

FOYER RURAL BASTIDE DES JOURDANS

ADHESION ANNUELLE 2025/2026 Individuelle : 15€ - Familiale : 25€

Cours	Tarif annuel en €	Jours	Horaires	Référents Activités	Tél.	@	Lieux RDV
ACTIVITES ENFANTS et ADOLESCENTS							
Multisports 4- 5 ans	75 €	Mercredi	10h30 à 11h15	Fabienne Orsoni	06 11 69 74 82	faborsoni@gmail.com	S.P
Cardio Fit Ado à partir de 12 ans	85 €	Mercredi	17h45 à 18h45	Fabienne Orsoni	06 11 69 74 82	faborsoni@gmail.com	S.P
ACTIVITES ADULTES							
Sport Santé Bien-être	65 €	Mercredi	16h30 à 17h30	D. Clémot	04 90 77 86 40	clemotdenis@gmail.com	S.P
Pilates	130 € (1h)	Mardi	19h à 20h	D. Clémot	04 90 77 86 40	clemotdenis@gmail.com	S.P
		Mercredi	9h15 à 10h15	D. Clémot	04 90 77 86 40	clemotdenis@gmail.com	S.P
Randonnée Pédestre	0	Samedi 1/2 journée ou journée (sortie mensuelle)		B. Menicucci E. Bestagno L. Sarrue D. Aubert	06 63 96 00 36 06 77 98 48 50 06 43 31 97 83 06 24 26 11 15	bmenicucci13@gmail.com cocoeve@free.fr lionel@nhuman.fr aubertdanie@orange.fr	S.P
VTT	0	Samedi ou en semaine	à partir de 9h	D. Louiset D. Clémot	07 45 16 24 14 04 90 77 86 40	louisetdaniel8384@gmail.com clemotdenis@gmail.com	S.P
Yoga	160 €	Jeudi	18h30 à 19h45	I. Clémot	06 76 50 62 97	isabelle.clemot@gmail.com	S.P
Qi Gong	160 €	Jeudi	10h30 à 11h45	O. Careggi B. Coulalet	06 76 00 92 18 06 86 78 77 14	careggi.odile@gmail.com brigitte.coulalet@gmail.com	S.P ou Stade
HIIT (Renforcement musculaire)	115 €	Mercredi	19h45 à 20h45	F. Bestagno	06 67 10 84 16	fannybestagno@gmail.com	S.P
Pleine Conscience (Méditation)	0 €	Mercredi	18h à 19h	G. Castro	06 45 81 78 87	nain973@yahoo.fr	Biblioth.
		Vendredi	19h à 20h				
Sophrologie	60 €	Mensuel 2 ^{ème} mardi du mois	18h30 à 19h30	B. Coulalet	06 86 78 77 14	brigitte.coulalet@gmail.com	Dumas
Chorale*	90 €	Mercredi	19h à 20h30	B. Coulalet L. Sarrue	06 86 78 77 14 06 43 31 97 83	brigitte.coulalet@gmail.com lionel@nhuman.fr	Dumas
Peinture	135 €	Mardi bimensuel	9h à 12h	M. Pichereau	06 88 86 65 55 07 88 35 88 10	martinepichereau@hotmail.fr	Dumas
Astronomie	0 €	Vendredi	à partir de 21h	J.M. Dany	06 51 90 91 01	luberonsudastro@gmail.com	Dumas
Tarot*	0 €	Vendredi mensuel	19h à 1h	A. Martinez	06 31 51 88 26	alexandre.martinez6513@gmail.com	S.P

* effectif limité

Inscription et règlement possible sur <https://urlr.me/eqjTQF> ou via ce QR-code

10% de réduction à partir de la seconde activité payante individuelle

nous acceptons les CHEQUES VACANCES et les COUPONS SPORTS

Site : www.foyerrural-labastidedesjournans.org - Contact : foyerrural.lbdj@gmail.com

