

**LES FOYERS RURAUX**pour un monde rural *vivant !***FOYER RURAL - LA BASTIDE des JOURDANS**Sport en Milieu Rural
Comité Régional PACA**ADHESIONS ANNUELLES - 2020-2021 : Individuelle /15€ - Familiale /25 €**

Cours	Tarif Annuel en €	Jours	Horaires	Resp. d'Activités	Tél.	@	LIEUX RDV
CALENDRIER - ACTIVITES ENFANTS & ADO							
CAPOEIRA 5-7 ans	100	Lundi	16h45-17h30	V. Duclaux	06 15 04 21 44	virginie.duclaux@m4x.org	S.P
CAPOEIRA 8-11 ans							
JU-JITSU BRESILIEN	100	Mercredi	16h15-17h15	D. Clémot	04 90 77 86 40	clemotdenis@gmail.com	S.P
				A. Raymond	04 90 77 84 93	pianneraymond@hotmail.fr	
THEATRE Enfants	150	Mercredi	10h30 - 12h	A. Raymond	04 90 77 84 93	pianneraymond@hotmail.fr	S.P
THEATRE Adolescents				14h30 - 16h	J. Cappiello	06 51 58 19 46	
EVEIL DANSE 4-6	100	Jeudi	16h45-17h30	V. Duclaux	06 15 04 21 44	virginie.duclaux@m4x.org	Oliviers & S.P
HIP-HOP 7-10 ans							
CALENDRIER - ADULTES							
ATELIER PHOTOS	25	Mardi <i>Bimensuel</i>	<i>Ou Sorties Mensuelles</i> 20h - 21h30	C. Paget	06 13 32 89 69	colette.paget@yahoo.fr	Dumas
ASTRONOMIE	25	Vendredi	21h	P. Sogorb	06 79 62 18 01	luberonsudastro@gmail.com	Dumas
COUPE de BOIS SPORTIVE	22	A partir de 16 ANS		JM. Petitqueux	06 77 01 96 35	jm.petitqueux@wanadoo.fr	RDV à S.P
COURS De PILATES	130	Mardi	19h - 20h	D. Clémot	04 90 77 86 40	clemotdenis@gmail.com	S.P
CROSS TRAINING & GYM FORM		Mercredi	9h15-10h15				
		Lundi	18h45-19h45				
COURS de SPORT SANTE	0	Mardi 2 cours	10h - 11h 11h - 12h	D. Clémot	04 90 77 86 40	clemotdenis@gmail.com	S.P
INFORMATIQUE	25	Samedi <i>Bimensuel</i>	9h - 11h	M. Orgnon	04 90 77 43 80	muriel.orgnon84@gmail.com	Dumas
ITALIEN	25	Jeudi	18h30 - 20h	F. Piccinno A. Sirdeys	04 90 77 87 41 0609 86 31 88	frisouraym@hotmail.com antonella.sirdeys@orange.fr	Dumas
QI GONG	165	Lundi	14h30-15h45	O. Careggi	06 76 00 92 18	careggi.odile@gmail.com	S.P
PLEINE CONSCIENCE (Méditation)	25	Mercredi	19h - 20h	A. Raymond G. Castro	04 90 77 84 93	pianneraymond@hotmail.fr nain973@yahoo.fr	Oliviers
RANDONNEES PEDESTRES	25	Jeudi	9h - 11h30	E. Bestagno	06 77 98 48 50	cocoeve@free.fr	RDV à la S.P
		Samedi <i>ou la Journée</i>	14h - 17h	R. Coulalet E. Bestagno	04 90 77 81 43 06 77 98 48 50	raymond@coulalet.com cocoeve@free.fr	
SOPHROLOGIE	130	Jeudi	19h - 20h	J. Gérome F. Roméo	06 37 15 10 11 06 84 79 84 86	joelletben@gmail.com	Oliviers
VTT	25	Dimanche	9h00	D. Clémot	04 90 77 86 40	clemotdenis@gmail.com	RDV S.P
YOGA	165	Jeudi	18h45-20h15	I. Clémot	04 90 77 86 40	isabelle.clemot@gmail.com	S.P
Site : www.foyerrural-labastidedesjourdans.org - Contact : foyerural.lbdj@gmail.com							

NOUS ACCEPTONS LES CHEQUES VACANCES & SPORTSReprise des Activités le 11/09 - en visio conférence ou extérieur

Reprise en salle à compter du 05 octobre, sous réserve des conditions sanitaires

