

## Sommaire

- Les 60 ans de l'ASCO : Merci à tous ! ..... page 1
- Inscription 2025 ..... page 2
- Le Forum ASCO à Palaiseau ..... page 2

## Du côté des sections

- Gym : sessions d'essai à Châtillon ..... page 2
- Danse : lancement des cours de salsa à Châtillon ..... page 3
- Loisirs créatifs : reprise des activités ..... page 3
- Volley-ball : tournoi ouvert à tous le 28/10/24 ..... page 3
- Groupe équestre : sorties exceptionnelles débutants et confirmés ..... page 4
- Plongée/marine : reprise des activités à l'Haÿ-les-Roses ..... page 5
- Entretien corporel : reprise des activités à Châtillon ..... page 6
- Billetterie et promo Cercle de la Forme ..... Page 6

## Les 60 ans de l'ASCO : Merci à tous !

La journée de célébration des 60 ans s'est tenue samedi 12 Octobre. Merci à tous les participants et en particulier aux organisateurs d'activités qui ont fait vivre cette journée culturelle, sportive et surtout très conviviale !



Mail : [asco@onera.fr](mailto:asco@onera.fr)

Tel: 01 46 73 40 75

Permanences: cf. site web

Site web: <https://asco-onera.com/>

Mot de passe : <https://iris.onera.net/ASCO>

---

## Inscription à l'ASCO 2025

Les (ré)-inscriptions sont ouvertes !

Pour s'inscrire, remplissez le bulletin en pièce jointe à cette news (ou disponible sur le [site de l'ASCO](#)).

- Pour rappel, la cotisation annuelle est à régler directement à l'ASCO (RIB indiqué sur le document) et non pas aux sections.
- Les tarifs sont : enfants 5€, actifs et retraités 10€ et extérieurs 15€.
- Pour les extérieurs, n'oubliez pas d'indiquer le nom de votre parrain/marraine et de faire valider le bulletin par celui-ci.

Pour les primo adhérents, inscrivez-vous dès maintenant pour l'année 2025 et la fin d'année 2024 vous est offert.

Le secrétariat de l'ASCO est à votre disposition en cas de besoin donc n'hésitez pas si vous avez des questions ou si vous rencontrez des difficultés.

---

## Le forum ASCO à Palaiseau

Venez nous rejoindre le **Mardi 5 Novembre** au premier étage du bâtiment O, bâtiment du restaurant d'entreprise, pour découvrir et échanger avec un maximum de représentants de sections venus pour vous présenter leurs activités.

Le forum est ouvert **de 11h45 à 13h30**.

- ✓ **Présence d'un stand pour l'inscription (ou réinscription) à l'ASCO.**  
Paiement par chèque ou espèces.
- 

## La section Gym propose des sessions d'essai

Venez découvrir les différentes activités proposées au gymnase de Châtillon aux dates suivantes :

- le 28/10 pour la séance du lundi (stretching postural avec Margit)
- le 30/10 pour la séance du mercredi (stretching avec Jean-Marie)
- le 7/11 pour la séance du jeudi (stretching postural avec Margit)
- le 8/11 pour la séance du vendredi (gym avec Jean-Marie)

Venez avec une tenue de sport ; le matériel nécessaire à la pratique est disponible dans la salle.

---



Mail : [asco@onera.fr](mailto:asco@onera.fr)

Tel: 01 46 73 40 75

Permanences: cf. [site web](#)

Site web: <https://asco-onera.com/>

Mot de passe : <https://iris.onera.net/ASCO>

## Section Danse : lancement des cours de SALSA à Châtillon

La section danse se diversifie pour vous offrir plus de choix de pratique.

**Pour la saison 2024-25, un nouveau cours de SALSA est proposé le mardi de 11h30 à 13h au gymnase de Chatillon.**

Informations auprès de Sophie GARABEDIAN : [sophie.garabedian@onera.fr](mailto:sophie.garabedian@onera.fr)

## Section Loisirs créatifs

Un grand merci à la section loisirs créatifs qui a décoré la salle pour les festivités des 60 ans de l'ASCO.

Pour rappel, la section tient ses activités le **jeudi midi à Châtillon**, informations auprès de Sandrine Noel : [sandrine.noel@onera.fr](mailto:sandrine.noel@onera.fr)



## Section Volley-Ball : tournoi ouvert à tous !

La section volley-ball de l'ASCO organise un tournoi interne ONERA le **lundi 28 octobre 2024**, à partir de 18h00, au [gymnase George Sand](#) entrée côté rue Jean Jaurès à hauteur du n°73 à Châtillon.

(Attention pour les habitués, il ne s'agit pas du gymnase de l'autre côté de l'avenue de Paris.)

Ce tournoi s'adresse aux volontaires de tous niveaux et est l'occasion de (re)découvrir la section dans un cadre ludique, avant, pourquoi pas, de la rejoindre.

Un pot de l'amitié est prévu à l'issue du tournoi.

Renseignements et inscriptions :  
Sébastien MERCIER, poste 34465

[sebastien.mercier@onera.fr](mailto:sebastien.mercier@onera.fr)

Patrick SECCHI, poste 86584

[patrick.secchi@onera.fr](mailto:patrick.secchi@onera.fr)

Jean-Didier Garaud, poste 33983

[jean-didier.garaud@onera.fr](mailto:jean-didier.garaud@onera.fr)



**Venez nombreux !**



Mail : [asco@onera.fr](mailto:asco@onera.fr)

Tel: 01 46 73 40 75

Permanences: cf. site web

Site web: <https://asco-onera.com/>

Mot de passe : <https://iris.onera.net/ASCO>

## Section équestre : deux sorties promotionnelles pour tous

Suite au succès rencontré par les chevaux islandais lors des 60 ans de l'ASCO, nous vous proposons deux sorties exceptionnelles à un tarif défiant toute concurrence.

Alors qu'à cheval vous soyez un véritable Mr. Bean ou un Buffalo Bill, n'hésitez pas. En selle !



*Les islandais devant leur boxe à Condécourt*

**INSCRIPTION OBLIGATOIRE** auprès de Thomas HOURET : [thomas.houret@onera.fr](mailto:thomas.houret@onera.fr)

**Spéciale débutants** : pour **10 euros** (au lieu de 58 euros) pour **2 heures à cheval**.

Quand ? Samedi 16 nov 24 à 13h ou Samedi 23 nov 24 à 9h ou Dimanche 24 nov 24 à 9h.

A qui est destinée cette sortie ? À tous ceux qui n'ont jamais mis le pied à l'étrier, ainsi qu'à ceux qui montaient il y a longtemps et qui souhaitent reprendre en douceur. La seule condition est d'être membre de l'ASCO.

Comment se déroulera la sortie ? Rendez-vous à 9h (ou 13h) aux écuries de Condécourt, aux portes du parc naturel du Vexin. Un co-voiturage peut être organisé. Une fois sur place, nous irons chercher nos petits chevaux islandais dans leur pré pour les préparer. Notre guide Sarah vous expliquera en détail comment les seller et vous donnera les bases en équitation pour partir sereinement en balade. Au retour, nous les dessellerons tranquillement et les ramènerons au pré. Fin de l'activité prévue vers 13h (ou 17h).

Un équipement particulier est-il requis ? Aucun matériel n'est nécessaire, venez comme vous êtes. Le casque et tout le nécessaire vous seront prêtés.

**Spéciale confirmés** : pour **3 heures à cheval** dans le cadre magnifique du parc de Chantilly, pour un prix tout aussi exceptionnel de **32 euros** (au lieu de 95 euros).

Quand ? Samedi 11 janv 25 ou samedi 22 fev 25 ou samedi 15 mars 25, à 13h dans tous les cas.

A qui est destinée cette sortie ? À tous les cavaliers autonomes, ayant déjà monté plusieurs fois en extérieur. La seule condition est d'être membre de l'ASCO.

Comment se déroulera la sortie ? Les chevaux seront transportés de Condécourt à Chantilly, et nous n'aurons plus qu'à les rejoindre sur place à 13h. Vous découvrirez une allure très particulière propre aux chevaux islandais : le tölt. Si les conditions et le niveau du groupe le permettent, nous galoperons également sur la fameuse piste des Lions ! Fin de l'activité vers 18h.



**Mail :** [asco@onera.fr](mailto:asco@onera.fr)

**Tel :** 01 46 73 40 75

**Permanences :** cf. [site web](#)

**Site web :** <https://asco-onera.com/>

**Mot de passe :** <https://iris.onera.net/ASCO>



## Section plongée : tenté par la plongée sous-marine ?



La section ASCO-Plongée reprend ses séances d'entraînement/formation chaque **jeudi de 21h à 22h30** à la piscine municipale de l'Haÿ-les-Roses, 21 rue du Hameau.

La section est ouverte à tous, actifs, familles et retraités de l'ONERA, ainsi que tous membres extérieurs. Vous pouvez préparer les brevets fédéraux N1, N2 et N3, avec des entraînements en piscine et en fosse et des cours théoriques, et participer à des voyages-plongée en France et dans le monde entier.

Que vous soyez débutant ou déjà breveté, venez nous rencontrer un jeudi soir de votre choix à la piscine de l'Haÿ-les-Roses, avec votre maillot de bain et sans aucun engagement : nous vous présenterons nos activités et vous pourrez faire un baptême de plongée avec un moniteur.

Vous trouverez plus d'informations sur notre [SITE](#) ou en contactant directement un membre du bureau.

Le Bureau ASCO-Plongée :

Eric Manoha (Président) [eric.manoha@onera.fr](mailto:eric.manoha@onera.fr)

Jean-Luc Péron (Vice-Président) [jean-luc.peron@onera.fr](mailto:jean-luc.peron@onera.fr)

Huy-Khang Phan (Trésorier) [huy-khang.phan@onera.fr](mailto:huy-khang.phan@onera.fr)



Mail : [asco@onera.fr](mailto:asco@onera.fr)

Tel: 01 46 73 40 75

Permanences: cf. site web

Site web: <https://asco-onera.com/>

Mot de passe : <https://iris.onera.net/ASCO>

## Section Bien-être corporel : reprise d'activité

Avec l'automne qui est là, nous vous invitons à venir pratiquer, à l'abri des intempéries, une activité intitulée :

### BIEN-ETRE CORPOREL

s'appuyant sur la technique des **PILATES** et s'adaptant aux possibilités de chacune et chacun.

Au gymnase du site de Châtillon (bât B).

Le **mercredi de 17 h à 18 h**

Vous êtes les bienvenus pour une séance d'essai.

Elisabeth ABDESSELAM

[elisabeth.abdesselam@free.fr](mailto:elisabeth.abdesselam@free.fr)

06 80 18 63 69



## Les cercles de la forme : promotions en cours

Les cercles de la forme, dont les abonnements sont vendus avec des tarifs préférentiels au secrétariat de l'ASCO, propose en ce moment une offre commerciale : un mois offert avec la prise d'un abonnement annuel. **Offre jusqu'au 31 Octobre.**

## Billetterie

### ESCALADE

Tickets à prix subventionnés dans les salles de blocs et de voies :

- ARKOSE (9 € au lieu de 16 €)

- CLIMB UP (11,40 € au lieu de 17 €)

Prendre contact avec le bureau de la section : [asco-escalade@onera.fr](mailto:asco-escalade@onera.fr)



### PISCINE LA VAGUE - PALAISEAU

Tickets pour la piscine "La Vague" aux tarifs CSE :

- **43,72 €** - 12 entrées "aquatique" (soit env. -25 %)

- **103,57 €** - 12 entrées "aquatique" et espace bien être (soit env. -25 %)

- **648,50 €** pass annuel (délai 1 semaine, règlement en 3x possible)



### TRAINING MUSCULATION

Abonnements annuels pour les salles **LES CERCLES DE LA FORME** sont disponibles au secrétariat.

- **390 €** annuel - règlement en 3x possible



Mail : [asco@onera.fr](mailto:asco@onera.fr)

Tel: **01 46 73 40 75**

Permanences: cf. site web

Site web: <https://asco-onera.com/>

Mot de passe : <https://iris.onera.net/ASCO>