



LES FOYERS RURAUX
pour un monde rural vivant !



FOYER RURAL BASTIDE DES JOURDANS

ADHESIONS ANNUELLES - 2022 - 2023 : Individuelle/15€ - Familiale/25€

Cours	Tarif annuel en €	Jours	Horaires	Resp. Activités	Tél.	@	Lieux RDV
ACTIVITES ENFANTS							
Jujitsu Brésilien	110 €	Mercredi	16h30-17h15	J,Trigano A. Raymond	06 62 13 21 81 04 90 77 84 93	julietrigano.assistanteadm@gmail.com pianneraymond@hotmail.fr	S.P
ACTIVITES ADULTES							
Sport santé	1h. 70€ 2h. 140€	Lundi	17h30-18h30	D. Clémot	04 90 77 86 40	clemotdenis@gmail.com	S.P
		Jeudi	10h-11h				S.P
Cross Training et gym Form	1h. 130€ 2h. 160€ 3h. 190€	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	Samedi 1/2 journée ou journée (Alternance)		B. Menicucci E. Bestagno	06 63 96 00 36 06 77 98 48 50	bmenicucci13@gmail.com cocoeve@free.fr	S.P
VTT 1	0	Dimanche	9h00	D. Clémot	04 90 77 86 40	clemotdenis@gmail.com	S.P
VTT 2	0	Dimanche	9h00	P. Sogorb	06 79 62 18 01	patrick,sogorb@gmail.com	S.P
Yoga	135 €	Mercredi	18h30-19h45	I. Clémot	04 90 77 86 40	isabelle.clemot@gmail.com	S.P
Qi Gong	165 €	Lundi	14h00-15h15	O.Careggi	06 76 00 92 18	careggi.odile@gmail.com	S.P ou Stade
Zumba	1h. 120€	Jeudi	19h00-20h00	F.Bestagno	06 67 10 84 16	descamps.fanny@yahoo.fr	S,P
			20h00-21h00				
Plaine Conscience (Méditation)	0	Mercredi	19h00-20h00	G.Castro	06 45 81 78 87	nain973@yahoo.fr	Biblioth.
		Vendredi	19h00-20h00				
Peinture	135 €	Mardi (1 semaine/2)	10h00-12h00	M. Pichereau et F.Rozé Quint.	06 88 86 65 55 07 88 35 88 10	martinepichereau@hotmail.fr frq50.cdb@gmail.com	Salle des Oliviers
Dessin et modelage	0	Mercredi (1 semaine/2)	14h00-16h30	M.H de Luna	06 61 55 74 19	m.deluna49@gmail.com	Salle des Oliviers
Atelier Photos	0	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

Nous espérons également pouvoir vous proposer :

Activité Enfants Multisports

Activité Adultes Chorale, Informatique, Sophrologie, Poly-artistique

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

NOUS ACCEPTONS LES CHEQUES VACANCES et COUPONS SPORTS