



FOYER RURAL BASTIDE DES JOURDANS

ADHESIONS ANNUELLES - 2021 - 2022 : Individuelle/15€ - Familiale/25€

Cours	Tarif annuel en €	Jours	Horaires	Resp. Activités	Tél.	@	Lieux RDV
ACTIVITES ENFANTS							
Capoeira 5-7 ans	100	Mardi	16h45-17h30	D.Zang	07 72 31 16 01	kelya.angel.deborah@gmail.com	S,P
Capoeira 8-11 ans			17h30-18h45				
Jujitsu Brésilien	100	Mercredi	16h15-17h15	D. Clémot A. Raymond	04 90 77 86 40 04 90 77 84 93	clemotdenis@gmail.com pianneraymond@hotmail.fr	S,P
Théâtre enfants	150	Mercredi	10h30-12h00	A. Raymond	04 90 77 84 93 06 51 58 19 46	pianneraymond@hotmail.fr	S,P
Multisports à partir de 6 ans	100	Mercredi	10h45-11h45	D. Clémot A. Raymond	04 90 77 86 40 04 90 77 84 93	clemotdenis@gmail.com pianneraymond@hotmail.fr	Stade ou Tennis
Eveil danse 4-6 ans	100	Mercredi	14h00-14h45	Groupe Danse			S,P
Hip Hop 7-11 ans	100		14h45-15h45				
ACTIVITES ADULTES							
Sport santé	60	jeudi	10h-11h	D. Clémot	04 90 77 86 40	clemotdenis@gmail.com	S,P
Cross Training et gym Form	130	Lundi	18h45-19h45	D. Clémot	04 90 77 86 40	clemotdenis@gmail.com	S,P
Pilates		Mardi	19h00-20h00				S,P
		Mercredi	9h15-10h15				S,P
Randonnée Pédestre	0	Jeudi, Samedi 1/2 journée ou journée (Alternance)		R. Coulalet E. Bestagno	04 90 77 81 43 06 77 98 48 50	raymond@coulalet.com cocoeve@free.fr	S,P
VTT	0	Dimanche	9h00	D. Clémot	04 90 77 86 40	clemotdenis@gmail.com	S,P
Yoga	165	Jeudi	18h30-20h00	I. Clémot	04 90 77 86 40	isabelle.clemot@gmail.com	S,P
Qi Gong	165	Lundi	14h30-15h45	O.Careggi	06 76 00 92 18	careggi.odile@gmail.com	S,P ou Stade
Pleine Conscience (Méditation)	0	Mercredi	19h00-20h00	A. Raymond G.Castro	04 90 77 84 93 06 45 81 78 87	pianneraymond@hotmail.fr nain973@yahoo.fr	Biblioth.
		Vendredi	19h00-20h00				
Capoeira	140	Mardi	17h30-18h45	D.Zang	07 72 31 16 01	kelya.angel.deborah@gmail.com	S,P
Zumba	90	Jeudi	20h15-21h00	Groupe Zumba			S,P
Italien	0	Jeudi	18h30-20h	A.Sirdeys	04 90 77 87 41 06 09 86 31 88	Antonella.sirdeys@orange.fr	Dumas
Atelier Photos	0	sorties mensuelles ou mardi mensuel	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
Informatique	0	Samedi mensuel	09h- 11h	M.Orgnon	04 90 77 43 80	murielorgnon84@gmail.com	Dumas

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

NOUS ACCEPTONS LES CHEQUES VACANCES et SPORTS

**PASS SANITAIRE obligatoire pour les Activités (hors randonnée et VTT)
(y compris pour les mineurs dès 12 ans à partir du 30/09/21)**