

La carte d'adhésion à l'Association Familles Rurales – Maine et Loire est obligatoire pour participer aux activités. 29 € (27 € - veufs et veuves).

Paiement par un chèque unique, encaissé en janvier 2021.

Elle est attribuée pour toute la famille et au titre de l'année 2021. Elle ouvre droit à des avantages (réductions chez certains commerçants ou assurance, accès à un service de défense des consommateurs, ...)

Pour toute information :

www.famillesrurales.org/maine_et_loire

Les Coupons Sport / ANCV sont acceptés pour le règlement des activités.

Les activités se déroulent à l'Espace Culturel de Feneu sauf Multisports et Eveil Anglais.

Début des cours :

semaine du 14 sept.

1^{ère} séance = séance de découverte
(* Certaines activités sont sous réserve d'un nombre minimum d'inscriptions)



pour parler sans complexe

Anglais Ludique*

Tu as envie d'apprendre l'anglais mais pas « comme à l'école », envie d'être à l'aise à l'oral

Des moments ludiques où sont abordés le vocabulaire, des points de grammaire et la culture britannique.

avec **Françoise MERIFIELD**

à l'Accueil de Loisirs - salle Panda

(Françoise assure les trajets avec l'Accueil de Loisirs)

pour 15 séances : tous les 15 jours

- 6 ans : mercredi matin - 45 min **80 €**

+ 6 ans : mercredi matin - 1h **85 €**

pour 30 séances : **165 € (+40 € si -6 participants)**

CE2 - CM1 : mercredi matin - 1h

à l'Espace Culturel

pour 30 séances : **165 € (+40 € si -6 participants)**

CM2 - 6^{ème} : jeudi de 17h15 à 18h15

5^{ème} - 4^{ème} : jeudi de 18h15 à 19h15

(Classes à titre indicatif)

pour 27 séances : **210 € (+40 € si -5 participants)**

ADULTES : mardi de 20h15 à 21h30

ADULTES : jeudi de 20h15 à 21h30



2020 – 2021
Activités sportives
et culturelles

Ouvertes à tous :

petits et grands

Inscriptions :

Samedi 29 août

de 10h à 12h

et

Mercredi 9 septembre

de 17h30 à 19h

à l'Espace Culturel de Feneu

Pour tout renseignement :

frf.groupe@gmail.com

Toute inscription après le 9 septembre sera majorée de 10 €

Si 2 inscriptions : - 10 €

Si 3 ou + inscriptions : - 20 €

(valable uniquement pendant les séances d'inscriptions)

Gymnastique douce

avec **Julien SINEAU**



*Vous assure un entretien physique
tout en douceur
pour garder forme et
bonne humeur sans douleur !*

mardi de 9h15 à 10h15

pour 30 séances : **95 €** (certificat médical)

Gym Forme

*Renforcement musculaire, abdo-fessiers,
étirements, ...*

avec **Dominique LE COR**

jeudi de 20h45 à 21h45

pour 30 séances : **95 €** (certificat médical)



avec **Cécile
HARDOUIN**

ZUMBA®

mardi de 20h30 à 21h30

ou

jeudi de 19h30 à 20h30

À partir de 14 ans

pour 30 séances : **100 €** (certificat médical)

Formule Duo Zumba (60 séances) : **170 €**



PILATES *

avec

**Armelle
LEFRESNE**

mercredi 11h à 12h

pour 30 cours de 1h : **190 €**



PILATES *

avec

**Angélique
GUITTER**

mercredi de 18h à 19h

mercredi de 19h à 20h (COMPLET)

pour 30 cours de 1h : **190 €**

ATELIER



avec

Laure BERNIER

mardi de 14h15 à 15h45 85 €

pour 15 cours de 1h30 à partir du 6 octobre

Des exercices ludiques et pratiques

Dans la bonne humeur !

YOGA

avec

Régine VIVIER

pour 30 séances : **140 €**

mardi de 17h15 à 18h15

mardi de 19h à 20h



Multi-sports

avec

Julien SINEAU

pour 30 séances : (certificat médical)

(Classes à titre indicatif

Julien pourra ajuster les groupes.)

mercredi à la salle de Sports

MS * : 10h05 à 10h50 95 €

PS(3 ans) * : 11h à 11h45 95 €

jeudi à la salle de Sports

GS-CP : 16h50 à 17h35 95 €

CE1-CE2 : 17h40 à 18h30 100 €

CM1 et plus : 18h35 à 19h30 105 €