

L'inscription à une activité comporte :

- une adhésion UFOLEP (assurance obligatoire) : enfants (- 18 ans) : 10 € - Adultes : 25 € ou licence fédération judo : 37 €
- le montant de l'activité (tarifs indiqués dans chaque bulle)

JUDO (à partir de 6 ans)

Salle Polyvalente / Tarif : 120 €
Contact : T. HERMET 06.32.39.74. 86

LUNDI :

- Groupe 1 (6-7 ans) : 17 h à 18 h
- Groupe 2 (+ 8 ans) : 18 h à 19 h

MERCREDI : Groupe 1 et 2 : 14 h à 15 h

HIP HOP (à partir de 6 ans)

Maison des Associations

Contact: A.M. AUXIETRE: 07.81.71.62.70

MERCREDI : • enfants : 3 groupes de 16 h 30 à 20 h 30

Tarif : 1 h = 95 € / 1 h 30 = 115 €

- Groupe Adultes : 20 h 30 à 21 h 30 / Tarif : 120 €

YOGA

Maison des associations / Tarif : 150 €

Contact : F. DEGOUL : 04.73.60.55.95

LUNDI

P. FOURTIN : 17 h 15 à 18 h 45

A.M. REYNAUD : 19 h à 20 h 30

MERCREDI : F. ROLAND : 9 h à 10 h 30

INITIATION AUX SPORTS

(4-6 ans, mixte)

Salle Polyvalente / Tarif : 65 €
Contact : T. HERMET : 06.32.39.74. 86

MERCREDI : 13 h 15 à 14 h

ATELIER CHANT

Ecole de Sayat / Tarif : 160 €

Contact : L. LESTURGEON : 06.75.57.90.93

JEUDI : 18 h 45 à 20 h 45

Ateliers de

RÉFLEXOLOGIE –AUTOMASSAGES

Maison des Associations / Tarif : 20 € le stage

Contact : M. ROUX : 06 84 62 93 18

4 samedis répartis dans l'année
de 14 h à 16 h

GYMNASTIQUE ADULTE

Maison des Associations / Tarif : 80 €

MARDI avec R. MONCHY : 20 h à 21 h 15

Contact : F. DEGOUL : 04 73 60 55 95

VENDREDI avec Y. PICARD : 8 h 30 à 9 h 30

Contact : C. BOURLHONNE : 06 86 92 20 15

TAI CHI

Maison des Associations / Tarif : 70 €

Contact : N. ALEXANDRE 06 72 50 24 48

JEUDI : Débutants : 19 h à 20 h

Confirmés : 19 h à 20 h 30

BASKET Vétérans (mixte)

Salle Polyvalente / Tarif : 50 €

Contact : J. MACQUET : 04.73.60.01.26

LUNDI : 20 h 30 à 22 h

RANDONNÉE

Tarif : 20 €

Contact : T. HERMET : 06.32.39.74. 86

Départ en voiture de la salle Polyvalente

1 SAMEDI SUR 2 - 13 h 15

BABY'CHOU

Eveil musical et corporel en groupe.

Enfants de 3 à 5 ans (mixte).

Maison des Associations / Tarif : 30 €

Contact : S. MOSCATELLI: 06 72 16 55 17

1 MERCREDI/ 2 : 2 groupes, entre 15 h et 16 h 30

NOUVEAU :

EXPRESSION CORPORELLE ET BIEN-ETRE (pour adultes) :

Envie de bouger, de vous mettre en mouvement ? Envie d'une bulle pour vous ressourcer et vous "retrouver" ? Découvrez une activité de Bien-Etre originale : soyez à l'écoute de votre corps, dansez librement en toute simplicité, découvrez vos richesses intérieures, prenez confiance en vous en exprimant votre personnalité au travers de propositions précises et guidées par l'animatrice.

Maison des Associations / Tarif : 100 € les 10 ateliers de 2 h

1 fois/mois - à définir : vendredi 18 h 30 ou 19 h

Contact : Claire FAURE : 06 98 49 23 13

GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

Maison des Associations ou Salle Polyvalente

Contact : P. VOILLAT : 06.87.99.59.76

Tarif : 1 h = 100 € / 1 h 30 = 140 €

En cours de planification, jours possibles :

6-8 ans : mardi 17 h à 18 h

8-10 ans : samedi 11 h à 12 h

+ 10 ans : samedi 13 h 30 à 15 h

NOUVEAU : TAI SO

Mixte - de 15 à 77 ans

Vous souhaitez entretenir votre corps ? Venez pratiquer le TAI SO, nouvelle discipline encadrée par la Fédération de judo. Renforcement musculaire, maîtrise des gestes, souplesse, relaxation.....sa pratique permet d'améliorer le potentiel physique de chacun.

Maison des associations / Tarif : 80 €

Samedi de 9 h 30 à 10 h 30

Contact : J.M. POUSERGUE : 06 88 03 83 70

Le Foyer Rural vous accueillera au Forum des Associations **le 9 Septembre**.

Modalités d'inscription :

Comme l'an dernier, nous avons fixé 2 dates dédiées aux inscriptions :

- ★ samedi 9 sept. de 14 à 17 h au Forum
- ★ mercredi 20 sept. de 17 à 20 h, salle voûtée.

Pas d'inscription pendant les cours.

Certificat médical : suite à la loi du 26.01.2016 :

☞ Tout nouvel adhérent doit fournir, dès l'inscription, un certificat médical mentionnant la ou les disciplines pratiquées.

☞ Les anciens adhérents rempliront "un questionnaire santé" engageant **leur responsabilité** : si toutes les réponses sont négatives, pas besoin de certificat médical ; en cas contraire, un nouveau certificat médical est nécessaire.

Activités concernées : Basket vétérans, Gymnastique enfants et adultes, Hip Hop, Initiation aux sports, Judo (avec la mention "y compris en compétition"), Randonnée, Tai Chi, Taïso et Yoga.

2 séances d'essai sont possibles avant inscription définitive.

Tout adhérent ne pourra commencer une activité que si son dossier est complet.

Certaines activités ne seront maintenues que si le nombre d'adhérents est suffisant. Des créneaux peuvent être modifiés en début d'année.

Reprise des activités (sauf exception)

la semaine du 11 SEPTEMBRE 2017

Retrouvez toutes les infos sur notre site :

www.frsayat-argnat.jimdo.com

Contact : Présidente 06.33.10.64.06

EN PROJET :

- ✓ **Troupe THEATRE ADOS pour la rentrée 2018.**
- ✓ **Section "JEUX DE SOCIÉTÉ" dès cette année.**

Si vous êtes intéressé(e)s, faites-vous connaître auprès de Sylvie (table BABY'CHOU au FORUM).

Quelques informations sur le fonctionnement du F.R.S.A.

Association loi 1901, les objectifs sont de développer des activités éducatives, sociales et récréatives, à visée culturelle et sportive, pour enfants et adultes (statuts).

D'un point de vue financier, nous souhaitons proposer des tarifs accessibles au plus grand nombre et favorisons les activités à destination des enfants. Le "pot commun" est une de nos valeurs, c'est-à-dire que les sections bénéficiaires permettent aux sections déficitaires de perdurer.

En général, le coût de l'adhésion augmente 1 année sur 2, c'est le cas pour 2017-2018. Une réduction s'applique aux sayatois dès la 2^e activité soit à titre individuel, soit au sein d'une même famille.

Le coût modéré de certaines activités résulte du fait que l'animateur est bénévole.

Le F.R.S.A. bénéficie de subventions (dont certaines sont en baisse), ce qui représente un travail administratif conséquent pour renseigner les dossiers de demandes, puis justifier de l'utilisation des fonds attribués.

Soyons optimistes, la rentrée 2017 est là et nous sommes heureux de vous proposer encore un panel d'activités.

Le Foyer Rural c'est aussi le repas dansant, le battle de Hip-hop, un concert, les galas de fin d'année, etc. Les manifestations que nous organisons ont pour but de permettre aux adhérents de se réunir et échanger dans la bonne humeur et en dehors des activités pratiquées, d'animer le village, mais aussi de récolter des fonds supplémentaires utiles au bon fonctionnement du Foyer Rural. Votre participation nous aide donc à maintenir le cap.

**Si vous souhaitez rejoindre notre équipe,
contactez le 06 33 10 64 06,
les élections se font lors de l'Assemblée Générale.**

Bonne rentrée à tous.

L'équipe du F.R.S.A.



FOYER RURAL

SAYAT-ARGNAT

F.R.S.A

des **Festivités,**
du **Rire,**
des **Surprises,**
des **Activités...**

Saison 2017-2018

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE du F.R.S.A.

**Le 8 Septembre 2017 à 20 h 30
Maison des Associations**

FORUM DES ASSOCIATIONS

**Le 9 Septembre 2017
de 14 h à 17 h**

Salle Polyvalente de Sayat