisation Premiers Secours - Ateliers de 45 minutes  
**La Croix Rouge - stand 3**

## Cour Prévert

**14h - 17h :** Sophrologie, méditation, relaxation  
**Mieux Être AA - stand 46**

**14h - 17h :** Yoga (adulte ou famille) - Ateliers de 30 minutes  
**Les Jeunes Yogis - stand 17**

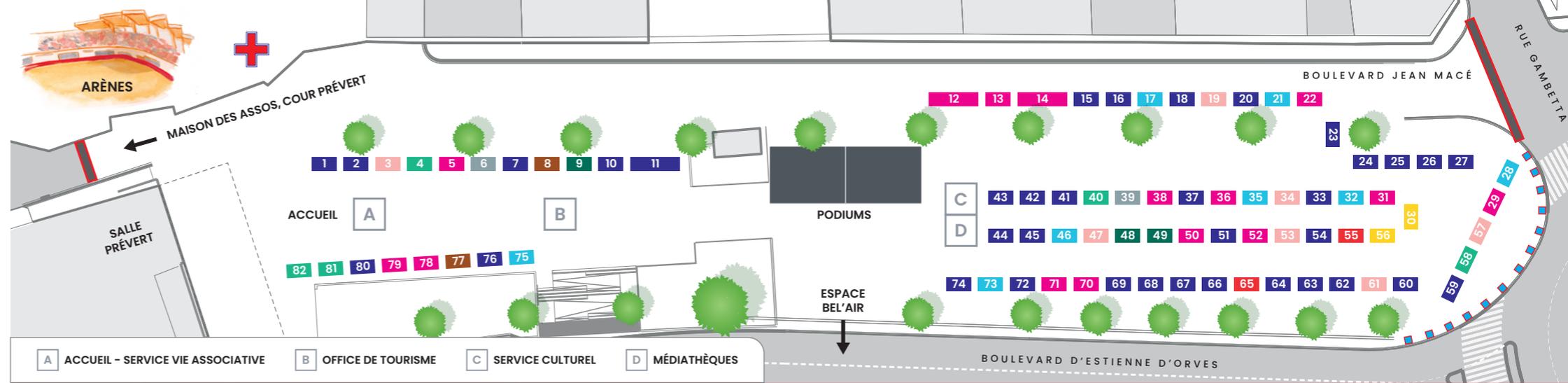
## Espace Bel'Air

**10h :** Tango argentin - Ateliers de 45 minutes  
**Tang'Azur - stand 76**

**11h30 & 15h30 :** Biodanza - Ateliers de 30 minutes  
**Ô La Vie - stand 73**

## Arènes

**Toute la journée :** Promenades à poneys  
**Les Amis du Pôle Équestre de l'Or - stand 1 / L'Hacienda - stand 2**



### AINÉS

8. Les Joyeux Carnonnais  
77. UNRPA - Les Joyeux Retraités Melgoriens

### CULTURE / LOISIRS

5. Pichoto Camargo  
12. MJC  
13. Mauguio E-Sport  
14. École de Musique Mauguio Carnon  
22. Les Improbables  
29. Arts et Photo  
31. Et Tant d'Art !  
36. Ateliers Mas des Artistes  
38. Cercle Archéologique Melgorien  
50. Couleur Locale  
52. La Vie en Couleurs  
70. Cercle Généalogique de Languedoc  
Section locale de Mauguio  
71. Le GAM  
78. Tarot Club Mauguio Carnon  
79. Bridge Club Carnon Mauguio

### ENVIRONNEMENT / VIE LOCALE

9. Vélo Pays de l'Or  
48. L'Or Énergie  
49. La Fabrique Citoyenne du Pays de l'Or

### INTERNATIONAL

55. Servir La Paix  
65. Espana Y Cultura

### JEUNESSE / ÉDUCATION

4. Lusonia  
40. Mauguio Enfants d'Abord  
58. Jouons en Ludothèque  
81. ASS MEL ASS MAT PIPO  
82. Naître et Grandir en Musique

### MILITAIRE

6. 1697<sup>e</sup> Section des Médailleurs Militaires de Mauguio  
39. UNC - Union Nationale des Combattants

### SOLIDARITÉ

3. La Croix Rouge  
19. ETAP - Jardins de Bentezac  
34. Banque Alimentaire de l'Hérault  
47. Visite des Malades en Établissements  
Hospitaliers de l'Hérault  
53. Ligue Contre le Cancer - délégation Mauguio  
57. Action des Chrétiens pour l'Abolition de la Torture  
61. Secours Catholique

### SERVICE PUBLIC

30. SNSM  
56. Agglomération du Pays de l'Or

### RELAXATION / BIEN-ÊTRE

17. Les Jeunes Yogis  
21. L'Instant Mieux Être  
28. Soy Yoga  
32. KLE2COM Naturopathie  
35. Bahyana Yoga  
46. Mieux Être AA  
73. Ô La Vie  
75. Graines d'Éveil

### SPORT

1. Les Amis du Pôle Équestre de l'Or  
2. L'Hacienda  
7. RSEO - Les Retraités Sportifs de l'Étang de l'Or  
10. Dancing Fit Studio  
11. Carnon Fishing Club  
15. École de Judo et de Ju-Jitsu  
16. Swingville  
18. CAP Melgueil  
20. Savate Boxe Française PML 34  
23. Mauguio Carnon Pays de l'Or Basket  
24. Thai Sud Gym

25. Yacht Club Mauguio Carnon  
26. Mauguio Hockey sur Gazon  
27. Roue Libre  
33. Mauguio Carnon Athlétisme  
37. Tennis Padel Mauguio  
41. Club de Plongée Mauguio Carnon  
42. Hapkido Self  
43. COC Tai Chi Qi Gong  
44. Les Espoirs de la Danse  
45. Gelanggang Pendita Bunian  
51. Rugby Club Mauguio Carnon Pays de l'Or  
54. Longe Côte Mauguio Carnon  
59. Gymnastique Volley-ball Loisirs Mauguio Carnon  
60. USMC - Union Sportive Mauguio Carnon  
62. CAP Kdanse  
63. COC Cyclo  
64. COC Danse  
66. Plongez Hydrosud  
67. ASVBM - Association Sportive Volley Ball Mauguio  
68. Club d'Aviron Mauguio Carnon  
69. Vélo Club Mauguio Carnon  
72. C La Forme  
74. Centre Karaté Mauguio  
76. Tang'Azur  
80. Les Ducs de la Motte

# Animations sur stand

4. Lusonia - Découverte de la langue avec jeux interactifs pour les enfants  
9. Vélo Pays de l'Or - Promenades en Vélo-cargo  
11. Carnon Fishing Club - Simulateur de pêche  
13. Mauguio E-Sport - Démonstrations de Jeux Vidéo sur PC / PS5 / Switch  
28. Soy Yoga - Instruments, Atelier créatif, Yoga

31. Et Tant d'Art - Démonstrations dessins en direct  
48. L'Or Énergie - Présentation « Comment fabriquer et cuisiner avec son cuiseur solaire ? »  
49. La Fabrique Citoyenne du Pays de l'Or - Plantation de semis + Pesée d'un panier de légumes + Tombola  
50. Couleur Locale - 10h30 & 15h30 : Découverte Peinture Chinoise Bambous Ideogrammes  
52. La Vie en Couleurs - Démonstrations d'aquarelle  
68. Club d'Aviron Mauguio Carnon - Découverte de l'Argomètre  
73. Ô La Vie - Mini conférences de 15 mn « Qu'est ce que la Biodanza ? »  
74. Centre Karaté Mauguio - Initiations karaté à proximité du stand