

## Association Familles Rurales de Saint Germain Laval



### Activités 2023 -2024



St Germain Laval

<http://asso-famillesrurales-saintgermainlaval.e-monsite.com>

## Familles Rurales, qu'est-ce que c'est ?

### Une association familiale

L'association de St Germain Laval est membre du Mouvement Familles Rurales composé de 2 500 associations en France. Comme toutes les autres associations Familles Rurales, elle a pour but de répondre aux attentes et aux besoins des familles du milieu rural. Elle les accompagne dans leur mission d'éducation et défend leurs intérêts. L'association Familles Rurales participe à l'animation des territoires ruraux.

### Les valeurs de Familles Rurales

Les actions de Familles Rurales se fondent sur des valeurs humaines :

- Etre acteur de sa vie
- Respecter les différences
- Etre solidaire et créer des liens
- Accueillir et soutenir les plus fragiles
- Participer et s'engager dans la société

### Notre association

L'association de Saint Germain Laval compte aujourd'hui près de 300 familles adhérentes, qui participent à une ou plusieurs activités. Et pour qu'elles puissent fonctionner, des bénévoles s'engagent au quotidien, épaulés par les salariés de l'association.

L'adhésion à notre association est familiale, tous les membres de la famille accèdent aux activités de l'association.

Le Mouvement Familles Rurales est une association loi 1901, fondé il y a plus de 65 ans, il ne relève d'aucune sensibilité politique, confessionnelle ou catégorielle



**Des bénévoles et salariés  
sont à votre écoute,  
contactez nous !**

#### Le bureau de l'association

Président : M Deplatière Florent

Secrétaire : Mme Gaumont Claudine

Secrétaire adjointe : Mme Dumont Françoise

Trésorier : Mme Teisseire Josette

Pour tout complément d'information, vous pouvez nous  
contacter par mail  
[familles-rurales-saintgermainlaval@hotmail.fr](mailto:familles-rurales-saintgermainlaval@hotmail.fr)

**Vous souhaitez en savoir davantage  
sur notre association ?**

**Consultez notre site internet :**

<http://asso-famillesrurales-saintgermainlaval.e-monsite.com>



L'association de St Germain Laval propose des activités pour tous. N'hésitez pas à prendre contact avec les personnes référentes qui pourront vous renseigner.

**Inscriptions**  
**le samedi 9 septembre 2023**  
**De 13h30 à 18h**  
**à la salle Greysolon Duluth**

## Activités adultes

### Gym

- 6 cours, à la salle culturelle
- Fitness : mardi de 19 h à 20 h  
jeudi de 20h15 à 21h15  
samedi de 10h à 11h
  - Gym Happydou :  
mardi de 10h à 11h  
jeudi de 10h à 11h
  - Pilates fondamental (débutants):  
jeudi 19h à 20h

Contacts : Blandine 06 37 71 67 74  
Fitness: Eulalie Ker 06 73 52 32 80  
Pilates: Floriane Bernard 06 27 03 31 40  
Tarifs fitness/Happydou :  
100€ pour 1h / sem ; 175€ pour 2h / sem  
Tarif pilates fondamental : 170 € 1h / sem

### Yoga

Yoga Iyengar, qui s'adresse à tous, quels que soient l'âge ou la condition physique  
Le mercredi de 9h à 10h30, et le jeudi de 19h à 20h30, dojo de la salle culturelle  
Contact: F Dumont, 07 81 22 41 29  
Tarif: 170 € pour 1h30 / sem

### Qi Gong

Gymnastique énergétique chinoise  
Le mardi de 19h à 20h15, dojo salle culturelle  
Contact: F Dumont, 07 81 22 41 29  
Tarif: 170 € pour 1h15 / sem

### Pilates

Cours lundi de 14h à 15h.  
2ème cours le mercredi de 11h à 12h, sous réserve de 12 participants minimum.  
Contact: Marie-Pierre 06-76-09-42-29  
Tarif: 170 € pour 1h / sem

## Activités enfants

### Ski

4 samedis en janvier/février, à Chalmazel, 2h de cours avec un moniteur. A partir de 6 ans.  
Attention! Places limitées  
En fonction des demandes et sous réserve de parents bénévoles pour gérer l'activité.  
Contact:  
A. FOREST : audreycherkan42@hotmail.fr  
06.72.58.38.41

### Activités du jeudi soir:

(possibilité de récupérer les enfants dans les deux écoles de St Germain)

### Théâtre

Enfants de 6 à 11 ans. Inscription à l'année.  
Le jeudi de 16h30 à 18h30. 170 € l'année.

### Arts plastiques

Enfants de 6 à 11 ans. Inscription à l'année.  
Le jeudi de 16h30 à 18h30. Avec Fred. 170€ l'année.

### Accueil de loisirs

L'Accueil de Loisirs Les Farfadets s'adresse à tous les enfants de 3 ans jusqu'au CM2 désireux de participer aux activités du centre (territoire CVAI ou hors territoire).  
- Mercredi loisirs (accueil périscolaire): en période scolaire  
- Vacances scolaires (accueil extrascolaire): 1 semaine Toussaint, 2 semaines hiver, 2 semaines printemps, 3 semaines juillet, 2 semaines août, 1 mini-camp en juillet  
Contact : Bertrand Chinal 06-83-48-10-50



**Conditions :** L'inscription et le règlement auront lieu le samedi 9 septembre de 13h30 à 18h à la salle Greysolon Duluth de St Germain Laval. Une séance d'essai est offerte. Possibilité de paiement en plusieurs fois. L'adhésion à l'association est obligatoire pour toutes les activités : pour cette année elle s'élève à 32 euros par famille. L'association se réserve le droit de modifier le déroulement d'une activité, voire de l'annuler par manque de participants. Demi-tarif pour les étudiants et personnes bénéficiant des minima sociaux. S'adresser aux bénévoles ou responsables d'activités.  
25€ de remise pour deux activités pratiquées par la même personne.