



**SUNDHOUSE**  
Tout simplement



## Programme des activités - Associations de Sundhouse

### GYM BASKET

#### **BABY GYM :**

Votre enfant est en maternelle et a envie de se dépenser tout en s'amusant ?

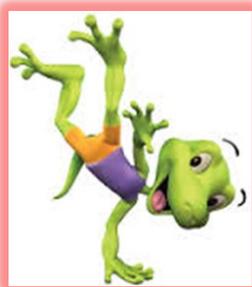


Alors inscrivez-le aux séances de Baby Gym, dispensées le samedi de 9h30 à 10h30 à partir du 11 septembre, dans la salle de motricité de l'école maternelle de Sundhouse.

Pour tout renseignement supplémentaire, contactez Christine au 06 77 34 60 08 ou Marlyne au 06 32 80 21 87 (Attention, nombre de places limitées à 12 enfants)

#### **ENERGY KIDS :**

**On travaille la coordination, la souplesse, le cardio (pour mieux gérer son effort), la mémoire et on se renforce musculairement tout en s'amusant avec les copains de 5 à 11 ans !**



On s'amuse et on fait du sport !

Jeux, parcours, ateliers, danse, yoga..... !

Tous les vendredis de 18h30 à 19h45 à la salle polyvalente.  
Cours animés par des animatrices diplômées.



**Contacts: Christine 06.77.34.60.08 ou Maryline 06.32.80.21.87 - Société gym-basket Sundhouse**

## ESPACE ENFANTS GRAND RIED



Espace Enfants du Grand Ried est une association qui œuvre pour les familles du territoire de la communauté des communes du Ried de Marckolsheim.

Elle propose des activités d'animation et de soutien à la parentalité tout au long de l'année. Agréée EVS (Espace de Vie Sociale) par la caf, elle travaille en partenariat avec différents acteurs locaux notamment au sein du Réseau Parentalité de la CCRM.

Voici en détail les activités que nous proposons :

### **POUR LES ENFANTS DE 0 à 3 ANS :**

#### **•Le Royaume des Galopins, un lieu de rencontre parent/enfant – GRATUIT**

Ce lieu est adapté à l'accueil de jeunes enfants. Il constitue un espace de jeux libres pour les enfants et un lieu de paroles pour les parents.

Il fonctionne tous les jours de 9h à 10h45 sauf les mercredis et durant les vacances. Pour les enfants : un lieu d'éveil, de découvertes, de sociabilité. Pour les parents : un lieu de ressource, de rencontres et d'écoute avec des accueillants formés.

#### **•Ateliers bout'chou—GRATUIT**

Ateliers d'accompagnement pour les futures et jeunes parents et leur bébé. Chaque trimestre retrouvez-vous autour d'ateliers tels que massage bébé, langue signée, portage en écharpe, sophrologie, babygym ou chant prénatal.

### **ANIMATIONS POUR LA FAMILLE:**

**Les ateliers en famille** dès 3 ans qui sont proposés tout au long de l'année, pour découvrir de nouvelles activités avec votre enfant. (Atelier poterie, cartonnage, culinaire, yoga, sophrologie, etc..)

Des sorties et spectacle ainsi que deux Bourses Petite Enfance

#### **Soirées thématiques et accompagnement des familles :**

Un KFE PARENTS par trimestre, des ateliers Graine de confiance sur différentes thématiques

Les permanences d'écoute gratuite de la psychologue ( un jour par mois sur rendez-vous)

Les fonds de livre « parentalité » à emprunter gratuitement

#### **Ludothèque Ludo'Ried (46 rue principale 67600 Hilsenheim)**

Plus de 600 jeux de société pour tous âges à louer et grands jeux en bois

Ouvert les mardis de 17h30 à 19h30 et les mercredis de 14h à 16h30 pour le jeu sur place et l'emprunt / les samedis de 10h à 11h uniquement emprunt

Animation possible au sein de la structure (école, fête de fin d'année, CE, périscolaire, crèche etc..)

Soirée jeux

JDR (jeu de rôle) et animation spéciale ado

#### **Renseignements au secrétariat (Hors vacances scolaires):**

Mercredis 16h30 à 18h30

14 rue Principale

67920 Sundhouse

03.88.57.90.97 / espaceenfantsgrandried@yahoo.fr





## SUND'BAD

### LE SPORT VOUS MANQUE ?

Le SUND'BAD propose des activités multi sportives.

Reprise de la saison : le **06 SEPTEMBRE 2021**.

**Vous pratiquez du badminton à la salle polyvalente de Sundhouse**

Séances pour les adultes à partir de 16 ans

• **Lundis soirs de 20h à 22h**

• **Jeudis soirs de 20 à 22h**

1 séance d'essai

Inscription à l'année : **50 euros**

Pour plus de renseignements : retrouvez nous sur

<https://www.facebook.com/groups/SUNDBAD>



**ALORS SOYEZ NOMBREUX !**

NOUS RAPPELONS QUE CHAQUE SPORT DOIT SE PRATIQUER DANS LE RESPECT DES RÈGLES SANITAIRES ACTUELLES.

## GENERATION BOUGE

L'Association GENERATIONS BOUGE vous propose diverses activités

**GYM D'ENTRETIEN** qu'elle soit douce ou tonic

Mercredi de 19h à 20h gym d'entretien et de 20h à 21h tonic (POUNDFIT-TABATA-CAF) - **reprise le 8 septembre**

**PILATES** : jeudi de 19h30 à 20h30 - **reprise le 9 septembre**

**MOUVE DANCE** : vendredi de 20h à 21h (ZUMBA - KUDURO) - **reprise le 10 septembre**

**MIX DANCE KIDS (MDK)** : mercredi de 14h à 15h pour les 4/10 ans – **reprise le 8 septembre**

**MARCHE NORDIQUE (minimum 6 personnes)** :

Lundi de 9h à 10h45 - **reprise le 6 septembre**

Jeudi de 14h à 15h45 - **reprise le 9 septembre**

Samedi de 14h à 16h (deux fois par mois) sur inscription 48h avant par tout moyen de communication. - **reprise le 11 septembre**

**SPORT SANTÉ BIEN ÊTRE** : mardi de 10h30 à 11h30 Gym adaptée - travail de l'équilibre-coordination petit renforcement musculaire—**reprise le 7 septembre au R.A.I –25 rue des artisans**

**FIT JUMP (trampoline)** : sur inscription (minimum 10 personnes) le lundi de 20h à 20h45 – **reprise le 6 septembre**

lien : [https://www.supersaas.fr/schedule/generation\\_bouge/Cours](https://www.supersaas.fr/schedule/generation_bouge/Cours)



Pas d'activités pendant les vacances scolaires  
Pour tous renseignements vous pouvez contacter  
Anne-Marie KOEBERLE au 06.79.55.78.31 ou  
par mail : [lamarie67.amk@gmail.com](mailto:lamarie67.amk@gmail.com) ou



## UNION SPORTIVE

L'union Sportive Sundhouse est une association sportive permettant d'apprendre et de pratiquer le football. Notre association existe depuis 1938.

Actuellement nous avons 3 équipes de séniors et 2 équipes de vétérans. Notre équipe 1 évolue cette saison en District 3 (niveau départemental) et l'équipe 2 et 3 en District 8. Au niveau des jeunes, toutes les catégories d'âge sont représentées; U7, U9, U11, U13, U15 et U18.



Les entraînements des séniors se déroulent **les mardis et jeudis de 19h30 à 21h00**.

Pour les équipes de nos jeunes les horaires restent à définir.

Si vous souhaitez pratiquer le football dans une bonne ambiance, vous êtes les bienvenus.

Nous sommes également à la recherche d'entraîneurs et de dirigeants, bénévoles, pour nos jeunes.  
Si cela vous intéresse, veuillez contacter le **06.31.44.71.61**

## LE TEMPS DU SOUFFLE

Dans le cadre d'une activité BIEN-ÊTRE, le Temps du Souffle vous invite à découvrir le yoga. Exit aux idées reçues ! Il ne faut pas être souple pour pratiquer le yoga !

Le yoga est une pratique de pleine conscience axée sur le corps, le souffle et le mental. En portant l'attention sur le corps, en le décrispant, en l'assouplissant avec bienveillance, on respire plus profondément, plus consciemment; ainsi, on obtient une santé améliorée, un mieux-être.

Les séances ont lieu le **mardi de 18h15 à 19h30 et de 19h45 à 21h00 dans la salle de motricité de l'école maternelle** de Sundhouse (accès par le portail se situant à côté du transformateur EDF- rue de la Vallée).

Vous êtes intéressé(e), je vous invite à prendre contact au **06.83.12.81.40**

Patricia RITZENTHALER - Enseignante de Yoga

Certifiée par l'École Alsacienne de Yoga à Strasbourg

Diplôme Universitaire « Yoga et Santé » - Faculté des Sciences du Sport à Nancy

Rattachée à la Fédération Nationale des Enseignants de Yoga et au Syndicat National des Professeurs de Yoga à Paris

## Objectif GRimpe Extrême ! (OGRE)

Association de grimpeurs affamés de nature, les OGRE de Sundhouse souhaitent partager leur expérience de l'escalade.

Pour cela, nous proposons des cours enfants ( 8 à 15 ans) ainsi que des séances d'entraînement pour les adultes ( à partir de 16 ans). Ces cours auront lieu sur le tout nouveau et magnifique mur d'escalade de la salle polyvalente de Sundhouse. L'encadrement se fera par une équipe de 5 grimpeurs, plutôt sympas, qui ont hâte de vous faire découvrir leur passion.

Notre objectif ; vous donner envie de sillonner notre belle région et ses nombreuses falaises.

Pre-Inscription , renseignements ,Tarifs:

Tel : 0698230983

Instagram : o\_gr\_e

Facebook : Ogre Sundhouse

Association affiliée à la FFME (Fédération Française de Montagne et d'Escalade)



## Association Vergers & Jardins



L'association Vergers et Jardins a pour objet de promouvoir l'arboriculture fruitière et ornementale familiale, d'informer ses membres et toutes les personnes intéressées sur les techniques de soin à apporter au verger et de participer à la **protection de l'environnement**.

L'association a créé un **verger école** situé à la sortie nord-est du village. Il est planté de 26 arbres fruitiers aussi divers que des pommiers, poiriers, quetschiers, nashi, kaki, mais aussi de petits fruits tels que framboisiers, groseilliers ou goji. Nous faisons bien entendu appel, pour son entretien, aux produits naturels tels que le compost et le BRF (jeunes branches broyées). Pas de produits phytosanitaires non plus (les fameux « pesticides ») mais une politique de prévention visant à contenir, et non supprimer, les maladies et prédateurs.

Notre verger, actuellement planté de grands arbres, est en train d'évoluer avec la plantation de petits arbres formés en espaliers. Ces formes sont beaucoup moins encombrantes et sont adaptées aux petits, voire très petits, jardins. Elle permettent de récolter des fruits dans un jardin de quelques dizaines de m<sup>2</sup>.

Nos activités concernent essentiellement l'entretien des arbres et de leur environnement (tonte du terrain, entretien de l'anri, haie, ...). Nous organisons également des cours de taille, ouverts à tous, ainsi que la fête de la pomme que l'on ne présente plus.

Il n'est pas nécessaire de posséder un verger pour s'initier aux techniques de gestion naturelle. **Les arbres sont vivants, les observer, essayer de les comprendre, expérimenter sont des activités passionnantes que vous pourrez vivre en nous rejoignant.**



Pour plus d'information : [www.vergersetjardins.fr](http://www.vergersetjardins.fr) ou [vergersetjardins@gmail.com](mailto:vergersetjardins@gmail.com)

## AAPPMA

(Association Agréée Pour la Pêche et la Protection du Milieu Aquatique)

Cette année l'AAPPMA de Sundhouse aurait dû fêter son 90ème anniversaire.

Malheureusement avec la pandémie cela n'a pu se faire, mais ce n'est que partie remise.

En effet, nous vous donnons d'ores et déjà rendez-vous pour le samedi 9 juillet 2022 à notre étang de la Ganswaid pour notre concours inter sociétés, notre feu d'artifice et bal champêtre qui, nous l'espérons de tout cœur, pourront se faire.

A cette occasion l'ensemble des membres du comité se fera un plaisir de vous rencontrer.

Notre Assemblée Générale et AG Extraordinaire auront lieu le 26 septembre 2021 avec des élections pour le comité.

Pour les autres manifestations et concours de pêche le calendrier vous sera communiqué dès les dates fixées.



## DON DU SANG

L'association des donneurs de Sang Bénévoles de Sundhouse et environs regroupe les donneurs venant de Sundhouse, Schoenau, Saasenheim et d'autres horizons.

Ses collectes sont organisées par l'Etablissement Français du Sang et par le bureau local de l'association avec la mise à disposition à titre gracieux de la salle polyvalente de Sundhouse.

Ces moments de partage se concluent par une collation concoctée par notre cuisinier émérite Francis et mise en œuvre par notre équipe du bureau qui est au service des donneurs.

Vous qui souhaitez faire un geste et si votre santé le permet, venez participer à ces dons et nous ferons le nécessaire pour que tout se passe pour le mieux.

Pour les malades et ceux qui ont besoin de ce don, par avance merci.

Notre bureau a aussi besoin de se renouveler, il se réunit de 5 à 6 fois dans l'année pour préparer l'organisation des dons et pour structurer la vie de l'association, si vous avez envie de nous rejoindre, contactez le président de l'association: Daniel PORTANT au 03.88.85.29.74 vous serez les bienvenus.



### **Pour mémoire, prochains dons:**

**2021** : le 08/11/2021

**2022** : 10/01/2022 - 14/03/2022 - 16/05/2022 - 25/07/2022 et le 7/07/2022

## SOCIETE DE MUSIQUE HARMONIE

Créée en 1889, la Société de Musique Harmonie de Sundhouse, formation amateur et de statut associatif présidée par M.Raymond MEYER, est composée d'une cinquantaine de musiciens.

Cet ensemble musical regroupe essentiellement 3 familles d'instruments, à savoir :

- Les bois : clarinettes, flûtes, hautbois, saxophones.
- Les cuivres : trompettes, bugles, trombones, cors d'harmonie, euphoniums, tubas.
- Les percussions : batterie, timbales, xylophones, claviers, congas ...



Son répertoire est varié, il est constitué d'arrangements de musiques légères, de films, de chansons, de marches et valse de tous types et de toutes origines, des compositions pour Orchestres d'Harmonie,...

La particularité majeure qui caractérise notre association est très certainement le riche brassage des générations existant en son sein et l'esprit de camaraderie qui s'en dégage.

Une année civile est bien évidemment ponctuée de concert et sorties musicales (grand concert annuel, concerts à l'église : Noël et Rameaux, apéritif concert,...) et d'organisation d'évènements (tels qu'un bal de carnaval, la fête de la bière, la course d'obstacles « Ried'N'Run »,...)

Les répétitions ont lieu le jeudi de 20h15 à 22h à la Salle Polyvalente. La Société de Musique Harmonie de Sundhouse est toujours prête à accueillir de nouvelles recrues, alors si vous pratiquez un instrument à vent ou à percussion, pas d'hésitation, venez rejoindre nos rangs!

Contact: Raymond MEYER—32, rue de la Dordogne 67920 SUNDOUSE—Port: 06 07 53 23 68

Page Facebook : Harmonie de Sundhouse

