

ACTIVITES ASSOCIATION DU FOYER RURAL POUR LA SAISON 2023-2024

		Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche	
F O Y E R R U R A L	Gymnastique	10h15-11h15 11h15-12h15			8h55-9h55 19h00-20h00			Isabelle Deville 0473621318	F O Y E R R U R A L
	Pilates				10h00-11h00			Stéphanie Marchand 0683195298	
	Oxy gym				11h00-12h00			Anne Solène 0663917995	
	Gym de Gasquet			9h00-10h00				Christiane Esbelin 0664689351	
	Gym énergie			10h00-11h00					
	Archéologie			sortie terrain plus réunion ponctuelle				Jean-Pierre Tixier 0609848775	
	Qi Gong			18h45-19h45				Marie-Claire Tixier 0611272842	
	Randonnée	Le lundi 13h30; le mardi 8h30 et 13h30, le samedi 13h30 Paule Horace : 06 30 48 55 64 Christian Horace : 06 87 35 15 11 Christian Boissnault 0674797676						Paule et Christian Horace 0473622069 Christian Boissnault 0674797676 Pierre Boisselot 0473621244	
	MUSIQUE:		18h15-20h15	14h30-20h00				studio	A T E L I E R
	Flûte Violon			14h00-20h00		16h30-21h00		salle piano1	
	Guitare Piano Chant		16h00-21h00	13h00-21h00		18h00-20h00		salle piano2	
	Percu./Bat. Accordéon	16h30-20h30	17h30-20h30	10h00-20h00	17h30-20h30		15h00-15h30	salle solfège	
	Flute			14h00-17h30			14h00-15h00	salle théâtre	
	Solfège			14h00-19h30				salle arts plas.	
	Peinture		18h00-20h00					salle solfège	
	Arts créatifs enfants			14h00-15h30				salle arts plas.	
	Sophrologie					19h15-20h15		salle arts plas.	
	Théâtre enfants			14h00-15h30				salle danse	
	Pilates	18h30-19h30	9h00-10h00 10h00-11h00	19h15-20h15 20h15-21h15				salle théâtre	
	Couture	le troisième jour du mois			14h00-17h00	9h00-12h00		salle danse	
	Danse indienne			18h30-20h00 20h00-21h30				salle arts plas.	
	Danse hip hop		17h30-19h30			19h00-20h30		salle danse	
	Danse ados/adultes		20h00-21h30					salle théâtre	
	Danse éveil		17h00-18h00					salle danse	
	Danse modern		18h00-19h00					salle danse	
	Tai chi chuan			18h45-20h15				salle théâtre	
	Atelier d'anglais		17h45-18h45 18h45-19h45					salle arts plas.	
	Yoga Zen Do		20h00-21h00					salle théâtre	
O M N I S P L O R T S	Gymnastique			19h00-20h00				Isabelle Deville 0473621318	O M N I S P L O R T S
	Gym enfants 3/6ans			16h00-17h00 17h00-18h00				Antoine Hébrard 0760806141	
	Cirque enfants			14h00-15h00 15h00-16h00	17h00-18h00 18h00-19h00			Romain Faurie 0764887885	
	Cardio training			18h00-19h00					
	Mobilité		19h00-20h00	19h00-20h00				Antoine Hébrard 0760806141	
	Cardio training		18h00-19h00 20h00-21h00						
	Badminton	19h15-20h30			20h15-22h30			Sabrina Royer 0674675630	
	Karaté			10h30-12h00				Samuel Dolphin 0676855492	
	Viet vo dao					18h00-19h30		Mohiedine Arsenie Saadallah	
	Modélisme					20h00-22h00		Richard Barbarin 0699458283	
	Judo enfant débutant	17h30-18h30						Sandra Da Costa 0681932641	
	Judo enfant	18h30-19h30						Gérald Chambas 0610228035	
	Judo adulte	19h45-21h00							