



ACTIVITES DU FOYER RURAL SAISON 2019/2020

Sport, Danse & Culture pour tous !

Version mise à jour le 10 septembre 2019

DANSE

Danse Classique Enfants (professeur : Séverine ESCANDE)

Activité	Jour	Horaire	Salle	Cotisation
Danse classique 5-7 ans (1H)	mardi	17h45-18h45	F. Mistral	185€ / an
Danse classique 8-10 ans (1H)	mardi	18h45-19h45	F. Mistral	185€ / an

Danse Moderne Enfants Ados Adultes (professeur : Karine CULLET)

Activité	Jour	Horaire	Salle	Cotisation
Danse Moderne 9-11 ans (1H)	mercredi	14h30-15h30	F. Mistral	185€ / an
Danse Moderne 12-15 ans (1H)	mercredi	15h45-16h45	F. Mistral	185€ / an
Danse Moderne 16 ans et + (1H)	mercredi	16h45-17h45	F. Mistral	185€ / an
Danse Moderne Adultes (1H)	jeudi	19h00-20h00	F. Mistral	185€ / an

Zumba Enfants (professeur : Virginie PEREMARTI)

Activité	Jour	Horaire	Salle	Cotisation
Zumba 9-12 ans (1H)	mercredi	13h45-14h45	Grande salle	185€ / an
Zumba 6-8 ans (1H)	mercredi	14h45-15h45	Grande salle	185€ / an

Zumba et All Style Ados Adultes (professeur : Mélanie SITHIVORAVONG)

Activité	Jour	Horaire	Salle	Cotisation
All Style Ados Adultes : Chorégraphies de Ragga, Reggaeton, Street-dance (1H)	mardi	19h45-20h45	Grande salle	185€ / an
Zumba Adultes (1H)	mardi	20h45-21h45	Grande salle	185€ / an

Hip-Hop Enfants Ados (professeur : Pierre DE BEAULIEU)

Activité	Jour	Horaire	Salle	Cotisation
Hip-Hop 7-10 ans (1H)	mercredi	16h00-17h00	Grande salle	185€ / an
Hip-Hop 11 ans et + (1H)	mercredi	17h00-18h00	Grande salle	185€ / an



GYM & BIEN-ETRE

Pilates Adultes (professeur : Géraldine FOSSIER)

Activité	Jour	Horaire	Salle	Cotisation
Pilates débutants (1H)	lundi	18h45-19h45	Grande salle	160€ / an
Pilates niveau 1 (1H)	mercredi	09h00-10h00	Grande salle	160€ / an

Cardio Gym Adultes (professeur : Géraldine FOSSIER)

Activité	Jour	Horaire	Salle	Cotisation
Cardio Gym / Renfo (1H)	lundi	20h00-21h00	Grande salle	160€ / an

Gym Douce Adultes (professeur : Géraldine FOSSIER)

Activité	Jour	Horaire	Salle	Cotisation
Gym Douce Adultes (1H)	mercredi	10h15-11h15	Grande salle	160€ / an

Gym Hypopressive Adultes (professeur : Karine CULLET)

Activité	Jour	Horaire	Salle	Cotisation
Gym Hypopressive (1H)	mercredi	10h45-11h45	F. Mistral	160€ / an

Yoga Adultes (professeur : Quynh-Anh PHAM NGOC)

Activité	Jour	Horaire	Salle	Cotisation
Yoga (1H15)	jeudi	20h00-21h15	F. Mistral	200€ / an

Circuit Training Adultes (professeur : Virginie PEREMARTI)

Activité	Jour	Horaire	Salle	Cotisation
Circuit Training en extérieur (1H)	samedi	09h00-10h00	Ramiers	160€ / an



ARTS & CULTURE

Théâtre Enfants Ados Adultes (professeur : Robert SIMON)

Activité	Jour	Horaire	Salle	Cotisation
Théâtre Enfants 6-8 ans (1H)	mercredi	14h30-15h30	D. Cazelles	195€ / an
Théâtre Enfants 9-11 ans (1H30)	mercredi	15h30-17h00	D. Cazelles	240€ / an
Théâtre Enfants + 12 ans (1H30)	mardi	18h00-19h30	D. Cazelles	240€ / an
Théâtre Enfants + 12 ans (1H30)	mercredi	17h00-18h30	Grande salle	240€ / an
Théâtre Adultes (1H30)	mardi	19h45-21h15	D. Cazelles	240€ / an

Dessin Enfants Ados Adultes (professeur : Axelle PICARD)

Activité	Jour	Horaire	Salle	Cotisation
BD/Illustrations Enfants 6-10 ans (1H)	jeudi	17h15-18h15	D. Cazelles	195€ / an
BD/Illustrations Ados +11 ans (1H30)	jeudi	18h15-19h45	D. Cazelles	240€ / an
Dessin avec modèle vivant Adultes (2H)	lundi	19h00-21h00	D. Cazelles	360€ / an
Dessin avec modèle vivant Adultes (2H30)	Samedi *	09h30-12h00	D. Cazelles	23€ *

* Ateliers mensuels les samedis 28 septembre, 19 octobre, 23 novembre, 15 décembre, 18 janvier, 8 février, 8 mars, 4 avril, 16 mai, 6 juin et 4 juillet. Inscriptions auprès d'Axelle.

Espagnol Adultes (professeur : Maryhori MORY)

Activité	Jour	Horaire	Salle	Cotisation
Espagnol Adultes (1H30)	mardi	20h00-21h30	Orangerie	240€ / an



ECOLE DE MUSIQUE

Activité	Jour	Horaire	Salle	Cotisation
EVEIL MUSICAL 4-6 ans (professeur : Sam CHIANG)				
Cours collectif de 45 min	Samedi	10h-11h	Médiathèque	165€ / an
CURSUS PIANO 7-11 ans (professeurs : Sam CHIANG ou Edouard BERTRAND)				
Cours instrument individuel 30 min Formation Musicale 45 min	Mercredi Mardi / Jeudi	A définir * A définir *	Cazelles/Goudouli Médiathèque	750€ / an
CURSUS BATTERIE 7-11 ans (professeur : Jean-Paul FORMISANO)				
Cours instrument individuel 30 min Formation Musicale 45 min	Jeudi Mardi / Jeudi	A définir * A définir *	Goudouli Médiathèque	750€ / an
CURSUS GUITARE 7-11 ans (professeur : Benjamin BREDA)				
Cours instrument individuel 30 min Formation Musicale 45 min	Jeudi Mardi / Jeudi	A définir * A définir *	Foyer étage Médiathèque	750€ / an
COURS DE PIANO, BATTERIE OU GUITARE + 11 ans				
Cours instrument individuel 30 min Cours instrument collectif 45 min **	A définir * A définir *	A définir * A définir *	Goudouli Goudouli	635€ / an 480€ / an
ATELIER D'ENSEMBLE				
Cours collectif d'1 heure	Jeudi	A définir *	Goudouli	15€/cours

* Jours et horaires à définir avec les professeurs et le bureau du Foyer Rural au moment de l'inscription.

** Inscription en cours collectif à la discrétion des professeurs qui devront constituer des binômes de même âge et de niveau similaire.

Montant de l'adhésion à l'association : 15 €.

Adhésion offerte à partir du 2eme membre de la même famille.

Pour vous INSCRIRE, contactez-le bureau par mail : frlf31120@orange.fr

Les inscriptions seront validées à réception de la fiche d'inscription dûment remplie accompagnée du règlement ainsi que du certificat médical.

Les activités débuteront le lundi 9 septembre 2019 et se termineront le 27 juin 2020.

L'association se réserve le droit d'annuler certaines activités en début d'année si le nombre d'inscrits est insuffisant.