



activités sportives

zumba gym tonique
gym seniors gym douce

activités artistiques

dessin, peinture
sculpture / modelage
mix danse enfants



activités bien-être

postural ball yoga
pilates stretching
balance idogo

Inscriptions le 7 septembre 2023 de 18 à 20 heures
salle d'animation de Pringy - 1 place Georges Boileau

Familles Rurales de PRINGY - Activités 2023-2024

A partir du 11 septembre 2023 jusqu'en juin 2024

Activités sportives - lieu salle d'animation

	jours - heures / contacts	tarifs /an	animateurs
Zumba	lundi : 18h45-19h45 MF CHAUDOYE - 06 03 15 08 72	150 € + C	Audrey DUBREUIL 06 41 42 09 65
Gym tonique	lundi : 19h45-20h45 MF CHAUDOYE - 06 03 15 08 72	147 € + C	Angeline GIRAUD 06 33 00 32 35
Gym séniors	mercredi : 9h-10h D. REYMOND - 09 52 30 51 35	129 € + C	Hervé PORTIER 06 79 68 66 30
Gym douce	vendredi : 8h30-10h (1h30) M. VIBERT - 06 87 35 37 98	147 € + C	Nelly OBOZIAN 06 63 59 47 80

Activités artistiques

Dessin Peinture salle Cyclamen	mercredi 18h00 - 20h00 S. GUICHARD - 04 50 27 21 92	300€ + C	Claude FOROT 06 81 43 90 34
Sculpture Modelage Mas des Jacobins	mardi 17h - 19h enfants jeudi 15h30-17h30 adultes 18h -20h enfants: terre fournie adultes non fournie F. CASTAGNOLI - 06 77 43 90 66	228 € + C 258 € + C	Catherine LETERME 06 84 25 16 02
Mix Danse Enfants	mercredi 14h - 15h 6 à 10 ans 15h - 16h Chantal LACROIX - 06 51 58 66 68	162€ + C	Audrey BERTRAND 06 12 14 21 29

Activités bien-être

Postural ball

salle animation	lundi : 17h45 - 18h45	162 € + C	Audrey CEYHAN
	MF CHAUDOYE - 06 03 15 08 72		06 47 03 49 34

Pilates

salle Cyclamen	lundi : 14h - 15h	162 € + C	Nelly OBOZIAN
salle animation	mardi : 19h15-20h15		Hervé PORTIER
	mercredi : 18h30-19h30		06 79 68 66 30
salle Cyclamen	mercredi : 9h - 10h et 10h à 11h		Nelly OBOZIAN
salle animation	vendredi : 10h15-11h15		06 63 59 47 80
	M. VIBERT tél : 06 87 35 37 98		

Balance

salle Campanule	vendredi 10h- 11h	162 € + C	Léa BOUVIER
			07 81 64 54 82

Body Mouvance

salle Orchidée Ferrières	vendredi 19h-20h	162 € + C	Angeline GIRAUD
	C. CERUTTI - 04 50 27 17 99		06 33 00 32 35

Yoga

salle Cyclamen	mardi : 19h-20h	144 € + C	Karine CHAURE
salle animation	jeudi : 18h -19h et 19h15-20h15		06 14 43 34 34
salle Orchidée Ferrières	mercredi : 18h30-19h30		

Yoga doux

salle Campanule	mercredi : 9h-10h		Karine CHAURE
	C. CERUTTI - 04 50 27 17 99		06 14 43 34 34

Stretching

salle animation	mardi : 17h-18h	162 € + C	Léa BOUVIER
salle animation	mardi : 18h-19h		Hervé PORTIER
salle Campanule	vendredi 9h-10h		Léa BOUVIER

Tai Chi

salle animation	mercredi : 10h15-11h45	150 € + C	Claudine GARDIER
	D. REYMOND - 09 52 30 51 35		06 83 60 97 00

Idogo

salle Campanule	lundi 10h-11h	132 € + C	Claudine GARDIER
	C. CERUTTI - 04 50 27 17 99		06 83 60 97 00

En complément pour les membres de « Familles Rurales de Pringy »

Partenariat avec **Bonlieu Scène Nationale** : se renseigner auprès de MF.Chaudoye

Carte d'adhésion 2023-2024: **22 € par famille valable pour la pratique d'une ou plusieurs activités**

La carte Familles Rurales vous permet :

- De pratiquer les activités de votre choix et de bénéficier des services de l'association ou des associations « Familles Rurales » voisines.
- De participer à l'assemblée générale
- De vous engager dans le fonctionnement de l'association en devenant membre du conseil d'administration

Pour toutes les activités proposées, le règlement, non remboursable (sauf maladie, sur présentation d'un certificat médical, tout trimestre commencé est dû), s'effectue d'avance et en totalité. Cependant pour ceux qui le souhaiteraient il est possible de payer en 3 fois en fournissant 3 chèques dont 2 feront l'objet d'un encaissement différé. La cotisation sera réglée sur le premier chèque de versement. Les lieux et les horaires sont donnés à titre indicatif. Nous nous réservons la possibilité d'annuler une activité si le nombre de participants est insuffisant.

Une seule adhésion, par famille, est nécessaire pour pratiquer toutes les activités proposées (parents et enfants à charge). Celles-ci sont organisées sur 30 séances pendant la période de l'année scolaire.

Mesures sanitaires:

Afin de maintenir la propreté des sols des salles chaque participant se déchaussera ou utilisera des chaussures spécifiquement destinée à cette utilisation. Pour les cours nécessitant un tapis ou un ballon (postural ball), chacun devra apporter le sien. Ces règles pourront être complétées en cas d'activation de mesures définies par l'Etat.

Cette saison les activités débuteront le 11 septembre 2023 pour se terminer en juin 2024

Nous vous invitons à essayer une séance gratuitement (sous votre responsabilité).

L'association Familles Rurales de Pringy est rattachée à la Fédération Départementale des associations **Familles Rurales** de la Haute Savoie, qui est affiliée à la FEDERATION NATIONALE

Association, reconnue d'utilité publique, loi de 1901.