

- *Inscriptions* : samedi 14 septembre, lors de la journée des associations à Lévig nac, ou directement auprès des animateurs.
- *Adhésion* :
16€ la première carte
13€ les suivantes (dans la même famille)
44€ carte famille (4 personnes maximum)
Certificat médical pour les activités sportives

Le foyer rural de Lévig nac-Menville est une association qui participe activement à l'animation de la vie locale dans les domaines culturels et sportifs.

L'association vous accueille pour des cours et des stages ou pour vous aider à développer vos propres activités.

Le foyer est agréé par " Jeunesse et sports " et affilié à la Confédération Française des Foyers Ruraux.

Contacts

Président

Alain JUMEAU
05 61 85 02 71

Trésorier

Patrick VANDESTEENE
09 61 43 14 50

Secrétaire

Philippe ABBADIE
06 31 78 25 99

Permanences

le 1^{er} jeudi de chaque mois
à partir de 20h30
au-dessus de la médiathèque

Coordonnées

La mairie 31530 Lévig nac

foyerrural.levig nac@gmail.com



SAISON

2019
2020



Foyer Rural
Lévig nac - Menville

Évènements

MARCHÉ DE NOËL

7 et 8 décembre

SORTIE NEIGE

3 février

CARNAVAL

21 mars

FÊTE DU FOYER

20 et 21 juin



Arts

POTERIE

(ADULTES & ENFANTS)

DESSIN ET PEINTURE

(ADULTES & ENFANTS)

DESSINS - FIGURINES

(W40K, SEIGNEURS DES AN-NEAUX)



Sport

GYMNASTIQUE

BABY GYM

COACH SPORTIF SANTÉ

SORTIES NEIGE

LÉVIGNAC SKATE

COMPANY



Culture- Détente

ANGLAIS ENFANTS

PARENTALITÉ POSITIVE

NUTRITION ET SANTÉ



Espace Musical & Vocal

EVEIL MUSICAL

SI ON CHANTAIT ?

GUITARE

BATTERIE



Dessin et peinture au foyer rural

8-12 ans : Mercredi de 14h à 15h • 4-7 ans : Mercredi de 15h à 16h
>13 ans : Mercredi de 17h30 à 19h
1 h par semaine 60€/trimestre * • 1 h ½ par semaine 85€/trimestre *
Stages enfants / adultes certains samedis
ALICE CREGUT 06 81 48 15 98

Poterie Adultes

Jeudi 9h30 à 12h30, 14h à 17h et 20h30 à 23h30
2 séances par mois : 25€ + participation aux fournitures
4 séances par mois : 50€ + participation aux fournitures
Des stages seront proposés
MEGGAN GROTHÉ 06 84 52 30 06

Poterie Enfants à l'ancienne école primaire

Stage de modelage et émaillage un samedi par mois selon calendrier
9 à 15 ans : 6 à 10 enfants maximum, de 9h à midi • 20 € par séance
5 à 8 ans : 5 à 8 enfants maximum, de 14 à 16 h • 15 € par séance
SYLVIE LAURENS 06 18 42 39 88

Dessins-Figurines : Warhammer-Seigneur des Anneaux

à l'ancienne école primaire
Séance 1 samedi par mois selon calendrier • 20€ l'année
RÉMY LANDELLE 06 78 33 01 55

Anglais pour les enfants salle du 3ème âge

Mercredi après-midi
4 à 5 ans, cours 30 minutes • 55 €/trimestre)
6 à 11 ans, cours 45 minutes • 75€/trimestre +20 € matériel pédagogique
LAURENCE MAYBERRY 06 49 61 82 27

Nutrition et santé

Les ateliers ont lieu à 20h45 au entre social • 20€/atelier (documents compris).
09 oct : Décrypter les emballages alimentaires - 12 nov : Protéines animales ou végétales ?
04 déc : Manger équilibré au quotidien - 14 jan : Sucres et édulcorants : amis ou ennemis
05 fév : L'alimentation des enfants - 17 mar : Graisses : indispensables ou nocives
01 avr : L'alimentation des séniors - 12 mai : Les additifs : rôles et santé
10 jui : Les produits allégés : amis ou ennemis
ALEXANDRA BALIQUE - NUTRITIONNISTE - 06 63 09 76 20 - www.nutritionetvous.fr

Éducation bienveillante - Parentalité positive - Spécial Ados

Au cours de cet atelier, les transformations de l'adolescence vous seront expliquées de façon simple et innovante, et vous comprendrez mieux les réactions des ados.
Jeux de rôle - Outils concrets - Exercices de cas concrets - Humour, détente.....
Atelier annuel • 7 rencontres insécables de 3 heures le dimanche
Tarif 160 € par an • Cahier de travail 18€ ;
BÉATRICE MARRONCLE 05 61 06 17 87

* Paiement annuel en 1 ou 3 chèques

Les horaires des cours peuvent changer.

Des cours peuvent être supprimés en fonction du nombre de participants.

Gymnastique à l'ancienne école puis à la salle de Menville

Cours initiation 5/7 ans • Lundi de 17h30 à 18h30
Cours 8/11 ans • Jeudi de 18h15 à 19h45
Cours >11 ans • Lundi de 18h30 à 20h
1 h par semaine 55€/trimestre * • 1 h ½ par semaine 76€/trimestre *
EUGÉNIE ARNAL 06 29 70 95 26


Baby Gym à la salle polyvalente

Dès 3 ans • Jeudi de 16h30 à 17 h15 et 17h15 à 18h00
5 personnes max • 1 séance par semaine 48€/trimestre *
EUGÉNIE ARNAL 06 29 70 95 26

Coach Sportif santé à l'ancienne école puis à la salle de Menville

Remise en forme, préparation, entraînement • Cours adulte adaptés en petit groupe
Jeudi de 20h à 21h • 1 séance par semaine 55€/trimestre *
EUGÉNIE ARNAL 06 29 70 95 26

Sorties à la neige

Ski, luge, randonnées ...
Sorties en bus vers les domaines de ski pyrénéens les dimanches
Prix et destination précisés en décembre
(prix adulte : entre 35 et 45€ bus + forfait ; bus seul < 20€)
NICOLE GENOTELLE 06 80 26 27 72  [sortiesneigesave](https://www.facebook.com/sortiesneigesave)

Lévignac Skate Company

Cours et pratique du skateboard à partir de 7 ans
Débutants . Samedi de 9h30 à 10h30 • 1h par semaine 20€/trimestre *
Confirmés : Samedi de 10h30 à 12h • 1h½ par semaine 30€/trimestre *
FABIEN FOURES 07 82 92 65 58 - leviskate.company@gmail.com

Si on chantait ?

L'atelier, collectif et tout public à partir de 8 ans, n'est pas un cours de chant, ni de musique. Mais, accompagné de Sylvain, il s'agit de prendre plaisir à interpréter un titre et à l'arranger avec le groupe pour le présenter • 30€/trimestre *
SYLVAIN LEBUHOTEL 07 86 15 18 90

Eveil musical à la salle polyvalente

Dès 3ans • 10 participants maxi
Samedi de 10h30 à 11h30 • 47€/trimestre *
ANNE-LAURE DANIE 06 25 40 20 75 - contact@elanora.fr

Batterie à la salle de musique

Mardi et jeudi de 17h à 21h30
Cours en binôme • 3/4 h par semaine 115€/trimestre *
Cours individuels • 1/2 h par semaine 155€/trimestre *
SÉBASTIEN BAGNERIS 06 33 65 04 06 - bagneris.sebastien@gmail.com

Guitare à la salle de musique

Guitare acoustique et électrique • Lundi - Mercredi
Cours en trinôme • 1 h par semaine 105€/trimestre *
Cours individuels • 1/2 h par semaine 155€/trimestre *
MARTIN MAZELIER 06 72 68 11 54

NOUVEAU

NOUVEAU

NOUVEAUX