

BADMINTON

REPRISE LE 08/09/25

Pratique loisirs, 2 courts intérieurs
Lundi 18h-22h
Mercredi 18h15-22h
Jeudi 17h30-22h
Vendredi 17h30-20h30
Responsable :
Fanny COURTESOLLE
badminton@foyer-rural-allan.fr



MARCHE NORDIQUE

REPRISE LE 08/09/25

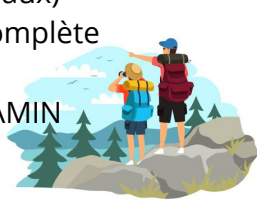
Pratique loisirs
Lundi 9H-10H30 (marche soutenue)
Mercredi 9h-11h
Vendredi 9h-11h
Responsable :
Nathalie AUGER
06.87.39.18.18



RANDONNÉE PÉDESTRE

REPRISE LE 09/09/25

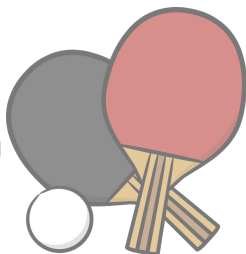
Pratique loisirs
Mardi : l'après-midi
2 groupes (2 niveaux)
Jeudi : journée complète
Responsable :
Laurence CONDAMIN
06.27.68.45.78



TENNIS DE TABLE

REPRISE LE 11/09/25

Pratique loisirs
Jeudi : 20h00-22h
Responsable :
Kevin GUEUGNEAU
06.32.21.20.19



STRETCHING

REPRISE LE 09/09/25

Lundi 10h-11h et 11h-12h
Mardi 10h30-11h30
et 18h15-19h15
Responsable :
Christiane TOUREL
06.95.83.89.28
gymnastique@foyer-rural-allan.fr



GYM ADULTES CARDIO/ABDOS

REPRISE LE 08/09/25

Lundi 17H45-18H45
Responsable :
Christiane TOUREL
06.95.83.89.28
gymnastique@foyer-rural-allan.fr



GYM ADULTES

REPRISE LE 08/09/25

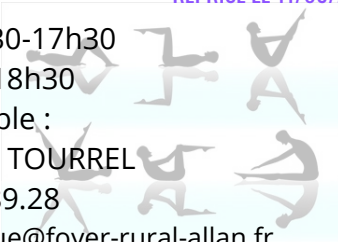
Lundi 18H45-19H45
Jeudi 18h30-19h30
Responsable :
Christiane TOUREL
06.95.83.89.28
gymnastique@foyer-rural-allan.fr



PILATES

REPRISE LE 11/09/25

Jeudi 16h30-17h30
Et 17h30-18h30
Responsable :
Christiane TOUREL
06.95.83.89.28
gymnastique@foyer-rural-allan.fr



GYM SENIORS ACTIFS

REPRISE LE 12/09/25

Vendredi
de 10h30 à 11h30
Responsable :
Christiane TOUREL
06.95.83.89.28
gymnastique@foyer-rural-allan.fr



ZUMBA

REPRISE LE 10/09/25

Mercredi 18h30-19h30
Responsable :
Marie-Claire FELET
06.77.65.65.06
gymnastique@foyer-rural-allan.fr



YOGA

REPRISE LE 16/09/25

Mardi 8h45-10h15 et 18h30-20h
Mercredi : 8h45-10h15
Responsable :
Chantal MATHIEU
04.75.90.51.98 (accueil Foyer)
yoga@foyer-rural-allan.fr



GYM-CHAISE

REPRISE LE 10/09/25

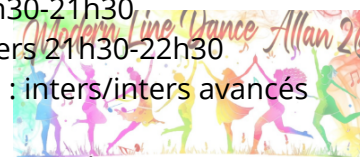
Mercredi 15h30-16h30
Responsable :
Renseignements à l'accueil
04.75.90.51.98
accueil@foyer-rural-allan.fr



MODERN LINE DANCE

REPRISE LE 03/09/25

Pratique loisirs le mercredi
Débutants 19h45-20h30
Novices 20h30-21h30
Novices/Inters 21h30-22h30
Le vendredi : inters/inters avancés
14h30-17h
Responsable : Nadine THIERS
06.79.67.07.26



ENGLISH CONVERSATION

REPRISE LE 10/09/25

Mercredi 10h30-12h
Responsable :
Renseignements à l'accueil
04.75.90.51.98
accueil@foyer-rural-allan.fr



ALLAN COULEURS

REPRISE LE 09/09/25

Atelier de peinture
Mardi et vendredi
L'après-midi
Responsable :
Jocelyne DEMARNE
06.75.57.36.07
allancouleurs@foyer-rural-allan.fr



LES PIQUÉES DU FIL

REPRISE LE 09/09/25

Pratique loisirs
Broderie, tricot, crochet...
Les mardi et samedi
De 14h à 18h
Responsable : Sylvie BÉGOT
04.75.54.67.92
accueil@foyer-rural-allan.fr



TENNIS

REPRISE LE 15/09/25

Le lundi joueurs confirmés
De 20h à 21h15

Le jeudi

Joueurs intermédiaires
De 18h45 à 20h
Joueurs débutants/intermédiaires
De 20h à 21h15
Responsable : Aurélie SYLVESTRE
06.61.89.96.25



FOOTBALL

REPRISE LE 01/08/25

Jours et horaires en fonction
de la catégorie.
Responsable :
Florian MOULIN
06.74.95.68.75



Les horaires indiqués sont susceptibles d'être légèrement modifiés

BIBLIOTHÈQUE

REPRISE LE 19/08/25

Prêts de livres et
événements culturels
Adhésion gratuite pour les
adhérents du Foyer Rural
et les moins de 18 ans.
Ouverte le mardi de 10h à 12h
et de 14h30 à 16h,
le mercredi de 10h à 12h,
le jeudi de 15h30 à 17h,
le samedi de 10h à 12h.
Catalogue en ligne :

www.bibliotheque-allan.fr

09.79.22.80.59

bibliotheque@foyer-rural-allan.fr

CHORALE

REPRISE LE 15/09/25

Lundi 20h-22h

Responsable :

Solange SOUBEYRAND

06.70.02.48.92

chorale@foyer-rural-allan.fr

REMUE-MÉNINGES

REPRISE LE 10/09/25

2ème et 4ème mercredi du mois,
De 9h30 à 11h30

Renseignements à l'accueil

04.75.90.51.98

accueil@foyer-rural-allan.fr

REJOIGNEZ-NOUS

SUR INSTAGRAM



frallanjeunesse

SUR FACEBOOK



Foyer Rural Allan

LOCATION DE SALLE

Pour un anniversaire,
un mariage ou une
cousinade, vous pouvez
louer une, deux ou
trois salles à
l'espace d'animation.

Pour tout renseignement :

Daniel SOUBEYRAND

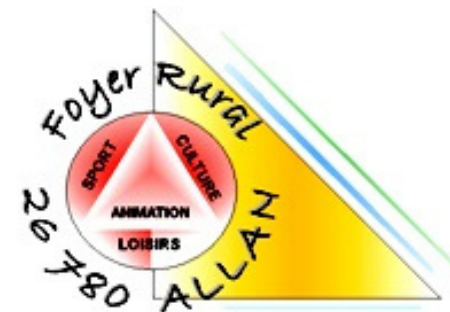
gerance@foyer-rural-allan.fr

LOCATION DE JOELETTE



CONTACTEZ-NOUS

Pour tout renseignement,
adrez-vous à l'accueil
Ouvert le lundi de 14h à 18h
le mercredi de 14h à 16h,
le jeudi de 10h à 12h,
le vendredi de 10h à 12h.
04.75.90.51.98
accueil@foyer-rural-allan.fr
Site : www.foyer-rural-allan.fr



Saison 2025/2026

Activités Adultes

