

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.

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.

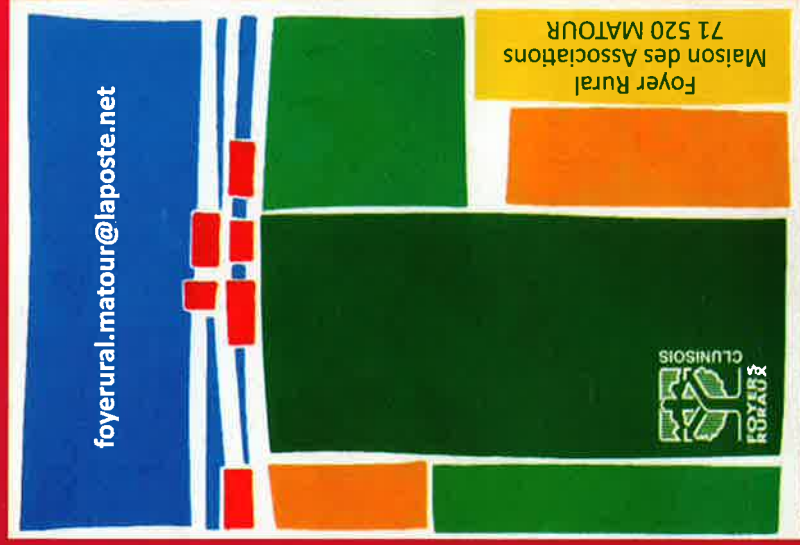
RÈGLEMENT

- Possibilité de payer en 2 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 2018-2019



**REPRISE DES ACTIVITES :
SEMAINE DU
17 SEPTEMBRE 2018**



GYM POSTURALE

LUNDI 17H - 18H
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 : Isabelle MARION
03 85 59 75 09



**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 €
(10 séances min./an)
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



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



TAROT

MERCREDI 20H

OÙ : Maison des Associations
COMBIEN : 20,00 €
CONTACT : Pierre BIMONT
06 41 99 20 69



QI-GONG

MERCREDI 19H - 20H15

OÙ : Gymnase
COMBIEN : 225,00 €
ANIMATEUR : Marie-José Balthazard
06 82 20 45 75



**GYM
ENTRETIEN**

VENDREDI 16H30 - 17H30

OÙ : Gymnase
COMBIEN : 130,00 €
ANIMATEUR : Fabrice DUREUIL
CONTACT : Claudie BALLET
06 68 69 62 43



CROSS TRAINNING

SAMEDI 8H30 - 9H30

OÙ : Gymnase
COMBIEN : 130,00 €
ANIMATEUR : Maxime RIVAS
06 76 36 11 56



BOXE MULTISPORTS JEUNES

SAMEDI 9H45 - 10H45

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



PING-PONG

SAMEDI 11H30 - 12H30

OÙ : Gymnase
COMBIEN : 30,00 €
CONTACT : Jean AUBERT
06 85 41 41 30



YOGA

SAMEDI 17H - 19H

OÙ : Gymnase
COMBIEN : 125,00 €
(10 séances min./an)
ANIMATEUR : différents
professeurs de Yoga, en alternance
CONTACT : Claude WAEBER
03 85 59 71 67