

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

Le bureau de l'association

Président : M Déplatière Florent
Secrétaire : Mme Gaumond 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

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



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

Consultez notre site internet :

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

Loire

Association Familles Rurales de Saint Germain Laval



Activités 2024-2025

**Familles
rurales**
Vivre mieux !

St Germain Laval

<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 7 septembre 2024
De 13h30 à 17h30
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 :

120€ pour 1h / sem ; -15 % sur 2é h / 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 + stretching

A la salle culturelle

- Pilates: lundi de 14h à 15h
mercredi de 11h à 12h

- Stretching: lundi de 13h à 13h45

Contact: Marie-Pierre 06-76-09-42-29

Tarif: 170 € pour 1 séance/ sem

Activités enfants

Yoga 6-12 ans

Le samedi de 10h à 11h à la salle culturelle

Contact Samia Gharout: 06-76-04-75-08

Tarif: 170€ pour 1h/sem.

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.

Contact : Anne-Sophie Gillet 06-43-36-54-83

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 CCAV 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 7 septembre de 13h30 à 17h30 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.

15% de remise à partir de la deuxième activité pratiquée par la même personne (réduction appliquée sur la deuxième activité et plus).