

FOYER RURAL AUSSONNE - Planning des activités 2022 - 2023

Nouveautés en rouge

Nouveau professeur

En attente nouveau professeur

Jour	Cours	Carte	Prix	Horaires	Lieu
LUNDI	Balade pédestre (selon météo) - Raymond	18	/	9 h ou 14 h suivant saison	halle aux sports
	Yoga seniors - Christina	18	150	9 h - 10 h 00	salle du foyer
	Gym (postural ball) - Géraldine	18	141*	9 h 30 - 11 h	salle des fêtes
	Peinture sur soie - Pierrette	18	25	13 h 30 - 16 h 30	salle du foyer
	Scrabble - Mireille	18	25	14 h 30 - 18 h 30	salle n° 1
	Théâtre enfants 8/10 ans - Nathalie	15	180	17 h - 18 h 30	salle du foyer
	Yoga enfants - Christina	15	150	17 h 30 - 18 h 30	salle des fêtes
	Théâtre enfants + 13 ans - Nathalie	15	180	18 h 30 - 20 h	salle du foyer
	Gym tonique - Carole	18	141*	18 H 45 - 19 h 45	salle des fêtes
	Danse en ligne débutant - Laurence	18	120 / 140 / 160**	19 h 00 - 20 h 00	salle n° 2
	Stretching - Carole	18	141*	19 h 45 - 20 h 45	salle des fêtes
	Théâtre adultes - Nathalie	18	330	20 h 30 - 22 h 30	salle du foyer

MARDI	Gym bien être - Carole	18	141*	9 h 15 - 10 h 15	salle des fêtes
	Pilates niveau 2 - Carole	18	141*	10 h 15 - 11 h 15	salle des fêtes
	Peinture atelier libre - Nicole	18	25	14 h - 17 h	salle du foyer
	Initiation et aide informatique - Sébastien	18	30/scéance	14 h - 16 h	salle du foyer
	Anglais primaire Céline	15	120	18 h - 19 h 00	salle du foyer
	Pilates niveau 2 - Carole	18	141*	19 h - 20 h	salle des fêtes
	Cardio training - Carole	18	141*	20 h - 21 h	salle des fêtes
	Sophrologie Marion	18	190	19h - 20h	salle du foyer

MERCREDI	Marche sport et santé seniors - Christina	18	100	9 h - 10 h 30	en extérieur départ du foyer
	Pilates - Carole	18	141*	9 h 30 - 10 h 30	salle des fêtes
	Stretching - Carole	18	141*	10 h 30 - 11 h 30	salle des fêtes
	oriental'fit et stretching - Cassandra	18	140	10 h 30 - 11 h 30	salle du foyer
	Eveil Jazz 5-6 ans - Sylvie	15	180	13 h 30 - 14 h 30	salle des fêtes
	Poterie enfants/ados - Céline	15	141	14 h - 15 h 30	salle du foyer

	Modern Jazz 7-10 ans - Sylvie	15	180	14 h 30 - 15 h 30	salle des fêtes
	Danse orientale Ado - Cassandra	15	150	17 h - 18 h	salle des fêtes
	Dessins/bd mangas (- de 12 ans) - Arthur	15	100	17 h - 18 h 00	salle du foyer
	Dessins/bd mangas (12 ans révolus au 09/2023) - Arthur	15	150	18 h 15 - 20 h 00	salle du foyer
	Self Défense - Mehdi	18	180	18 h - 19 h 30	salle des fêtes
	Pilates - Géraldine	18	141*	19 H 30 - 20 H 30	salle des fêtes
	Poterie adultes - Yves	18	141	20 h 00 - 22 h 00	salle du foyer
	Jeux société 1 fois/mois - Yann	/	10 pour 1 20/famille	20H30 - 23H00	salle n°1

JEUDI	Randonnée - Raymond	18	50	1 ou 1/2 journée	halle aux sports
	Loisirs créatifs libres - Martine	18	25	14 h - 17 h 00	salle du foyer
	Théâtre enfants 11/13 ans - Nathalie	15	180	17 h 30 - 19 h	salle du foyer
	Anglais collège Céline	15	120	18 h - 19 h 00	salle n° 1
	Gym tonique - Géraldine	18	141*	18 h 45 - 19 h 45	salle des fêtes
	Anglais adultes Céline	18	120	19 h - 20 h 00	salle n° 1
	Danse en ligne novice - Laurence	18	120 / 140 / 160**	19 h 00 - 20 h 00	salle du foyer
	Danse en ligne intermédiaire - Laurence	18	120 / 140 / 160**	20 h - 21 h 00	salle du foyer
	Yoga - Christina	18	192	20 h - 21 h 30	salle des fêtes
	Danse orientale adulte - Cassandra	18	140	20 h 15 - 21 h 15	salle n° 1

VENDREDI	gym sport et santé seniors - Christina	18	140	9 h - 10 h 30	Salle du foyer
	Gym bien être - Géraldine	18	141*	9 h 15 - 10 h 15	salle des fêtes
	Street Jazz 12-14 ans - Sylvie	15	180	17 h - 18 h	salle du foyer

SAMEDI	Randonnée - Raymond	18	50	1 ou 1/2 journée	halle aux sports
	Marche rapide - Raymond	18	/	samedi matin	halle aux sports

Attention : les horaires et lieux des activités peuvent être modifiés.

* Les 141 euros vous donnent droit à tous les cours de gym de Carole et Géraldine

**Prix progressif suivant le nombre de cours suivi

Si un cours n'atteint pas un nombre suffisant d'intéressés, il sera supprimé.

mise à jour du 08/09/2022