

ACTIVITÉS SPORTIVES

MARCHE NORDIQUE - Nicolas

Adultes 5 Place de la Libération
Vendredi 18h/19h15

DANSE Classique et Modern-jazz - Erika

Classique ADULTES Salle des Fêtes (Salle de la danse)
Mardi 19h15/20h15
Jazz ADULTES Mercredi 20h45/22h15
ENFANTS et ADOS Mardi /Mercredi /Jeudi /Samedi fonction de l'année de naissance et du niveau

DANSES DE SALON - Clémence

Débutants et Avancés Salle des Fêtes (Salle n°2 ou Salle sportive)
Mardi de 20h30/22h30

BABY GYM ou GYM ENFANTS - Nicolas

ENFANTS Mercredi après-midi Gymnase Allée M. Pagnol
BABY-GYM accompagné d'un adulte - Mercredi 16h30/17h15 horaire fonction de l'année de naissance

GYM ADULTES Fitness, Cardio, Abdos - Isabelle

(& +14 ans sur demande) Gymnase ou salle des fêtes
Au gymnase : Lundi 19h30/20h30 - 20h30/21h30 - Mercredi 20h00/21h00 - Vendredi 19h00/20h00
A la salle des Fêtes : Mardi/Jeudi 09h00/10h00 - 10h00/11h00

GYM SANTE - Christine

Séniors Salle des Fêtes (salle sportive)
Lundi 10h00/11h00
Tout public Lundi 11h00/12h00

PILATES - Christine

Séniors Salle des Fêtes (salle sportive)
Lundi 15h30/16h30
Tous niveaux Lundi 16h30/17h30
Intermédiaires/avancés Lundi 17h30/18h30

YOGA OU YOGALATES - Christine

Séniors Salle des Fêtes (salle sportive)
Lundi 14h30/15h30
Tous niveaux Lundi 18h30/19h30

ACTIVITÉS CULTURELLES

ITALIEN - Christine

Intermédiaires/Avancés Salle des Aînés- 26 rue de la république
Mardi 16h30/18h00

FRANÇAIS PRATIQUE - Marie-Line

Mardi 18h00/20h00 Salle de la Musique - Place de la Libération

ATELIER "JEUX DE MOTS ET D'ÉCRITURE" - Christine

Mardi 18h/19h15 Salle des Aînés

ATELIER MÉMOIRE - Christine

Mardi 15h15/16h30 Salle des Aînés- 26 rue de la république

BD MANGA - Arthur

Jeudi 18h30/20h Salle Stéphane Hessel

→ Des stages de dessin seront proposés dans le courant de l'année

COUTURE - Hanta

Lundi-Mercredi 18h00/21h00 Salle Associative des Aujoulets
Mardi-Jeudi 14h00h/17h00
1 séance de 3h de cours ou 2 séances de 3h de cours (mardi/jeudi)

JEUX DE SOCIÉTÉ - Ludovic

Vendredi à partir de 20h30 2 séances par mois Salle des Aînés- 26 rue de la République

SCRABBLE - Wendy

Débutants et Confirmés Lundi et Vendredi 14h30/18h30 Salle des Aînés- 26 rue de la République

ACTIVITÉS	Cotisation Seyssois
DANSE ADULTES	
Classique Adultes	135 €
Jazz Adultes	135 €
DANSE ENFANTS/ADOS	
Classique ou jazz	210 €
Classique et jazz	250 €
Perfectionnement Pointes classique	60 €
DANSES DE SALON	
Couple	350 €
Individuel	180 €
BABY GYM ou GYM ENFANTS	140 €
GYM ADULTES	150 €
GYM SANTÉ	110 €
MARCHE NORDIQUE	160 €
JEUX DE MOTS ET D'ÉCRITURE	145 €
PILATES	170 €
YOGA ou YOGALATES	170 €
ITALIEN	185 €
FRANÇAIS PRATIQUE	60 €
GYM CÉRÉBRALE	145 €
COUTURE	
1 séance	170 €
2 séances	270 €
BD-MANGA	210 €
JEUX DE SOCIÉTÉ	15 €
SCRABBLE	30 €



Foyer Rural Seysses

Affiliée à la Fédération des Foyers Ruraux de France

Association loi 1901

Saison 2024 / 2025

Activités culturelles et sportives

Renseignements et inscriptions : Bureau du Foyer Rural – Michelle Teillet

5 place de la Libération 31600 SEYSSES - Tél : 05.61.56.93.26 -
foyerrural.seysses@gmail.com

mardi, mercredi, jeudi : 15h00-17h30 vendredi : 09h00-11h30 & 15h00-17h30

www.foyerrural-seysses.fr ou sur Facebook [Foyer Rural Seysses](#)

Adhésion : 28 € (gratuite à partir du 3ème adhérent d'une même famille)

Cotisation : Pour la saison - Après inscription AUCUN REMBOURSEMENT NE SERA ACCEPTÉ

Paiement : pour l'année - versé à l'inscription (en une ou plusieurs fois (uniquement par chèque))

Cours d'essai: uniquement la semaine de la reprise après inscription au Bureau

L'inscription sera effective une fois le dossier complet fourni comprenant :

Fiche d'adhésion + formulaire d'inscription + Règlement intérieur signé + Paiements + Questionnaire santé

Possibilité de régler par chèque ANCV (coupons « sport »)

+ 10 € SUR LES COTISATIONS POUR LES EXTÉRIEURS À SEYSSES