



 <https://foyer-rural-saulon-la-chapelle.odoo.com>

Activités de l'année 2025/2026

Préambule

CONDITION D'INSCRIPTION

Pour toutes les activités du Foyer Rural, être adhérent au FOYER RURAL
Adhésion : 13 €/an (Chèque séparé de celui des activités)

COTISATION POUR LA PARTICIPATION AUX ACTIVITES

Voir le tarif annuel pour chaque section.

Possibilité de payer en plusieurs fois.

Les chèques ANCV, coupons sports, aide aux loisirs et le PASS'Sports sont acceptés.

POUR LES ACTIVITÉS SPORTIVES

Un certificat médical (valable 3 ans) pourra être demandé



Sommaire

Les activités du Foyer Rural :

Anglais	3
Ateliers dessin.....	3
Ateliers Jeux.....	3
Ateliers numériques	4
Ateliers Sportifs Enfants 3/11 ans	4
Bibliothèque.....	4
Couture	5
Chorale (Si on chantait).....	5
Danse Country	5
Découverte.....	6
Fit Dance - Zumba	6
Gateball	6
Gym Adultes.....	6
Gym entretien	7
Hip-Hop	7
Marche Nordique	7
Pilates	8
Seniorsports	8
Théâtre Adultes (TRAC)	8
Théâtre Enfants	8
Travaux manuels	9
VTT (à la carte).....	9
Yoga	9

Anglais

Contact : Nicole LACROUTE
Tél : 06 73 04 08 65
Mail : nicole.lacroute@orange.fr



HORAIRES

Mardi : 10h à 11h30 / 14h à 15h / 15h à 16h30
Jeudi : 10h à 11h30 / 16h30 à 18h

COTISATION à la section : 15 €/an

Ateliers animés par Nicole Lacroute :

Mardi matin, jeudi matin et jeudi après-midi : **gratuits**

Cours dispensés par Richard Crowch

Mardi après-midi : **70 €/an**

Ateliers dessin *(Adultes et enfants)*

Contact : Maryvonne GADESKI
Tel : 06 51 65 34 76
Mail : mary.gadeski@yahoo.fr

HORAIRES

Adultes : Mercredi de 10h à 12h
Enfants : Mercredi de 16h à 17h

COTISATION

Adultes : **180 €/an**
Enfants : **90 €/an**



Ateliers Jeux

Contact : Corinne GUILLET
Tel : 06 20 34 23 94
Mail : corinne.fleurot@laposte.net

Scrabble, Échecs, Jeux de société
Jeux de cartes (Belote, Tarot, Bridge ...)

HORAIRES

Jeudi de 14h à 16h (salle des fêtes de Saulon-la-Chapelle)

COTISATION : Gratuit

ECHECS : Cours initiation et perfectionnement :

Jeudi à partir de 17h30

Enfants : **80€/an** Adultes : **120€/an**



Ateliers numériques

Contact : Nicole LACROUTE
Tél : 06 73 04 08 65
Mail : nicole.lacroute@orange.fr



HORAIRES

Planning, horaires et contenus envoyés chaque mois

COTISATION : Gratuit

Ateliers sportifs enfants

Contact : Sandra TERRIER
Tél : 06 22 50 19 05
Mail : terrier.sandra0077@orange.fr



HORAIRES :

Éveil sportif (3/6 ans) :

Mercredi de 10h45 à 11h45 et de 11h45 à 12h45

Multisports (7/11 ans) :

Mercredi de 9h30 à 10h30

COTISATION : 125 €/an (Éveil sportif ou multisports)



VTT (à partir de 7 ans) :

Mercredi de 14h30 à 16h

COTISATION : 140 €/an

Bibliothèque

Contact : Elisabeth PENEZ
Tel : 06 47 80 93 52
Mail : bib.frsaulon@gmail.com

HORAIRES D'OUVERTURE

Lundi : 16h30 à 18h30

Mercredi : 16h à 18h

Samedi : 10h à 11h30

COTISATION : Gratuit



Couture

Contact : Monique LORY
Tel : 06 67 17 45 74
Mail : monique.lory21@gmail.com

(Adultes et enfants)

HORAIRES

Lundi : 17h à 19h
Mercredi : 16h à 19h

COTISATION : Gratuit



Chorale (Si on chantait)

Contact : Thérèse DEBAYLE
Tél : 06 24 53 53 10
Mail : tdebayle@free.fr

(Adultes et enfants)

HORAIRES

Mercredi

Enfants : 13h30 à 14h15
(À partir de 6 ans)
Adultes : 14h15 à 15h45

COTISATION

60 €/an

130 €/an



Danse Country

Contact : Colette PEDRON
Tél : 06 83 26 12 21
Mail : pedron.colette@orange.fr

(Saul country)



HORAIRES

Mardi : 19h à 20h (cours n°1)
20h à 21h (cours n°2)

COTISATION : 90 €/an

Découverte

Contact : Nicole LACROUTE
Tél : 06 73 04 08 65
Mail : nicole.lacroute@orange.fr

- Randos pédestres
- Sortie kayak, raquettes ...
- Visites, Voyages ...



Fit Dance - Zumba

Contact : Nicole LACROUTE
Tél : 06 73 04 08 65
Mail : nicole.lacroute@orange.fr



HORAIRES

- Adultes : Jeudi de 19h15 à 20h15
- Enfants : Créneau à définir

COTISATION

- Adultes : **120 €/an**
- Enfant : **80 €/an**

Gateball

Contact : Michel BEUDET
Tel : 06 87 67 27 59
Mail : beudetmichel@gmail.com

HORAIRES

Été : Vendredi de 16h30 à 19h
Hiver : Vendredi de 14h30 à 16h30

COTISATION : Gratuit



Gym Adultes

Contact : Florence DECHAUX
Tel : 06 20 62 01 12
Mail : f.dechaux@free.fr



HORAIRES

Mercredi de 20h15 à 21h15

COTISATION : 100 €/an

Gym entretien

Contact : Brigitte DUREU
Tel : 03 80 47 01 74
Mail : dureu.brigitte@orange.fr

HORAIRES

Mardi de 14h30 à 15h30

COTISATION : 125 €/an



Hip-Hop

Contact : Nicole LACROUTE
Tél : 06 73 04 08 65
Mail : nicole.lacroute@orange.fr



Jours et horaires à définir

Marche Nordique

Contact : Annie BUSSIERE
Tél : 07 82 49 85 74
Mail : bussiere.guy@orange.fr

HORAIRES

Loisirs - Perfectionnement (groupe 1)

Samedi de 9h à 11h

Marche Nordique santé (groupe 2)

Samedi de 11h à 12h30

COTISATION

Groupe 1 : 140 €/an

Groupe 2 : 120 €/an



Pilates

Contact: Véronique Le DOUGUET
Tél : 06 19 12 03 84
Mail : veronique.ledouguet@neuf.fr

HORAIRES

Lundi : 19h30 à 20h30
Jeudi : 17h-18h

COTISATION : 120 €/an



Seniorsports

Tél : 06 87 29 58 52
Mail : dominiquevernet0369@orange.fr



Entretien corporel
Gym douce

HORAIRES

Mardi de 16h45 à 18h

COTISATION : 120 €/an

Théâtre Adultes (TRAC)

Contact : Chloé SORBIER
Tél : 06 62 17 99 68
Mail : chloesorbier@gmail.com

HORAIRES

Mercredi de 19h30 à 22h

COTISATION : Gratuit



Théâtre Enfants

Tél : 06 73 04 08 65
Mail : bureau.frsaulon@gmail.com

(Saul'En Scène)

À partir de 7 ans



Travaux manuels

Contact : Mireille CHAUMONT
Tél : 06 85 87 87 31
Mail : mireille.chaumont@orange.fr

Tricot, rotin, art floral ...

HORAIRES

Lundi de 13h45 à 16h45

COTISATION : Gratuit



VTT (Adultes et enfants)

Contact Sandra TERRIER
Tél : 06 22 50 19 05
Mail : terrier.sandra0077@orange.fr



VTT adulte : Séances à la carte

COTISATION

11 € la séance

*minimum 10 séances



VTT enfant :

HORAIRES

Mercredi de 14h30 à 16h

COTISATION : 140 €/an

Yoga

Contact : Lucien Gresset
Tél : 03 80 39 76 48
Mail : yoga.fr.saulon21@gmail.com

HORAIRES

Lundi

Groupe 1 : de 16h45 à 18h

Groupe 2 : de 18h15 à 19h15

Groupe 3 : de 19h30 à 20h45

COTISATION

Adultes : 124 €/an





Le Bureau

Présidente : LACROUTE Nicole

Vice-Président : LORY Claude

Secrétaire : GUILLET Corinne

Trésorière : LE DOUGUET Véronique

Représentants de la Mairie

BŒUF Alain - TERRIER Sandra

