

👉 FITNESS, REMISE EN FORME (>14 ANS)

Body Gym	PSA	lundi	18 h 00 / 19 h 00	115,00 €	3 séances 290,00€
Renfo, abdo, stretching	PSA	lundi	19 h 00 / 20 h 00	115,00 €	
Zumba	PSA	lundi	20 h 30 / 21 h 30	115,00 €	
Body sculpt	PSA	mardi	10 h 00 / 11 h 00	115,00 €	
FITPUNCH <i>Nouveau</i>	GSA	mardi	19 h 15 / 20 h 00	115,00 €	
Circuit training adapté (pour tous)	PSA	vendredi	10 h 00 / 11 h 00	115,00 €	
Stretching	PSA	vendredi	11 h 00 / 12 h 00	115,00 €	
Body sculpt	PSA	vendredi	18 h 30 / 19 h 30	115,00 €	
Zumba	GSA	samedi	09 h 30 / 10 h 30	115,00 €	
Body sculpt <i>Nouveau</i>	PSA	samedi	09 h 30 / 10 h 30	115,00 €	
Zumba	GSA	samedi	10 h 30 / 11 h 30	115,00 €	

👉 COUNTRY

Débutants	PSA	vendredi	19 h 30 / 20 h 30	120,00 €	2 ou 3
Intermédiaires	PSA	vendredi	20 h 30 / 21 h 30	120,00 €	séances
Avancés	PSA	vendredi	21 h 30 / 22 h 30	120,00 €	180,00 €

👉 HOCKEY EN SALLE *avec accord des entraîneurs

Hockey Kids : Jeunes nés en 11-12-13	SSP	mercredi	10 h 30 / 11 h 30	110,00€	
U8-U10 ans : nés en 09-10-11-12	SSP	lundi	16 h 45 / 18 h 30	145,00€	2 séances 190 €
U8-U10 ans : nés en 09-10-11-12	SSP	mercredi	13 h 30 / 15 h 00	135,00€	
U12 nés en 07-08-09	SSP	mercredi	14 h 30 / 16 h 00	135,00€	2 séances 190 €
U12 né en 07-08	SSP	lundi	16 h 45 / 18 h 30	145,00€	
U14-U16 nés en 03-04-05*-06*	SSP	Lundi	18 h 45 / 20 h 45	145,00€	2 ou 3 séances 190 €
U14-U16 nés en 03-04 -05-06	SSP	mercredi	16 h 00 / 18 h 00	150,00€	
U14-U16 nés en 03-04-05-06	SSP	vendredi	17 h 30 / 19 h 00	135,00€	
U19 ans : adultes compétition 2001 et avant	SSP	lundi	18 h 45 / 20 h 45	145,00€	2 séances 190 €
U19 ans : adultes compétition 2001 et avant	SSP	vendredi	19 h 00 / 20 h 45	145,00€	
Loisirs adultes et enfants à partir de 2006	SSP	lundi	20 h 30 / 22 h 15	145,00€	

👉 ART VISUEL *Nouveau*

Peinture (matériel fourni sauf toiles et feuilles)					
Enfants (à partir de 8 ans), Ados	PSF	lundi	17 h 00 / 18 h 30	250,00€	
Adultes	PSF	lundi	18 h 30 / 20 h 00	300,00€	
Atelier B.D. – Mangas (matériel fourni)					
Ados, Adultes	GSA	jeudi	18 h 00 / 19 h 30	260,00€	

👉 TENNIS DE TABLE

Débutants (tes) nés en 2009 et après	GSA	lundi	18 h 00 / 19 h 00	110,00€*
Jeunes confirmés et compétition FFTT	GSA	lundi	19 h 00 / 20 h 15	130,00€*
Compétition FFTT (adultes et jeunes)	GSA	lundi	20 h 15 / 21 h 30	130,00€*
Débutants (tes) nés en 2009 et après	GSA	mercredi	17 h 30 / 18 h 30	110,00€*
Jeunes confirmés et compétition. FFTT	GSA	mercredi	18 h 30 / 19 h 45	130,00€*
Compétition FFTT (adultes et jeunes)	GSA	mercredi	19 h 45 / 21 h 00	130,00€*
Loisirs (tout âge)	GSA	mercredi	21 h 00 / 22 h 30	95,00€*
Compétition second niveau	GSA	Jeudi	17 h 00 / 18 h 30	150,00€*
Deux entrainements par semaine	GSA	lundi et mercr.	Confirmé ou Deb. et/ou compétition	150,00€*

*REDUCTION EXCEPTIONNELLE de 30,00€ pour les adhérents de sexe féminin au tennis de table dans le cadre du projet du développement du sport au féminin.

👉 YOGA et MEDITATION Ados / Adultes

YOGA	GSA	lundi	18 h 00 / 19 h 30	135,00 €
MEDITATION (10 séances) <i>Nouveau</i>	GSA	lundi	19 h 30 / 20 h 30	50,00 €
YOGA	PSA	mardi	11 h 00 / 12 h 30	135,00 €
YOGA	PSA	jeudi	18 h 30 / 20 h 00	135,00 €
YOGA	PSA	jeudi	20 h 00 / 21 h 30	135,00 €

👉 THEATRE

Adultes	GSA	lundi	20 h 30 / 22 h 30	250,00€
Primaires (à partir de 7ans) 1 ^{ère} et 2 ^{ème} année	GSA	vendredi	16 h 30 / 17 h 30	150,00€
Primaires 3 ^{ème} année et +	GSA	Vendredi	17 h 30 / 18 h 30	150,00€
Collégiens, lycéens	GSA	vendredi	18 h 30 / 19 h 30	150,00€

👉 GYM ENFANTS ET ADOS

Baby-gym Parent-Enfant (20mois – 3 ans)	GSA	mercredi	09 h 00 / 09 h 45	130,00 €
Baby gym 3-5 ans	GSA	mercredi	09 h 45/ 10h 30	140,00 €
Gym 6- 8ans	GSA	mercredi	15 h 00 / 16 h 00	140,00 €
Gym +9ans	GSA	mercredi	16 h 00 / 17 h 00	140,00 €
Zumba kids, juniors 08 / 14 ans niv1	PSA	vendredi	17 h 00 / 17 h 45	100,00 €
Zumba kids, juniors 08 / 14 ans niv2	PSA	vendredi	17 h 45 / 18 h 30	100,00 €

👉 PILATES

Pilates	PSA	lundi	12 h00 / 13 h 00	115,00 €
Pilates initiés	PSA	mercredi	10 h 00 / 11 h 00	115,00 €
Pilates Séniors	PSA	mercredi	11 h 00 / 12 h 00	115,00 €
Pilates Fusion initiés <i>Nouveau</i>	GSA	jeudi	12 h 10 / 13 h 10	115,00 €
Pilates – stretching <i>Nouveau</i>	GSA	mardi	18 h 30 / 19 h 15	115,00 €
Stretching Pilates	PSA	samedi	10 h 30 / 11 h 30	115,00 €

LEGENDE : GSA et PSA : Grande (ou Petite) Salle Annexe, SSP : Salle des Sports (Complexe sportif du Cheval Rouge Route de Neufchâtel), GSF et PSF Grande (ou Petite) Salle des Fêtes (Place A. Cramilly) ; RPA : Résidence Personnes âgées du Vieux Colombier (Rue des primevères).

⇒ **Supplément hors commune 35 €** (sauf tennis de table, hockey, marche nordique, bootcamp et couture)

⇒ **10% de réduction** sur le total des activités à partir de 3, par famille à la même adresse.

⇒ **Adhésion FNSMR obligatoire** pour toute activité : **12€ par personne.**

⇒ Inscriptions possibles pour les nouveaux ou retardataires sur les cours non complets, **un essai gratuit est possible (se renseigner).**

Les fiches d'inscriptions et les fiches d'essai peuvent être retirées lors de notre permanence (voir horaires ci-dessous), à la Mairie ou sur notre Site Internet : (<https://www.frisneauville.fr/inscriptions/>)

FOYER RURAL ISNEAUVILLE
 MAIRIE
 76230 ISNEAUVILLE
 Tél. : 02.35.59.01.01
 Mail : frisneauville@orange.fr
 Site internet : www.frisneauville.fr
<https://www.facebook.com/FrisneauvilleOfficiel/>
Permanences tous les mardis de 16h30 à 18h30 à la Salle des Fêtes
 Fermé du 14/07/18 au 18/08/18

Mise à jour 09/11/18



FOYER RURAL ISNEAUVILLE

SAISON 2018-2019

Les activités reprennent le 10 septembre 2018 et se terminent le 07 juillet 2019 (Pas d'activité pendant les vacances scolaires).

☞ EVEIL AUX SPORTS (ex : hockey, basket, hand, Frisbee, badminton...) **Nouveau**

Jeunes nés en 11-12	SSP	jeudi	16 h 45 / 17 h 45	115,00 €
---------------------	-----	-------	-------------------	----------

☞ ATELIER GUITARE

Ados, adultes (venir avec sa guitare)	RPA	jeudi	19 h 00 / 20 h 30	210,00€
---------------------------------------	-----	-------	-------------------	---------

☞ MARCHÉ NORDIQUE

Adultes (1 groupe avancé et 1 déb.)	Extérieur	samedi	10 h 00 / 12 h 00	30,00 €
-------------------------------------	-----------	--------	-------------------	---------

☞ COUTURE

Adultes	PSF	mercredi	09 h 15 / 11 h 45	350,00 €
---------	-----	----------	-------------------	----------

☞ BOOTCAMP

Adultes + licence obligatoire	Ext	1 dim / 2 et/ou jeudi	10 h 30 / 12 h 00	60€ les 10 séances
			19 h 30 / 20 h 30	

☞ MODERN' JAZZ

Initiation 1 et 2 6-7 ans (2011-2012)	PSA	mercredi	12 h 15 / 13 h 15	130,00 €
Débutants 1 et 2 8ans (2010-2009)	PSA	mercredi	13 h 15 / 14 h 15	130,00 €
Débutants 2 et 3 9-10 ans (2009-2008)	PSA	mercredi	14 h 15 / 15 h 15	130,00 €
Déb. 4 et Inter 1 11-12 ans (2007-2006)	PSA	mercredi	15 h 15 / 16 h 15	130,00 €
Inter 2 et 3 13-14 ans (2005-2004)	PSA	mercredi	16 h 15 / 17 h 15	130,00 €
Inter 4 et 5 15-16 ans (2003-2002)	PSA	mercredi	17 h 15 / 18 h 30	135,00 €
EVEIL Petits 4-5 ans (2013-2014)	PSA	jeudi	17 h 45 / 18 h 30	120,00 €
Avancés 1 adultes à partir de 17ans (2001)	GSA	jeudi	18 h 45 / 20 h 15	150,00 €
Avancés 2 adultes	GSA	jeudi	20 h 15 / 21 h 45	150,00 €

☞ YOGA DU RIRE **Nouveau**

Enfants et adultes (10 séances)	GSF	mercredi	19h30 / 20 h 30	50,00€
---------------------------------	-----	----------	-----------------	--------