

SE DISTRAIRE

SCRAPBOOKING*

*B

(mise en valeur de vos photos)
La démonstratrice AZZA fournit tout le matériel, vous n'apportez que vos photos

Deux mardis/mois 14h00 - 17h30

SALLE D'ACTIVITES PLAIN SUD
rue de la Mairie à Bourguébus

Tarif = 18 €
(cours avec démonstratrice)

Tarif = 2.50 € (autre cours)

Contact Chantal
02 31 40 31 57

BIBLIOTHEQUE À BOURGUEBUS

*B

Mercredi 11h00 - 12h00
Jeudi 18h00 - 19h00
Vendredi 09h00 - 12h00
2ème samedi du mois 11h00 - 12h00

Contact Viviane
06 50 84 10 88

Tarif = gratuit avec la carte Familles Rurales ou 10 € / an sans carte

*B Bénévole

*P Prestataire

*S Salariée

Les professeures salariées de l'association et les prestataires sont diplômés

▲ Les activités ne sont pas dispensées pendant les vacances scolaires (sauf récupérations de cours et Fit Cardio)

▲ La carte d'adhésion à Familles Rurales est obligatoire = 26€/famille pour une ou plusieurs activités et déductible des impôts

▲ Nous acceptons les coupons sports, les chèques vacances, cesu, participation CE.

▲ L'inscription est définitive après UN COURS D'ESSAI GRATUIT. Aucun remboursement n'est effectué après l'inscription.

REPRISE DES ACTIVITES, SEMAINE 37
à partir du lundi 09 septembre 2024

SPORT & BIEN-ÊTRE

QI GONG TAOISTE TRADITIONNEL

*P

Mardi 19 h - 20 h

SALLE DES FETES de St Aignan
(Le Castelet)

Contact Loïc RABAULT
06 80 21 35 64

QI GONG BATON

NOUVEAU

PRATIQUE TRADITIONNELLE DU LING BAO MING

MARDI 20 h - 21 h

SALLE DES FETES de St Aignan de Cramenil
(Le Castelet)

COURS D'ESSAI LE 10 SEPTEMBRE
INSCRIPTION (ENTRE LES 2 COURS) LE 17 SEPTEMBRE

Tarifs
un cours = 180 €/an
deux cours = 320 €/an

YOGA DOUX

*P

MARDI

10h00 - 11h15 - yogathérapie

SALLE DERRIERE LA POSTE à Bourguébus

COURS D'ESSAI LE 10 SEPTEMBRE
INSCRIPTION (AVANT LE COURS) LE 17 SEPTEMBRE

Contact
Emmanuelle LEGENTIL
07 70 13 55 54

HATHA YOGA / YIN YOGA / MEDITATION

NOUVEAU

LUNDI

17h00 - 18h15

SALLE DES FETES Saint Aignan de Cramenil
(Le Castelet)

COURS D'ESSAI LE 09 SEPTEMBRE
INSCRIPTION (AVANT LE COURS) LE 16 SEPTEMBRE

Tarifs
un cour = 210€/an
deux cours = 380 €/an