

Informations et inscriptions au **FORUM** des associations le 2 Septembre, 10h 12h Salle des Fêtes de Mamirolle

ACTIVITES

2 séances d'essais

REMISES

30% étudiants

10% pour la même activité au sein d'une même famille

10% pour 2 activités différentes ou 2 mêmes cours (remise sur la moins chère)

ADHESION Familles rurales obligatoire : 20€/an et par famille, pour pratiquer les activités.

Fiche d'inscription

disponible au forum, auprès des référents d'ateliers, à télécharger sur le site



Mail

afr.mamirolle25@gmail.com

Tél. : 03/81/55/79/78

**2 Rue de l'Eglise
25620 Mamirolle**

Activites 2023-2024

ACTIVITES	LIEUX	JOURS HEURES	INTERVENANTS	REFERENTS COORDONNEES	COTISATIONS	RENSEIGNEMENTS ACTIVITES
Atelier CREATION <u>Reprise le : 12/09/2023</u>	Salle 1 - 2 de l'ancienne mairie de Mamirolle	MARDI : 9h 12h 14h17h	Animation ponctuelle	Michelle BERTRAND bertrandclau@wanadoo.fr Tél.: 06/75/95/15/76 03/81/87/95/38	15€/an soit 5€/trim	Fabrication d'objets sur bois, tissu, verre, peinture...foulards..
COUTURE ADULTES (machine à coudre souhaitée) <u>Reprise le : 11/09/2023</u>	Salle 2 de l'ancienne mairie de Mamirolle	LUNDI : 14h30 17h30 17h30 20h30	Mme DE ALMEIDA	Gilda BERGEZ Gilda.bergez@orange.fr Tél. : 06/68/82/33/19	75€/an soit 25€/trim.	Découverte de la couture, réalisations d'habits. Débutantes acceptées
COUTURE ENFANTS	Salle 2 de l'ancienne mairie de Mamirolle	Pendant les vacances Scolaires 2 à 3h A.Midi	Mme DE ALMEIDA et bénévoles	Gilda BERGEZ Gilda.bergez@orange.fr Tél. : 06/68/82/33/19	5€ /séance	A partir de 7 ans, maximum 8 p. Réalisations en couture matériel fourni
Chorale AU FIL DES CHANTS <u>Reprise le : 12/09/2023</u>	Salle 2 de l'ancienne mairie de Mamirolle	MARDI : 20h 22h	Chef de chœur : A. ALFEEF	Alain BASTAERT basta25cie@gmail.com Tél. : 03/81/60/33/03 06/88/01/95/57	144€/an soit 48€/trim.	Répertoire de chansons contemporaines et modernes ADULTES
FITNESS (tapis personnel) <u>Reprise le : 06/09/2023</u>	Salle des fêtes de Mamirolle	MERCREDI : 18h30 19h30	E. GIRARD	V. GUINCHARD Tél. : 06/60/19/86/99 veronique.guinchard@yahoo.com	105€/an soit 35€/trim	Renforcement en douceur de l'ensemble du corps
PILATES (tapis personnel) <u>Reprise le : 11/09/2023</u>	Salles des fêtes de Mamirolle	LUNDI : 19h45 20h45	Tania	Laurence CURTY Tél. : 06/85/60/85/96 laurence.curty@orange.fr	105€/an soit 35€/trim.	Travail de l'équilibre du corps par le renforcement musculaire, articulaire..
STRETCHING (tapis personnel) <u>Reprise le : 07/09/2023</u>	Salle des fêtes de Mamirolle	JEUDI : 10h30 11h30	E. GIRARD	Liliane DUNAND doliadam@wanadoo.fr Tél. : 06/64/43/85/03	105€/an soit 35€/trim	Travail d'étirements du corps, des muscles
NOUVEAU 2^{ème} cours <u>Reprise le : 05/09/2023</u>	Salle des Fêtes de Mamirolle	MARDI : 10h30 11h30	E. GIRARD	Liliane DUNAND doliadam@wanadoo.fr Tél. : 06/64/43/85/03	105€/an spot 35€/trim.	2^{ème} cours si assez d'inscrit(e)s
STEP ABDOS FESSIERS (tapis personnel) ADULTES <u>Reprise le : 14/09/2023</u>	Salles des fêtes de Mamirolle	JEUDI : 19h30 20h30	D. CORNEILLE	Laure JANNIN Tél. : 06/20/36/21/40 famillejannin25@gmail.com	108€/an soit 36€/trim.	Cours qui comprend une partie travail sur le step et une autre sur les abdos fessiers, en musique
YOGA (tapis personne) Adultes <u>Reprise le : 14/09/2023</u>	Salle des fêtes de Mamirolle	JEUDI : 18h30 19H45	A. ROCOULET	M.A.BARBIER Tél. : 03/81/55/70/47 dominiquebarbier62@yahoo.fr	170€/an soit 56/56 58€/trim.	Kundalini Yoga Yoga du son Sonothérapie
SPORT SANTE ADULTES <u>Reprise le : 12/09/2023</u>	Salle des fêtes de Mamirolle	MARDI : 14h 15h	M. ISABEY Coach spécialisée	Eugène Coppola ecoppola@orange.fr Tél. : 06/08/75/99/78	120€/an soit 40€/trim.	Programme physique adapté en fonction des pathologies, Prise en charge financière sur critère de la cotisation (réduction cotisation)
DANSE ENFANTS (4 à 7 ans) <u>Reprise le : 14/09/2023</u>	Salle des fêtes de Mamirolle	JEUDI : 17h30 18h15	D. CORNEILLE	L JANNIN : 06/20/36/21/40 famillejannin25@gmail.com	105€/an soit 35€/trim.	Cours de danse modern jazz, chorégraphie
NOUVEAU STEP ENFANTS (à partir de 8 ans) <u>Reprise le : 14/09/2023</u>	Salle des fêtes de Mamirolle	JEUDI : 18h30 19h15	D. CORNEILLE	L. JANNIN Tél. : 06/20/36/21/40 famillejannin25@gmail.com	105€/an soit 35€/trim.	Echauffement au sol et step (chorégraphie)
LUOTHEQUE Planning Site de l'association	Gymnase de Mamirolle	2 vendredis /mois matin	Ludo. PIC PIVETTE	Esther SANSEIGNE Tél. : 03/81/55/77/80 esther.sanseigne@orange.fr	20€/an ou à la séance	Gestion FEDERATION 25