

#### RAPPELS

- L'adhésion à l'association, d'un montant de 30€ pour l'année scolaire 2023/2024, est obligatoire et valable pour toute la famille et pour l'ensemble des activités pratiquées. Elle vous donne droit à un avoir fiscal, ce qui en diminue le coût réel.
- Pas de cours durant les vacances scolaires ni les jours fériés.
- Les enfants sont sous la responsabilité des parents jusqu'au début des cours et dès la fin de ceux-ci.
- L'inscription aux cours se fait pour l'année. Le règlement se fait sous forme de trois chèques, de montants identiques, qui seront encaissés chaque trimestre (coupons ANCV, coupons sport, CESU acceptés).
- Un certificat médical sera exigé pour toute première inscription aux cours de sport adulte, puis tous les 3 ans ; dans l'intervalle un questionnaire santé est à joindre à la fiche d'inscription.
   Pour les enfants, seul le questionnaire de santé est

requis à chaque inscription.

Familles Rurales Surzur propose une panoplie d'activités de sport et de loisirs dans le but de promouvoir le sport, les arts et la culture en milieu rural.

Nos professeurs sont des professionnels expérimentés et motivés. Ils transmettent habilement leur savoir et leur passion.

Vous ne pourrez plus vous passer d'eux!

# Des questions?

Contactez-nous:

Familles rurales SURZUR

Place des anciens combattants 56 450 Surzur

famillesruralessurzur@gmail.com

www.famillesrurales.org/surzur/



Fédération départementale 32 rue du Général DE GAULLE 56 390 GRAND CHAMP

Tél.: 02 97 68 25 90 fd.morbihan@famillesrurales Association loi 1901, membre de Familles Rurales, fédération nationale, reconnue d'utilité publique



# FAMILLES RURALES SURZUR



Note d'information sur les activités proposées et les inscriptions

Rentrée 2023



#### LISTE DE NOS ACTIVITÉS

# Reprise des activités le samedi 16 septembre 2023

#### **ANGLAIS**

- Professeures : Clarisse Tuel & Armelle Farrell
- <u>Tarifs</u>: Adultes (1h30) 112€ trimestre;
- Débutants > 7ans et adultes (1h) 72,50€/ trimestre

#### **ESPAGNOL**

- Professeure: Fanny MENAGER
- Tarif : Adultes 112€ trimestre

#### **ART FLORAL**

- <u>Professeur</u>: **Joël Le Bohec**
- <u>Tarif</u>: 50€/an pour 10 cours + 15 à 19€/ séance (fourniture des fleurs)
- Fréquence : un jeudi après midi /mois

### **ARTS PLASTIQUES**

- Professeur : Tobia Dall'Osto
- <u>Tarifs</u>: Enfants/Ados 55€/trimestre; Adultes 80€/trimestre + matériel

#### **DANSE**

• <u>Professeur</u>: Aurélien Mantaga

#### **ÉVEIL & INITIATION**

 Tarifs: Eveil 37€/trimestre; Initiation 48€/ trimestre; 43€pour un 2e cours ou un 2e enfant

#### **MODERN JAZZ & CONTEMPORAIN**

 <u>Tarifs</u>: 48€ trimestre; 43€ pour un 2e cours ou un 2e enfant

#### **ÉVEIL GYM ENFANT**

- Professeure : Victoria Morin
- <u>Tarifs</u>: 27€ trimestre; 25€ pour un 2e cours ou un 2e enfant



#### LISTE DE NOS ACTIVITÉS (SUITE)

## MARCHE NORDIQUE

Professeure : Nicole ETIENNE

Tarif: 35€/ trimestre

#### **GYM**

Professeures: Victoria Morin & Nicole
 Etienne

<u>Tarifs</u>: 35€/ trimestre pour 1 cours / semaine;

65€/trimestre pour 2 cours/ semaine; 95€/trimestre pour 3 cours/ semaine; 118€/trimestre pour 4 cours/ semaine; 145€/trimestre pour 5 cours/ semaine

GYM « FORME » - STEP
STRETCHING - TOTAL FULL BODY

#### **PILATES**

Professeure : Nicole ETIENNE

• Tarif: 48€/trimestre

#### **YOGA**

Professeure : Nicole ETIENNE

Tarif: 48€/trimestre

Des tarifs dégressifs s'appliquent si vous vous inscrivez à plusieurs activités de gym par semaine.

Des activités ponctuelles sont également proposées en cours d'année (stages, ateliers, conférences).

N'hésitez pas à consulter notre site Internet, rubrique « Actualités » :

www.famillesrurales.org/surzur/actualites

#### PLANNING SALLES FAMILLES RURALES SURZUR SAISON 2023 / 2024

Heure	Lundi.	Lundi	Mardi.	Mardi	Mercredi.	Mercredi	Jeu	Ven	Sam
9h	ESPAGNOL								MARCHE NORDIQUE
	INTERMEDIAIRE								9h à 11h selon saison
	9h-10h30								CARDIO TRAINING
	ESPAGNOL								CARDIO TRAINING
11h	DEBUTANT	GYM FORME						GYM FORME	salle de danse
	10h30 - 12h	11h-12h						11h-12h	9h - 12h
12h ou 12h30	salle G Le Toquin	salle danse						salle des fêtes	
13h30				ANGLAIS					
14h				ADULTES AVANCES			ART FLORAL		
14h30			ARTS PLASTIQUES	13h30-15h			14h -15h30		
15h			ADULTES	salle G Le Toquin		PILATES DEBUTANT	salle des fêtes		_
15h 15 ou 15h30	PILATES INITIES		14h30 - 16h30	ANGLAIS	GYM ENFANTS	1Sh-16h	1 fois / mois		
	15h30-16h30		salle au dessus	ADULTES INTER	15h30 - 16h15	salle des fêtes	ART FLORAL		
16h ou 16h15	ancienne gare		de la Poste	15H15-16h45	GYM ENFANTS	GYM FORME	16h - 17h30		
16h45	GYM FORME		ARTS PLASTIQUES	salle G Le Toquin	16h15 - 17h	16h - 17h	salle des fêtes	DANSE EVEIL	
17h	16h45 - 17h45		ENFANTS	ANGLAIS DEBUTANTS	GYM ENFANTS	PILATES INITIES	1 fois / mois	16h45 - 17h30	
	salle danse		16h45 - 18h	> 7 ANS et Adultes	17h - 17h45	17H - 18h		DANSE INITIATION	
17h45	TOTAL FULL BODY		salle au dessus Poste	17h - 18h	salle de danse			17h30 - 18h30	
18h	17h45-18h45		ARTS PLASTIQUES		STRETCHING	PILATES INTER			
	salle danse		ADOS		18h-19h	18h - 19h		DANSE JAZZ 1	
			18h - 19h15		salle de danse	salle des fêtes		18h30 - 19h30	
19h	PILATES CONFIRMES		salle au dessus Poste	_	STEP	YOGA			
19h30	19h - 20h				19h-20h	19h - 20h		DANSE JAZZ 2	
	ancienne gare				salle de danse	salle des fêtes		19h30 - 20h30	
20h30								DANSE	
								CONTEMPORAINE	
21h30				Ť				20h30 - 21h30	3