

Familles Rurales Pringy

Saison 2026 - 2027



Programme des activités



- **Activités sportives**

Zumba Zumba Gold Street Dance Gym seniors dynamique
Gym douce

- **Activités Bien être**

Postural ball Yoga Pilates Stretching Balance Idogo
Tai chi Yoga sur chaise

- **Activités artistiques**

Dessin Peinture Aquarelle Sculpture/Modelage Mix danse enfants

Inscriptions le lundi 7 septembre 2026 de 18 à 20 heures
salle d'animation de Pringy - 1 place Georges Boileau

Familles Rurales de PRINGY - Activités 2026-2027

A partir du 14 septembre 2026 jusqu'en juin 2027

Activités sportives - lieu salle d'animation

| | jours - heures / contacts | tarifs /an | animateurs |
|------------------------------|---|------------|------------------------------------|
| Zumba Gold | lundi : 16h30-17h30 C. CERUTTI - 06 65 35 12 60 | 160 € + C | Audrey CEYHAN 06 47 03 49 34 |
| Zumba | lundi : 18h45-19h45 MF CHAUDOYE - 06 03 15 08 72 | 160 € + C | Audrey DUBREUIL 06 41 42 09 65 |
| Street dance * | lundi : 19h45-20h45 pré ados et ados MF CHAUDOYE - 06 03 15 08 72 | 170 € + C | Carla TEIXEIRA 06 58 88 91 08 |
| Gym séniors dynamique | mercredi : 9h-10h D. REYMOND - 06 83 85 84 79 | 140 € + C | Gabriel BROSSIER 06 50 52 99 36 |
| Gym douce | vendredi : 8h30-10h (1h30) M. VIBERT - 06 87 35 37 98 | 150 € + C | Nelly OBOZIAN 06 63 59 47 80 |

* sous réserve d'un nombre suffisant de participants

Activités artistiques

| | | | |
|---|--|-----------------------------|-------------------------------------|
| Dessin Peinture salle Cyclamen | mercredi 18h - 20h S. GUICHARD - 04 50 27 21 92 | 300€ + C | Claude FOROT 06 81 43 90 34 |
| AQUARELLE salle Cyclamen | Jeudi 14h-16h30 (25 cours de 2h30) S. GUICHARD - 04 50 27 21 92 | 300€+c | Virginie PROUVEUR 06 61 24 70 63 |
| 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 | 250 € + C 300 € + C " | Catherine LETERME 06 84 25 16 02 |
| Mix Danse Enfants * | mercredi 14h - 15h 6 à 14 ans 15h - 16h C. LACROIX - 06 51 58 66 69 | 170 + c " | Audrey BERTRAND 06 12 14 21 29 |

* sous réserve d'un nombre suffisant de participants

Activités bien-être

Postural ball

salle animation lundi : 17h45 - 18h45 170 € + C Audrey CEYHAN
MF CHAUDOYE - 06 03 15 08 72 06 47 03 49 34

Pilates

salle Cyclamen lundi : 14h - 15h 170 € + C Nelly OBOZIAN
F. CASTAGNOLI - 06 77 43 90 66 06 63 59 47 80

salle animation mardi : 18h15-19h15 " "
C. CERUTTI - 06 65 35 12 60 "
mercredi : 19h-20h " Gabriel BROSSIER
C. CERUTTI - 06 65 35 12 60 06 50 52 99 36

salle Cyclamen mercredi : 9h - 10h " Nelly OBOZIAN
mercredi : 10h à 11h " 06 63 59 47 80

salle animation vendredi : 10h15-11h15 "
M. VIBERT tél : 06 87 35 37 98

Balance

salle Campanule vendredi 10h- 11h 170 € + C Léa BOUVIER
salle Orchidée Ferrières Vendredi 18h30-19h30 " 07 81 64 54 82
C. CERUTTI - 06 65 35 12 60

Yoga

salle Cyclamen Campanule mardi : 19h-20h * 160 € + C Karine CHAUMIEAU
salle Cyclamen Campanule jeudi : 18h -19h * " 06 14 43 34 34
jeudi : 19h-20h * " "
salle Orchidée Ferrières mercredi : 19h-20h " "
C. CERUTTI - 06 65 35 12 60

salle animation mercredi : 18h-19h 160 € + C Margaux ASCIONE
C. LEMARREC - 06 74 91 10 78 07 87 87 61 27

Yoga sur chaise

salle Campanule mercredi : 9h-10h 160 € + C Magali BOLLARD
mercredi : 10h-11h 06 07 68 83 15
C. LACROIX - 06 51 58 66 69

Stretching

salle animation mardi : 17h-18h 170 € + C Léa BOUVIER
C. CERUTTI - 06 65 35 12 60 07 81 64 54 82

Tai Chi

salle animation mercredi : 10h15-11h45 160 € + C Claudine GARDIER
D. REYMOND - 06 83 85 84 79 06 83 60 97 00

Idogo

salle Campanule lundi 9h-10h 140 € + C Claudine GARDIER
lundi 10h-11h 06 83 60 97 00
F. GUICHARD - 06 29 34 71 33

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

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

Carte d'adhésion 2026-2027: **23 € 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. 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 (sauf exception notifiée sur le programme).

Mesures sanitaires :

Afin de maintenir la propreté des sols des salles chaque participant se déchaussera ou utilisera des chaussures spécifiquement destinées 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 lundi 14 septembre 2026 pour se terminer en juin 2027,

Une séance d'essai sera possible sur demande auprès du référent et de l'animateur, uniquement la première semaine des activités (soit du 14 au 18 Septembre)

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.