

TARIFS 2025-2026 :

- Le Foyer Rural propose **2 tarifs** (*) : un tarif pour les habitants de Romanèche-Thorins (exemple : 150 € pour 1H) et un autre pour les non-résidents (exemple : 160 € pour 1H).
- Pour chaque adhérent, il faut impérativement ajouter le coût (**20 €**) de la **carte annuelle du Foyer Rural** (assurance).
- Le Foyer Rural est habilité pour **accepter le Pass-Sport** sur présentation de **justificatif comportant un n° unique**.
- **Règlements acceptés** : espèce, chèque, chèque vacances ou coupon sport. **Nouveauté paiement possible par CB**

Apporter un justificatif de domicile pour tarif Romanèche-Thorins

ATTENTION : Le **certificat médical** reste obligatoire pour le badminton.

INSCRIPTIONS :

- **Mardi 9 septembre 2025 : 16h30-19h** >> Créneau réservé aux habitants de Romanèche Thorins
Salle Benoit Raclet (près de la Mairie)
- **Mercredi 10 septembre 2025 : 17h-20h**
Salle Benoit Raclet (près de la Mairie)

Le Foyer Rural de Romanèche-Thorins se réserve le droit de supprimer ou de modifier un cours dans le cas où celui-ci aurait trop peu d'inscrits.

REPRISE DES COURS : le 15 septembre 2025

Contact mail : foyer.rural.romaneche@hotmail.fr

Site internet :

<https://romanechethorins.foyersruraux.org>



Foyer Rural
de Romanèche-Thorins

Saison 2025-2026



Cours Adultes

Forum des associations le samedi 06 septembre

100 %

Bien-être - Sport – Détente - Convivialité



Baskets propres obligatoires

EASY DANCE

Professeur : Sandrine

Cours d'1h15 : 160 € / 170 € *
Salle de danse

Adultes - Facile

Mercredi

18h45-20h00

Adultes - Initiés

Mercredi

20h00-21h15

Jeunes Adultes – Confirmés

Jeudi

20h00-21h15

EASY DANCE FITNESS

Professeur : Sandrine

Cours d'1h : 150 € / 160 € *
Salle des sports

Lundi

19h00-20h00

RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Professeurs : Sandrine/Lucie/Sébastien/Mickaël

Cours d'1h : 150 € / 160 € *

Salle de danse / salle des Sports / Salle Benoit Raclet

Sébastien

Lundi

19h00-20h00 (Salle de danse)

Lucie

Mardi

18h10-19h10 (Salle Benoit Raclet)

Mickaël

Mercredi

20h00-21h00 (Salle des Sports)

Sandrine

Jeudi

9h30-10h30 (Salle de danse)

ABDOS (Cours inspiré de la méthode TBL) / STRETCHING

Professeurs : Sandrine

Cours d'1h : 150 € / 160 € *
Salle de danse

Mardi

9h30-10h30

YOGA

Professeur : Nathalie

Cours d'1h15 : 195 € / 205 € *
Salle de danse

Mardi

18h00-19h15

Mardi

19h30-20h45

CARDIOSCULPT

Professeur : Sébastien

Cours d'1h : 150 € / 160 € *
Salle de danse

Lundi

20h00-21h00

STEP

Professeur : Mickaël

NOUVEAU

Cours d'1h : 150 € / 160 € *
Salle des Sports

Mercredi

18h00-19h00

STRETCHING

Professeur : Sandrine

Cours de 45 mn : 140 € / 150 € *
Salle des Sports / Salle de danse

Lundi

20h00-20h45 (Salle des Sports)

Jeudi

18h10-18h55 (Salle de danse)

Jeudi

19h00-19h45 (Salle de danse)

PILATES

Professeur : Lucie/Mickaël

Cours d'1h : 170 € / 180 € *
Salle Benoit Raclet/ Salle des Sports

Lucie

Mardi

19h15-20h15 Initiés (Salle Benoit Raclet)

Lucie

Mardi

20h15-21h15 Débutants (S. Benoit Raclet)

Mickaël

Mercredi

19h00-20h00 Confirmés (salle de Sports)

BADMINTON

Professeur : Delphine

Cours d'1h15 : 160 € / 170 € *
Salle des sports

A partir de 16 ans

Vendredi

19h15-20h30

Vendredi

20h30-21h45

H20

COURS ARTISTIQUES

Professeur : Olivier

PAR TRIMESTRE Cours de 2 h : 140 € / 150 € *
Club House Tennis

Lundi

19h00-21h00

DANSE ORIENTALE

Professeur : Elodie

Cours d'1h15 : 160 € / 170 € *
Salle de Danse

A partir de 16 ans

Vendredi

17h45-19h00 Débutants

Vendredi

19h00-20h15 Initiés

QI GONG

Professeur : Emmanuelle

Cours d'1h : 190 € / 200 € *

Lundi

10h00-11h00

ANGLAIS

Professeur : Lauranne

NOUVEAU

Cours d'1h : 140 € / 150 € *
Club House Tennis

Mardi

18h00-19h00 Débutants

Mardi

19h15-20h15 Intermédiaires

Musique & Rythme

Professeur : Nicolas

NOUVEAU

Cours d'1h : Tarif selon formule (Voir affichette)
PAR TRIMESTRE Salle de Musique

De 12 à 99 ans Initiation pour débutants ou recommençants

Cours particulier ou en groupe

Jour et horaires en accord avec prof et participants