



SAISON 2021/2022

## ACTIVITES DU FOYER RURAL Sport, Danse & Culture pour tous !



Les activités débuteront le **lundi 6 septembre 2021** et se termineront le **samedi 2 juillet 2022**.

---

Début septembre, les activités sportives et culturelles reprennent mais avec de nouvelles conditions. Le pass sanitaire est désormais requis pour les bénévoles, les salariés et les adhérents âgés de 18 ans et + (et à partir du 30 septembre, pour les jeunes de 12 ans et plus).

Dans ces conditions, le planning a été modifié et on espère rapidement vous proposer un planning complet.



## Activités Fitness, Danse et Bien-être

### LUNDI

Activité	Thème	Professeur	Horaire	Salle	Cotisation
PILATES débutants	Gym/bien-être	Géraldine Fossier	18h45-19h45	Grande salle	160€ / an
Cardio Gym / Renfo	Gym/bien-être	Géraldine Fossier	20h- 21h	Frédéric Mistral	160€ / an

### MARDI

Activité	Thème	Professeur	Horaire	Salle	Cotisation
Danse Classique 5-7 ans (1H)	Danse	Séverine Escande	17h45-18h45	F. Mistral	185€ / an
Danse Classique 8-10 ans (1H)	Danse	Séverine Escande	18h45-19h45	F. Mistral	185€ / an

### MERCREDI

Activité	Thème	Professeur	Horaire	Salle	Cotisation
Pilates niveau 1	Gym / bien-être	Géraldine Fossier	09h-10h	Grande salle	160€ / an
Gym Douce	Gym / bien-être	Géraldine Fossier	10h15-11h15	Grande salle	160€/an
Yin Restauratif	Gym / bien-être	Karine Cullet	10h45-12h	F. Mistral	200€ / an
Danse Moderne 9-11 ans (1H)	Danse	Karine Cullet	14h15-15h15	F. Mistral	170€ / an
Danse Moderne 6-8 ans (1H)	Danse	Karine Cullet	15h15-16h15	F. Mistral	170€ / an
Danse Moderne 12-14 ans (1H)	Danse	Karine Cullet	16h15-17h15	F. Mistral	170€ / an
Danse Moderne 15 ans et + (1H)	Danse	Karine Cullet	17h15-18h15	F. Mistral	170€ / an
Hip-Hop 7-10 ans (1H)	Danse	Pierre De Beaulieu	14h-15h	Grande salle	185€ / an
Hip-Hop 11 ans et + (1H)	Danse	Pierre De Beaulieu	15h – 16h	Grande salle	185€/an

## JEUDI

Activité	Thème	Professeur	Horaire	Salle	Cotisation
Dancehall (13-18 ans) <b>NEW</b>	Danse	Diane	18h30-19h30	F.Mistral	185 €/ans
Dancehall (adultes) <b>NEW</b>	Danse	Diane	19h30-20h30	Grande salle	185 €/ans
Danse Moderne Adulte	Danse	Karine Cullet	20h30-22h00	F. Mistral	235€ / an
Yoga	Gym/Bien-être	Quynh-Anh PHAM NGOC	19h30-20h30	F. Mistral	200€ / an

## SAMEDI

Activité	Thème	Professeur	Horaire	Salle	Cotisation
Circuit Training en extérieur <i>Adultes (niveau confirmé)</i>	Cardio/renfo	Virginie Peremarti	09h-10h	Ramier	160€ / an
Circuit Training en extérieur <i>Adultes (niveau débutant) NEW</i>	Cardio/renfo	Virginie Peremarti	10h-11h	Ramier	160€ / an
Circuit Training en extérieur <i>Ados (13 ans et +) NEW</i>	Cardio/renfo	Virginie Peremarti	11h-12h	Ramier	160€ / an
Body Stretch (45 min) <b>NEW</b>	Stretching Postural	Gaëlle Vesco	10h15-11h	F. Mistral	En attente
Zumba Famille (45min) (Enfants et/ou adultes) <b>NEW</b>	Danse	Gaëlle Vesco	11h-11h45	F. Mistral	En attente



## ARTS & CULTURE

### Dessin Enfants (professeur : Léa BERGOZZA)

Activité	Jour	Horaire	Salle	Cotisation
BD/Illustrations Enfants 6-10 ans (1h30)	Mardi*	18h-19h30	D. Cazelles	195€ / an
	Mercredi	18h-19h30	D. Cazelles	195€ / an

### Dessin Ados Adultes (professeur : Axelle PICARD)

Activité	Jour	Horaire	Salle	Cotisation
BD/Illustrations Ados +11 ans (1H30)	Jeudi	18h00-19h30	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 25/09, 23/10, 20/11, 04/12, 15/01, 19/02, 19/03, 09/04, 14/05, 11/06 et 02/07  
Inscriptions auprès d'Axelle.



# ECOLE DE MUSIQUE

## PIANO, GUITARE, BATTERIE

### CURSUS COMPLET INSTRUMENT 30 MIN + FORMATION MUSICALE 45 MIN (Enfants de 6 à 11 ans)

Activité	Jour	Horaire	Salle	Cotisation
Cours instrument individuel Piano Cours instrument individuel Guitare Cours instrument individuel Batterie	A définir mardi ou jeudi jeudi	A définir Après 17h A définir	Goudouli Foyer 1 <sup>er</sup> étage Goudouli	750€ / an
Formation Musicale	lundi ou mardi*	17h30-18h15 (lundi et mardi) ou 17h30-19h00 (mardi)	Perbosc	

### COURS INSTRUMENTS (À partir de 11 ans)

Activité	Jour	Horaire	Salle	Cotisation
Cours instrument individuel 30 min	A définir	A définir	Goudouli	635€ / an
Cours instrument collectif 45 min	A définir	A définir	Goudouli	480€ / an

Les jours et horaires des cours de musique sont à définir avec les professeurs au moment de l'inscription.  
Les inscriptions en cours collectif se font après validation des professeurs qui devront pouvoir constituer des binômes de même âge et/ou de niveau similaire.

#### Les professeurs de musique :

- Sam CHIANG (piano et formation musicale)
- Edouard BERTRAND (piano)
- Benjamin BREDA (guitare)
- Jean-Paul FORMISANO (batterie)

*L'association se réserve le droit d'annuler certaines activités en début d'année si le nombre d'inscrits est insuffisant. Les cotisations aux activités ne sont pas remboursées sauf en cas de suppression d'un cours par le Foyer Rural, maladie de longue durée (sur justificatif) ou déménagement (sur justificatif).*