

## INFOS

- Avant de faire votre choix, vous pouvez participer à une séance sans engagement
- Les activités n'ont pas lieu pendant les vacances scolaires.
- L'accès aux salles est strictement réservé aux adhérents.
- Les activités proposées n'auront lieu que si le nombre d'inscrits est suffisant.

## CARTE

- La carte annuelle d'adhésion au Foyer Rural de Matour coûte 16€, elle est obligatoire et donne accès aux activités. Elle comprend une assurance spécifique.
- Elle est payable au moment de l'inscription, une seule fois pour toutes les activités des Foyers Ruraux.

## TARIFS

- Remise de 15 € pour 2 activités\* (sauf Badminton, Volley, Tarot, Escalade)
- Remise supplémentaire pour 3 activités : se renseigner.

## REGLEMENT

- Possibilité de payer en 2 ou 3 fois. Le règlement se fera impérativement à l'inscription.
- Chèques ANCV et coupons-sport acceptés

## CONTACTS

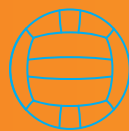
Renseignements et inscriptions auprès :

- Des responsables d'activités ou
- Président : Jean-Louis DARGAUD - 06.11.38.26.60
- Trésorière : Claude WAEBER - 03.85.59.71.67
- Secrétaire : Raymonde NOVEL - 03.85.59.73.97

# FOYER RURAL DE MATOUR



## ACTIVITÉS SAISON 2019-2020



Catalogue - Répertoire IN POSE - Matour 03.85.59.73.97 - 48



# REPRISE DES ACTIVITES : SEMAINE DU 16 SEPTEMBRE 2019



## GYM POSTURALE

**LUNDI 18H - 19H**

OÙ : Gymnase  
COMBIEN : 130,00 €  
ANIMATEUR : Maxime RIVAS  
CONTACT : Raymonde NOVEL  
03 85 59 73 97



## FITNESS BOXE

**LUNDI 19H - 20H**

OÙ : Gymnase  
COMBIEN : 130,00 €  
ANIMATEUR : Maxime RIVAS  
CONTACT : Françoise MARTINEZ  
03 85 59 24 51



## RENFORCEMENT MUSCULAIRE

**LUNDI 20H - 21H**

OÙ : Gymnase  
COMBIEN : 130,00 €  
ANIMATEUR : Maxime RIVAS  
CONTACT : Raymonde NOVEL  
03 85 59 73 97



## VOLLEY

**LUNDI 20H30**

OÙ : Gymnase  
COMBIEN : 30,00 €  
CONTACT : Jean AUBERT  
06 85 41 41 30  
à partir de 18 ans



## COUTURE

**MARDI 20H - 22H**

OÙ : Maison des Associations  
COMBIEN : 150 €  
Nombre de séances au prorata  
du nombre d'inscrits  
ANIMATEUR : Morgan ALBUISSON  
06 19 75 51 05



## BADMINTON

**MARDI 20H30**

OÙ : Gymnase  
COMBIEN : 30,00 €  
CONTACT : Valentin BAILLY  
06 07 31 51 69  
à partir de 18 ans



## TAROT

**MERCREDI 20H**

OÙ : Maison des Associations  
COMBIEN : 20,00 €  
CONTACT : Armand CHARNAY  
03 85 59 71 38



## ESCALADE

**MARDI 20H - 22H30 & SAMEDI 10H - 12H**

OÙ : Gymnase  
COMBIEN : 85,00 € (adultes) - 55,00 € (adolescents)  
CONTACT : Thomas TARDIVAUD 06 83 81 85 29 / Jean-Luc NIGOUL 06 85 70 95 21  
enfants : se renseigner

## QI GONG - TAÏ JI QUAN



**MERCREDI 19H - 20H15**

OÙ : Gymnase  
**JEUDI 10H - 11H15**  
OÙ : Maison des Associations  
COMBIEN : 225,00 €  
ANIMATEUR : Marie-José BALTHAZARD  
06 82 20 45 75

## DESSIN - PEINTURE



**MERCREDI 10H30 - 12H**

QUI : Enfants 6-12 ans  
COMBIEN : 210,00 €\*  
**MERCREDI 12H30 - 14H30**  
QUI : Ados  
COMBIEN : 255,00 €\*  
OÙ : Maison des Associations  
ANIMATEUR : Pascale GRISARD  
06 51 20 77 25 - pascale.grisard@hotmail.fr  
\* fournitures annuelles comprises (25€)

## CROCHET



**MERCREDI 17H30 - 19H**

OÙ : Maison des Associations  
COMBIEN : 150,00 €  
Nombre de séances au prorata  
du nombre d'inscrits  
ANIMATEUR : Stéphanie ROYER  
06 58 01 82 78  
pour débutants et confirmés

## YOGA - HEBDOMADAIRE



**JEUDI 18H30 - 20H**

OÙ : Gymnase  
COMBIEN : 280,00 €  
ANIMATEUR : Isabelle BACQUENOIS  
07 66 58 57 02

## GYM ENTRETIEN



**VENDREDI 16H30 - 17H30**

OÙ : Gymnase  
COMBIEN : 130,00 €  
ANIMATEUR : Fabrice DUREUIL  
CONTACT : Jeannine BOGGIOZ  
06 72 57 10 48

## BOXE MULTISPORTS JEUNES



**SAMEDI 9H30 - 10H30**

OÙ : Gymnase  
COMBIEN : 130,00 €  
ANIMATEUR : Maxime RIVAS  
06 76 36 11 56  
de 6 à 12 ans (10 places maxi)

## YOGA - MENSUEL



**SAMEDI 17H - 19H**

OÙ : Gymnase  
COMBIEN : 125,00 €  
ANIMATEUR : différents professeurs  
de Yoga, en alternance  
CONTACT : Claude WAEBER  
03 85 59 71 67

## PROJET RANDO MONTAGNE

## RENSEIGNEMENTS INSCRIPTIONS :

JEAN-LOUIS DARGAUD - 06.11.38.26.60 - jldargaud@gmail.com