

👉 FITNESS, REMISE EN FORME (>14 ANS) * Nouveau

Body sculpt	PSA	lundi	18 h 00 / 19 h 00	115,00€	N. DUBOT
Body sculpt	PSA	lundi	19 h 00 / 20 h 00	115,00€	G.LEBOURG
Zumba	PSA	lundi	20 h 30 / 21 h 30	115,00€	V.SEMBLAT
Body sculpt	PSA	mardi	10 h 00 / 11 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*	PSA	samedi	10 h 45 / 11 h 45	115,00€	N.OGER
Zumba	GSA	samedi	10 h 30 / 11 h 30	115,00€	V.SEMBLAT
Forfait 3 séances			(Fitness et/ou Pilates)	290,00 €	

👉 PILATES * Nouveau

Pilates Initiés	PSA	lundi	12 h00 / 13 h 00	115,00€	N.OGER
Pilates	PSA	lundi	14 h 00 / 15 h 00	115,00€	V. SEMBLAT
Barre Fusion	GSF	mardi	18 h 00 / 19 h 00	115,00€	N. OGER
Pilates stretching	GSF	mardi	19 h 00 / 20 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€	
Barre Fusion	PSA	jeudi	12 h 00 / 13 h 00	115,00€	
Pilates	PSA	jeudi	15 h 15 / 16 h 15	115,00€	V. SEMBLAT
Pilates séniors et/ou débutants*	PSA	vendredi	12 h 15 / 13 h 15	115,00€	N.OGER
Stretching Pilates	PSA	samedi	09 h 45 / 10 h 45	115,00€	
Forfait 3 séances			(Fitness et/ou Pilates)	290,00 €	

👉 ART VISUEL

Peinture (matériel fourni sauf toiles)					
Enfants (à partir de 6 ans), Ados	PSF	lundi	17 h 00 / 18 h 30	200,00€	E.COMELET
Adultes	PSF	lundi	18 h 30 / 20 h 00	250,00€	

👉 THEATRE

Adultes	GSF	lundi	20 h 30 / 22 h 30	250,00€	J.PIQUET
Primaires (ce1, ce2 et cm1)	GSF	vendredi	16 h 30 / 17 h 30	120,00€	V. DUBOS
Primaires et collège (cm2 et 6 ^{ème})	GSF	vendredi	17 h 30 / 18 h 30	120,00€	
Collégiens (5 ^{ème} , 4 ^{ème} et 3 ^{ème})	GSF	vendredi	18 h 30 / 19 h 30	120,00€	

👉 TENNIS DE TABLE Encadré par Y.LAROCHELLE et C.MAURICE

Débutants (tes) nés en 2011 et après. Premier Niveau - licence FNSMR	GSA	mercredi	17 h 30 / 18 h 30	120,00€*
Débutants (tes) nés en 2011 et après. Deuxième niveau - licence FNSMR	GSA	mercredi	18 h 30 / 19 h 45	130,00€*
Jeunes compétition - jusqu'à juniors Inklus (nés en 2003 et après). Licence FNSMR & FFTT	GSA	lundi jeudi	18 h 00 / 19 h 45 17 h 00 / 18 h 30	150,00€*
Compétition adultes Licence FNSMR & FFTT	GSA	lundi mercredi	19 h 45 / 21 h 30 19 h 45 / 21 h 00	160,00€*
Loisirs (tout âge) Licence FNSMR	GSA	Mardi et / ou mercredi	19 h 30 / 21 h 30 21 h 00 / 22 h 30	100,00€*

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

👉 GYM ENFANTS

Baby-gym Parent-Enfant (20mois – 3 ans)	GSA	mercredi	09 h 00 / 09 h 45	130,00€	G. LEBOURG
Baby gym 3-5 ans	GSA	mercredi	09 h 45 / 10 h 30	140,00€	
Gym débutants	GSA	mercredi	15 h 00 / 16 h 00	140,00€	
Gym avancés	GSA	mercredi	16 h 00 / 17 h 00	140,00€	
Zumba kids, juniors	PSA	vendredi	17 h 15 / 18 h 15	115,00€	V.SEMBLAT

👉 YOGA et MEDITATION Ados / Adultes

Yoga	GSF	lundi	18 h 00 / 19 h 30	135,00€	M-H.CORLAIX
Méditation (20 séances)	GSF	lundi	19 h 30 / 20 h 30	100,00€	M-H.CORLAIX
Yoga	PSA	mardi	11 h 00 / 12 h 30	135,00€	B. CINGAL
Yoga	PSA	jeudi	18 h 35 / 20 h 05	135,00€	M-H.CORLAIX
Yoga	PSA	jeudi	20 h 05 / 21 h 35	135,00€	D.LINGEE

👉 SOPHROGYM Nouveau

Ados, Adultes	GSF	lundi	17 h 00 / 18 h 00	115,00€	C.JANIAUX
---------------	-----	-------	-------------------	---------	-----------

👉 SOPHROLOGIE

Ados, Adultes (2x par mois semaine paire)	PSF	mercredi	18 h 30 / 19 h 30	85,00€	C.JANIAUX
---	-----	----------	-------------------	--------	-----------

👉 SPORT SANTE - Activités Physiques Adaptées

Ados, Adultes	PSA	Lundi et/ou jeudi	15 h 00 / 16 h 00	115,00€	V.SEMBLAT
			14 h 00 / 15 h 00		

Activités destinées aux personnes atteintes ou en cours de rémission d'un cancer ou pathologies aggravées (diabète, surpoids, AVC, accident cardiaque...). N'hésitez pas à vous renseigner

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, marche nordique, sport santé)

⇒ **10% de réduction** sur le total des activités (**hors forfait Fitness/Pilates et forfait country**) 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)**.

⇒ **Réinscriptions (pour les anciens adhérents)** par courrier à renvoyer au Foyer rural, place A. Cramilly, 76230 ISNEAUVILLE, **avant le 6 JUILLET 2020**. (Chèque à l'ordre du Foyer rural). **Tout dossier incomplet sera retourné.**

⇒ **Inscriptions pour les nouveaux adhérents à partir du 7 juillet 2020 ou lors du forum des Associations d'Isneauville le samedi 05 septembre 2020 de 09h à 13h à la salle des sports du Cheval Rouge.**

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 13/07/20 au 16/08/20

Mise à jour 14/09/20



FOYER RURAL ISNEAUVILLE

PROJET D'ACTIVITES SAISON 2020-2021

Les activités reprennent le 07 septembre 2020 et se terminent le 26 juin 2021 (Pas d'activité pendant les vacances scolaires).

ATELIER GUITARE

Ados, adultes (venir avec sa guitare)	PSF	jeudi	19 h 00 / 20 h 30	210,00€	R. GENTY
--	-----	-------	-------------------	---------	----------

MARCHE NORDIQUE

Adultes Adultes (1 groupe avancé et 1 déb.)	Ext.	Mercredi et/ou samedi	10 h 00 / 12 h 00	30,00€	D.PICARD
--	------	-----------------------------	-------------------	--------	----------

COUTURE

Adultes (venir avec sa machine)	PSF	mercredi	09 h 15 / 11 h 45	300,00€	M DUBOC
---------------------------------	-----	----------	-------------------	---------	---------

COUNTRY

Débutants	PSA	vendredi	19 h 30 / 20 h 30	120,00 €	M.MAECKE
Novices	PSA	vendredi	20 h 30 / 21 h 30	120,00 €	
Intermédiaires	PSA	vendredi	21 h 30 / 22 h 30	120,00 €	
Forfait 2 ou 3 séances				180,00 €	

MODERN' JAZZ Encadré par F.LELIEVRE

Initiation 1 et 2 6-7 ans (2014-2013)	PSA	mercredi	12 h 15 / 13 h 15	130,00€
Débutants 1 et 2 8-9 ans (2012-2011)	PSA	mercredi	13 h 15 / 14 h 15	130,00€
Débutants 2 et 3 10-11 ans (2010-2009)	PSA	mercredi	14 h 15 / 15 h 15	130,00€
Déb. 4 et Inter 1 11 ans (2009)	PSA	mercredi	15 h 15 / 16 h 15	130,00€
Inter 2 et 3 12 ans (2008)	PSA	mercredi	16 h 15 / 17 h 15	130,00€
Inter 4 et 5 13-14-15 ans (2005-2006-2007)	PSA	mercredi	17 h 15 / 18 h 30	135,00€
EVEIL Petits 4-5 ans (2016-2015)	PSA	jeudi	17 h 45 / 18 h 30	120,00€
Avancés 1 adultes à partir de 17ans (2003)	GSA	jeudi	18 h 45 / 20 h 15	150,00€
Avancés 2 adultes	GSA	jeudi	20 h 15 / 21 h 45	150,00€