

## 👉 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€	N. DUBOT
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€	
Body sculpt *	PSA	mardi	19 h 30 / 20 h 30	115,00€	N. OGER
Circuit training adapté (pour tous)	PSA	vendredi	10 h 00 / 11 h 00	115,00€	V. SEMBLAT
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€	N.OGER
Body sculpt	PSA	samedi	10 h 45 / 11 h 45	115,00€	
Zumba	GSA	samedi	10 h 30 / 11 h 30	115,00€	V.SEMBLAT
<b>Forfait 3 séances</b>			<b>(Fitness et/ou Pilates)</b>	<b>290,00 €</b>	

## 👉 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
Pilates Flow *	GSA	mardi	18 h 30 / 19 h 30	115,00€	N. OGER
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€	V. SEMBLAT
Pilates	PSA	jeudi	15 h 15 / 16 h 15	115,00€	
Pilates débutants	PSA	vendredi	14 h 00 / 15 h 00	115,00€	N.OGER
Stretching Pilates	PSA	samedi	09 h 45 / 10 h 45	115,00€	
<b>Forfait 3 séances</b>			<b>(Fitness et/ou Pilates)</b>	<b>290,00 €</b>	

## 👉 ART VISUEL

<b>Peinture (matériel fourni sauf toiles)</b>					
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
Lycéens 1ere et term, Adultes	GSF	mercredi	18 h 30 / 20 h 30	250,00€	R. RUTOVIC
Primaires (Cm <sub>1</sub> et Cm <sub>2</sub> )	GSF	vendredi	16 h 30 / 17 h 30	120,00€	V. DUBOS
Collégiens (6 <sup>ème</sup> et 5 <sup>ème</sup> )	GSF	vendredi	17 h 30 / 18 h 30	120,00€	
Collégiens et lycéens (4 <sup>ème</sup> , 3 <sup>ème</sup> et seconde)	GSF	vendredi	18 h 30 / 19 h 30	120,00€	

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

Débutants (tes) nés en 2012 et après. Premier Niveau - licence FNSMR	GSA	mercredi	17 h 30 / 18 h 30	120,00€*
Débutants (tes) nés en 2012 et après. Deuxième niveau - licence FNSMR	GSA	mercredi	18 h 30 / 19 h 45	130,00€*
Jeunes compétition - jusqu'à juniors Inklus (nés en 2004 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	10 h 00 / 10 h 45	130,00€	G. LEBOURG
Baby gym 3-5 ans	GSA	mercredi	10 h 45 / 11 h 45	140,00€	
Gym débutants	GSA	mercredi	15 h 00 / 16 h 00	140,00€	
Gym intermédiaires / 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

## 👉 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), le samedi 26 juin de 09h à 13h ou le mercredi 30 juin de 18h à 20h à la salle des fêtes.** Par courrier à renvoyer au Foyer rural, place A. Cramilly, 76230 ISNEAUVILLE, **avant le 3 JUILLET 2021.** (Chèque à l'ordre du Foyer rural). **Tout dossier incomplet sera retourné.**

⇒ **Inscriptions pour les nouveaux adhérents à partir du 4 juillet 2021 ou lors du forum des Associations d'Isneauville le samedi 04 septembre 2021 de 09h à 13h à la salle des sports du Cheval Rouge.**

**La permanence est fermée le 13/07 mais il y en aura une le 20/07.**

FOYER RURAL ISNEAUVILLE  
MAIRIE

76230 ISNEAUVILLE

Tél. : 02.35.59.01.01

Mail : [frisneauville@orange.fr](mailto:frisneauville@orange.fr)

Site internet : [www.frisneauville.fr](http://www.frisneauville.fr)

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

**Permanences tous les mardis de 16h30 à 18h30 à la Salle des Fêtes**

Fermé du 23/07/21 au 22/08/21

Mise à jour 12/06/21



## FOYER RURAL ISNEAUVILLE

### PROJET D'ACTIVITES SAISON 2021-22

*Les activités reprennent le 06 septembre 2021 et se terminent le 25 juin 2022 (Pas d'activité pendant les vacances scolaires).*

#### ATELIER GUITARE

Ados, adultes (venir avec sa guitare)	RPA	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 €	
<b>Forfait 2 ou 3 séances</b>				<b>180,00 €</b>	

#### MODERN' JAZZ Encadré par F.LELIEVRE

Initiation 1 et 2 6 - 7 ans (2015-2014)	PSA	mercredi	12 h 15 / 13 h 15	130,00€
Débutants 1 et 2 8 - 9 ans (2013-2012)	PSA	mercredi	13 h 15 / 14 h 15	130,00€
Débutants 2 et 3 10 -11 ans (2011-2010)	PSA	mercredi	14 h 15 / 15 h 15	130,00€
Déb. 4 et Inter 1 12 ans (2009)	PSA	mercredi	15 h 15 / 16 h 15	130,00€
Inter 2 et 3 13 ans (2008)	PSA	mercredi	16 h 15 / 17 h 15	130,00€
Inter 4 et 5 -14-15 -16 ans (2005-2006-2007)	PSA	mercredi	17 h 15 / 18 h 30	135,00€
EVEIL Petits 4-5 ans (2017-2016)	PSA	jeudi	17 h 45 / 18 h 30	120,00€
Avancés 1 adultes à partir de 17ans (2004)	GSA	jeudi	18 h 45 / 20 h 15	150,00€
Avancés 2 adultes	GSA	jeudi	20 h 15 / 21 h 45	150,00€

