

BADMINTON

Pratique loisirs, sur 2 cours intérieurs
Lundis 18h-22h00
Mercredis 18h-22h30
Jeudis 17h30-22h
vendredis 17h30-20h30
Responsable :
Fanny COURTESOLLE
09-64-08-20-23
badminton@foyer-rural-allan.fr



MARCHE NORDIQUE

Pratique loisirs,
Mercredis, 9h30-11h30
vendredis ou samedis,
de 9h30-11h30
Responsable::
Nathalie AUGER
06-87-39-18-18
marchenordique@foyer-rural-allan.fr

RANDONNEE PEDESTRE

Pratique loisirs,
Mardis:les après midi
pour 2 groupes/niveaux
Jeudis::journée complète
Responsable:
Aimé GAGNON
07-89-05-97-21
rando@foyer-rural-allan.fr

TENNIS DE TABLE

Pratique loisirs,
Les jeudis 20h30-22h
Responsable::
Brigitte Rollet
06-07-17-58-88
tennisdetable@foyer-rural-allan.fr

STRETCHING

Lundis 10h-11h
et 11h-12h
Mardis 10h30-11h30
et 18h30-19h30
Responsable :
Christiane TOURREL
06-95-83-89-28
gymnastique@foyer-rural-allan.fr



GYM ADULTES

Lundis 18H45-19H45
jeudis 18h30-19h30
Responsable:
Christiane TOURREL
06-95-83-89-28
gymnastique@foyer-rural-allan.fr

GYM ADULTES CARDIO/ABDO

Lundis 17H45-18H45
Responsable :
Christiane TOURREL
06-95-83-89-28
gymnastique@foyer-rural-allan.fr

GYM SENIORS ACTIFS

Vendredis 10h30-11h30
Responsable :
Christiane TOURREL
06-95-83-89-28
gymnastique@foyer-rural-allan.fr

PILAT

Jeudis de 16h30-17h30 et 17h30-18h30
Responsable :
Marie Claire FELET
06-77-65-65-06
gymnastique@foyer-rural-allan.fr

YOGA

Mardis, 8h45-10h15 et 18h30-20h00
Mercredis 9h00-10h30
Responsable :
Chantal MATTHIEU
06-67-95-25-14
yoga@foyer-rural-allan.fr



ZUMBA

Mercredis 18H30-19h30
Responsable :
Marie Claire FELET
06-77-65-65-06
gymnastique@foyer-rural-allan.fr

DANSE EN LIGNE

Mercredis
Pratique loisirs, horaires selon le niveau
19h45-20h30 Débutants
20h30-21h15 novices
21h15-22h15 intermédiaires
Responsable :
Nadine THIERS
06-79-67-07-26
danseenligne@foyer-rural-allan.fr

CHORALE

Lundis 20h00-22h00
Responsable :
Michel BLANC
06-16-70-40-06
chorale@foyer-rural-allan.fr

ENGLISH CONVERSATION

Mardis de 9h à 10h30
Responsable::
Jean Paul ERB
04-75-46-69-10
anglais@foyer-rural-allan.fr

REMUE MENINGES

2 Mercredis par mois, selon un calendrier établi de 9h30 à 11h.
Responsable :
Marie Thérèse SEIGLE
06-77-03-12-11
ateliermemoire@foyer-rural-allan.fr

ALLAN COULEURS

Mardis et vendredis après midi
Responsable :
Jocelyne DEMARNE
06-75-57-36-07
allancoleurs@foyer-rural-allan.fr

BRODERIE

Mardis 14h à 18h
et samedis de 14h à 18h.
Responsable :
Sylvie BEGOT
04-75-54-67-92
broderie@foyer-rural-allan.fr

DESSIN 3 D

Mardis de 18h00 à 19h30
Responsable
Murielle
06-51-22-14-57
dessin3d@foyer-rural-allan

REALITE VIRTUELLE

Mardis de 19h30 à 21h00
Responsable
Murielle
06-51-22-14-57
realitevirtuelle@foyer-rural-allan.fr



DANSE CONTEMPORAINE

Mercredis 18H30-19h30
Salle du temple
Responsable :
Erwan
danse@foyer-rural-allan.fr



TENNIS

Les jeudis de 20H30 à 22h
Responsable :
Aurelie Sylvestre
06-61-89-96-25
tennis@foyer-rural-allan.fr

BIBLIOTHEQUE

Prêts de livres et événements culturels.
L'adhésion est gratuite pour les adhérents du foyer rural et les moins de 18 ans.
Catalogue en ligne : www.bibliotheque-allan.fr
Responsable:
Nelly CUELLE
06-37-50-29-95
Huguette ERB
04-75-46-69-10

HORAIRES:

Mardis,
10h30/12h-14h30/16h00
Mercredis,
10h30/12h00
Jeudis,
15h30/17h00
Samedis,
10h00/12h00

LOCATION DE SALLE

BESOIN D UNE SALLE POUR UN MARIAGE ,ANNIVERSAIRE OU AUTRES, VOUS POUVEZ LOUER L'ESPACE D'ANIMATION.
renseignement à l'accueil



FOOTBALL

Jours et horaires en fonction de la catégorie
Responsable:
GAUTHIER Laurent
06/81-99-22-71
football@foyer-rural-allan.fr



**REJOIGNEZ
NOUS SUR
FACEBOOK
INSTAGRAM**

FOYER RURAL ALLAN



**CONTACTEZ-
NOUS**

Téléphone :
04-75-90-51-98
Site web :
<https://foyer-rural-allan.fr>
Réseaux sociaux :
Instagram et Facebook
Foyer Rural Allan



Saison 2023/2024

Activités adultes

