

Année 2022 – 2023



Sortie amicale & familiale

Danse – Jazz



Atelier Chants La clef des chants

Atelier Culinaire



Yoga

Gymnastique d'entretien

Gymnastique douce



Cours de dessin

**Une association locale au service de tous !
Venez nous rejoindre...**

**Inscriptions à une ou plusieurs activités Familles Rurales QSGt
RDV vendredi 2 septembre 2022 de 17h30 à 20h
Salle des Fêtes – Boulevard du Stade
53360 Quelaines St Gault**

• **Sortie familiale et amicale**

Se retrouver en famille, entre amis ou voisins pour une randonnée pédestre ou partir à la découverte d'un site touristique, attractif...

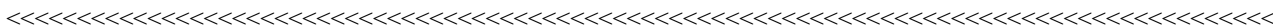


Retenez cette date : Randonnée pédestre nocturne **Samedi 22 Octobre 2022**

en partenariat avec le Cyclo Club de Quelaines (CCQ 53)

Responsables : Séverine CLAVREUL Tél : 06 18 36 38 93

Elisabeth BEZIER Tél : 06 07 87 15 03



• **Atelier Chants « la clef des chants »**

L'atelier « chants collectifs » a lieu le jeudi soir.

Il est ouvert à tous, celles et ceux qui aiment chanter et partager un moment de détente dans une ambiance conviviale.

Au programme, un répertoire varié sera proposé avec chansons françaises et traditionnelles.

Notre animatrice accompagne le groupe à la guitare ou à l'accordéon.

N'hésitez pas à venir partager et découvrir notre atelier.

Lieu : Salle La Grange - en face du Manoir du Buat - Quelaines Saint-Gault

Horaire : 20h00 à 21h30

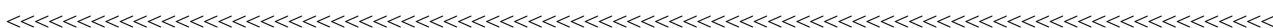
Tarif : 100 € +25 € carte adhésion 2023 (obligatoire) pour 30 séances.



Responsables : Isabelle HAYAU Tél : 02 43 98 57 98

Anne-Marie FOURNIER Tél : 06 33 32 31 29

Animatrice : Lucie BLIN



• **Atelier culinaire**

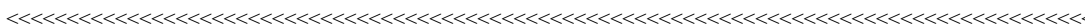
Séance enfants & séance adultes.

Responsables : Fabienne BOSSÉ et Séverine CLAVREUL

Transmettez-nous votre adresse mail si vous êtes intéressés par cet atelier...

Vous serez informés des dates de cette activité.

frquelaines@gmail.com (Objet / ATELIER CULINAIRE)



• **Gymnastique d'entretien**

Les cours ont lieu le lundi de 20h30 à 21h30 à la Salle des Sports

Tarif : 55 € + 25 € carte adhésion 2023 (obligatoire) pour 30 séances.

Reprise des cours : Lundi 5 Septembre 2022

Responsable : M-Josèphe PRIOUX Tél 02.43.02.03.28

Animatrice : Marie-Hélène MEINVIELLE



• **Gymnastique douce**

Les cours ont lieu le mardi, de 10h20 à 11h20 à la Salle des Fêtes

Tarif : 55 € + 25 € carte adhésion 2023 (obligatoire) pour 30 séances.

Reprise des cours : Mardi 6 Septembre 2022

Responsable : Colette BELLEY Tél 02.43.98.85.23

Animatrice : Marie-Hélène MEINVIELLE



• **Modern Danse Jazz**

Début des cours : Mardi 13 septembre 2022

Professeur de danse : Thérèse GODIN

Tarifs pour 31 séances :

Gala de danse

Samedi 10 Juin 2023

GROUPES	Durée*	COÛT DE L'INSCRIPTION
EVEIL 4 à 5 ans	45 min	105.00 €
INITIATION 6 à 8 ans	1h	115.00 €
DEBUTANT 8 à 10 ans	1h	115.00 €
INTER + 11 à 13 ans	1h15	132.00 €
ADOS	1h30	145.00 €
Hip-hop à partir de 8ans	1h	115.00 €

A fournir le jour de l'inscription :

- questionnaire médical
- règlement intérieur signé

Carte d'adhésion Familles Rurales 2023 (25 €) obligatoire.

Tickets CAF et MSA, coupons sport, chèques vacances et tickets pass' acceptés seulement pour les séances.

10 € de moins pour chaque nouvelle inscription de la famille.

L'inscription sera définitive une fois le dossier complet.

Une majoration de 20 € sera demandée si le dossier n'est pas complet à partir du 27 Septembre 2022.

***Les jours des cours peuvent être modifiés en fonction du nombre d'inscriptions.**



Responsable : Séverine CLAVREUL

Tél : 06.18.36.38.93

Adresse mail : frquelaines@gmail.com

• Yoga

2 séances programmées les mardis 18h30-19h30 / 19h45-20h45

à la Grange du Buat - Bd du stade - Quelaines St-Gault

Reprise des cours : Mardi 6 Septembre 2022

Tarif : 160,00 € (28 séances) + 25 € carte adhésion 2023 (obligatoire)

Animatrice : Nathalie DUBOSQ

Responsables : Mélanie MIRANDE Tél : 06.63.44.06.27

Marie-Alice MANCEAU Tél : 02.43.98.85.37



• Dessin

30 séances de 1h30 programmées le mercredi :

2 séances enfants : 14h30-16h / 16h30-18h

1 séance adultes : 18h30-20h.

Reprise des cours : mercredi 28 septembre 2022.

Tarifs, hors bloc de dessin (20 €) : Enfants 90 € le trimestre ou 250 € l'année.

Adultes 250 € l'année ou 130 € à mi-temps.

+ 25 € carte adhésion 2023 (obligatoire).

Animatrice : Marie-Annick SAUVAGE

Responsable : Edwige LAURENT Tél : 06.84.40.97.18



• ***Vous avez des idées de nouvelles activités ? N'hésitez pas à venir nous rejoindre.***

• Carte d'adhésion - Tarif 2023 - 25 €

Valable du 01/01/2023 au 31/12/2023

L'ADHESION EST FAMILIALE : une seule carte pour la famille qui permet de :

- bénéficier de tous les services Familles Rurales sur le territoire départemental et national
- pouvoir être défendu en cas de litiges (service gratuit assuré par l'UDAF au 02.43.49.52.52)

Pour tout renseignement, contactez :

Séverine CLAVREUL Présidente Tél : 06.18.36.38.93

Elisabeth BÉZIER Trésorière Tél : 06.07.87.15.03

Adresse email : frquelaines@gmail.com

**Assemblée Générale Familles Rurales de
Quelaines St-Gault**

RDV le vendredi 25 novembre 2022 à 20h30

Salle Jules Vernes de Quelaines St-Gault