

ACTIVITÉS ENFANTS

EVEIL DANSE & INITIATION

De 4 à 6 ans - Mardi de 16h30 à 17h30

Salle des Fêtes

Responsable : Charlène 06 18 21 16 61



MODERN JAZZ

Primaire - Mardi de 17h30 à 18h30

Ados - Mardi de 18h30 à 20h00

Salle des Fêtes

Responsable : Charlène 06 18 21 16 61



INITIATION et COURS de TENNIS

Cours collectif sur planning

Animateur : Lucas 06 73 38 32 03

ATELIER ARTISTIQUE

A partir de 6 ans - Samedi de 10h00 à 12h00

Salle du Foyer Rural

Responsable : Aurélie 07 81 31 70 88

BABY GYM - PARENT/ENFANT

2 Vendredis par mois - de 10h00 à 11h00 sur planning

Salle des Fêtes - Responsable : Christiane 06 07 62 87 44



BEBES LECTEURS

Un Mardi par mois - Bibliothèque - Gratuit de 10h15 à 11h15

Animé par Murielle - Contact : mure.h@orange.fr

TARIFS A CONSULTER SUR LE SITE

Site : foyerruralstclarderiviere.foyersruraux.org

Mail : foyerruralstclarderiviere@gmail.com

<https://www.facebook.com/foyerstclarderiviere/>



FOYER RURAL
ST CLAR DE RIVIÈRE

ACTIVITÉS ADULTES

PILATES

Lundi de 17h45 à 18h45 et Vendredi de 18h45 à 19h45

Salle des Fêtes - Responsable : Christel 06 48 89 01 46



CIRCUIT TRAINING

Jeudi de 20h00 à 21h00

Salle des Fêtes - Cours mélangeant exercices Cardio-Vasculaire et renforcement musculaire

Responsables : Malika 06 30 79 56 20 - Nicolas 06 69 00 20 66

GYMNASTIQUE DOUCE

Jeudi de 10h30 à 11h30 - Salle des Fêtes

Responsable : Sylvie 07 83 00 73 16

MARCHE NORDIQUE

Jeudi de 9h00 à 10h00

Responsable : Christiane 06 07 62 87 44



MODERN JAZZ ADULTES

Mardi de 20h00 à 21h30

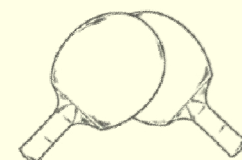
Salle des Fêtes

Responsable : Charlène 06 18 21 16 61

TENNIS DE TABLE

Mercredi de 20h00 à 22h00 - Salle des Fêtes

Responsable : Dominique 06 11 21 69 97



COURS COLLECTIFS DE TENNIS

Sur planning

Responsable : Lucas 06 73 38 32 03

YOGA NIDRA

Le yoga du sommeil, une relaxation au sol, guidée pour une détente entre sommeil et veille

Lundi de 19h15 à 20h15 - Salle des Fêtes

Responsable : Christel 06 48 89 01 46



VELO

Mardi matin - RDV 9h00 au Stade

Contact : Maryse 06 99 19 80 70 ou Christiane : 06 07 62 87 44



ACTIVITÉS ADULTES

ATELIER DESSIN - PEINTURE ADULTES

Tous niveaux, toutes techniques :

(crayons, pastels, acrylique, encres aquarelles, fusain)

Mercredi matin - Durée 1h30 - de 9h30 à 11h00

Salle du Foyer Rural - Animé par Anouk : 06 70 39 40 97



GROUPE VOCAL

La chorale de St Clar est associée avec la chorale de St Lys : **CHORALYS**

Répétition tous les Mercredis de 20h00 à 22h00

Une semaine à St Clar - Une semaine à St Lys

Responsables : Christiane : 06 07 62 87 44 - Maryse : 06 99 19 80 70

COURSE A PIED

Dimanche matin de 9h00 à 10h30 - RDV Espace vert, Chemin du Piton

Responsable : Christel 06 48 89 01 46



MARCHE

Lundi : Marche hors St-Clar

Covoiturage - **RDV 9h00** - Espace vert, Chemin du Piton

Vendredi : Adaptée à tous - **RDV 9h00** - Espace vert, Chemin du Piton

Responsables : Maryse 06 99 19 80 70 - Philippe 07 85 94 03 58

BIBLIOTHEQUE

Mercredi 15h00 à 17h30 - Vendredi 16h00 à 17h30 Samedi

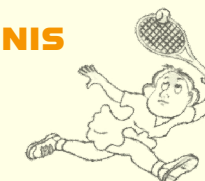
10h00 à 12h30 - Responsable : Annie 07 86 06 41 93



UTILISATION DU COURT DE TENNIS

Contacter Le Foyer Rural

Mail : foyerruralstclarderiviere@gmail.com



ATELIER REMUE MENINGES

Venez stimuler vos neurones dans une ambiance conviviale et avec des exercices ludiques

Le premier Mercredi du mois de 14h00 à 15h30

Salle des Associations - Animé par Maryse : 06 99 19 80 70

ATELIER JEUX DE SOCIÉTÉ (Tout âge)

Le premier et troisième Mercredi du mois

De 15h00 à 18h00 - Salle des Associations

Responsable : Claude 06 78 15 42 82

