

Année 2023 - 2024



Sortie amicale & familiale

Danse – Jazz



Atelier Chants La cle des chants



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 samedi 9 septembre 2023 de 10h00 à 12h30
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.

Retenez cette date : Randonnée pédestre nocturne **Samedi 14 Octobre 2023**

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.

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

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

Horaire : 20h30 à 22h00

Tarif : 100 € + 25.50 € carte adhésion 2024 (obligatoire) pour 30 séances



Reprise des cours : Jeudi 21 Septembre 2023

Responsables : Isabelle HAYAU

Tél : 02 43 98 57 98

Anne-Marie FOURNIER

Tél : 06 33 32 31 29

Cheffe de chœur : Lucie BLIN

Gymnastique d'entretien

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

Tarif : 55 € + 25.50 € carte adhésion 2024 (obligatoire) pour 30 séances

Reprise des cours : Lundi 11 Septembre 2023

Responsable : Béatrice MEIGNAN

Tél 06.02.27.07.92

Animatrice : Marie-Hélène MEINVIELLE



Gymnastique douce

Les cours ont lieu le vendredi, de 9h00 à 10h00 à la Salle des Sports.

Tarif : 55 € + 25.50 € carte adhésion 2024 (obligatoire) pour 30 séances

Reprise des cours : Vendredi 15 Septembre 2023

Responsable : Colette BELLEY Tél 02.43.98.85.23

Animatrice : Bénédicte BOURGEAIS



Danse Modern Jazz

Début des cours : Mardi 19 septembre 2023

Professeur de danse : Thérèse GODIN

Tarifs pour 30 séances + 25.50 € carte adhésion 2024 (obligatoire)

GROUPE	JOUR/HORAIRES	TARIF
EVEIL 4 à 5 ans	mardi 17h30/18h15	105.00 €
INITIATION 6 à 7 ans	mardi 18h25/19h25	115.00 €
DEBUTANT 8 à 10 ans	mardi 19h30/20h45	132.00 €
INTER + 11 à 13 ans	vendredi 18h20/19h50	145.00 €
ADOS	vendredi 20h10/21h40	145.00 €
Hip-hop à partir de 8ans		115.00 €

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

Tickets MSA acceptés, coupons sport, chèques vacances et tickets Pass'Sport

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

L'inscription sera définitive une fois le dossier complet avec questionnaire santé et règlement intérieur signé.

Responsable : Séverine CLAVREUL Tél : 06.18.36.38.93

Adresse mail : frquelaines@gmail.com



Gala de danse
Samedi 1er Juin 2024

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 12 Septembre 2023

Tarif : 160,00 € (28 séances) + 25.50 € carte adhésion 2024 (obligatoire)

Animatrice : Nathalie DUBOSQ

Responsable : Rozenn CHEVREL Tél : 06.84.15.10.16



Dessin

30 séances de 1h30 programmées le mercredi :

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

1 séance adultes : 18h30-20h

Reprise des cours : mercredi 4 octobre 2023

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

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

+ 25.50 € carte adhésion 2024 (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 2024 - 25.50 €

Valable du 01/01/2024 au 31/12/2024

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

Élisabeth BÉZIER Trésorière Tél : 06.07.87.15.03

Adresse email : frquelaines@gmail.com

**Assemblée Générale Familles Rurales de
Quelaines St-Gault
RDV le vendredi 24 novembre 2023 à 20h30
Salle Jules Verne de Quelaines St-Gault**