

L'ASSOCIATION FAMILLES RURALES DE



BAINVILLE SUR MADON

ANNEE 2019 - 2020

Inscription par mail

[afrbainville@free.fr](mailto:afrbainville@free.fr)

ou sur place

Site internet : [www.afrbainville.fr](http://www.afrbainville.fr)

☒ Carte d'adhérent familiale obligatoire pour s'inscrire aux activités

## ATELIER ARTS PLASTIQUES

Apprendre les techniques du dessin et de la peinture, modelage de la terre, réaliser des œuvres sur différents supports...

Mercredi de 10h à 12h - à la maison des associations  
Rentrée le mercredi 18 septembre  
Pour les enfants à partir de 8 ans  
Animatrice : Corinne PERAS



## ATELIER THEATRE

Jouer un rôle, être sur une scène...

Mercredi : 17h/18h-18h/19h ou autre selon inscription  
Lieu : Salle des fêtes - Enfants/ados à partir de 7 ans  
Rentrée mercredi 18 septembre à 17h pour tous à la salle des fêtes.  
Animateurs : P. BRONNER et F. FLORENTIN

## ART ET CREATIONS

L'atelier accueille celles qui désirent se retrouver dans un groupe et créer, fabriquer différents objets selon ses envies et ses goûts ou simplement se détendre.

Jeudi de 14h à 16h 30 à la maison des associations  
Rentrée le jeudi 19 septembre

## TRAVAUX COUTURE

Apprendre la couture, la coupe, la confection.  
Créer ses propres modèles

Lundi et Mardi à 20h Lieu : Maison des associations  
Date de reprise : début septembre  
Animatrice : Nicole LANTZ et ses secondes mains

## GYMNASTIQUE DOUCE

Garder une bonne souplesse, un bon équilibre, entretenir son rythme cardiaque est un atout pour être en bonne forme.

Vendredi de 9h à 10h - Lieu : salle des fêtes  
Rentrée le vendredi 20 septembre  
Animatrice : Christiane COUTURIER

Venir avec son tapis de sol

## Changement STEP

Pour travailler des chorégraphies avec une fréquence cardiaque élevée pour développer le niveau d'endurance cardio-vasculaire et mettre à contribution divers muscles.

Mardi de 18h à 19h Lieu : Salle des fêtes  
Rentrée le mardi 17 septembre  
Pour adultes ou ados femmes et hommes  
Animateur : Rémi

## Changement TRAINING

Entretenir sa forme musculaire et son endurance, souplesse, coordination et tonus par des exercices toniques et intensifs

Mardi de 19h15 à 20h15 - Lieu : Salle des fêtes  
Rentrée le mardi 17 septembre  
Pour adultes ou ados femmes et hommes  
Animateur : Rémi

Venir avec son tapis de sol

## Nouveauté YOGA

Unifier le corps et l'esprit à travers des exercices physiques, étirements, assouplissements, équilibre et relaxation.

Mardi de 8h45 à 10h15 - Lieu : Salle des fêtes  
Rentrée le mardi 17 septembre  
Pour adultes, femmes et hommes  
Animateur : Raphaël

Venir avec son tapis de sol

# SCRABBLE ADULTES

Un jeu qui aide à développer ou conserver  
une bonne mémoire tout en s'amusant.

Jeu en duplicate – apporter son jeu.

Les débutants se prennent vite au jeu

Mardi de 13h 30 à 16h à la maison des associations.

Activité se déroulant en continu sur l'année

Inscription sur place

ASSEMBLEE GENERALE :

Vendredi 20 septembre 19h salle des fêtes



Les préinscriptions aux activités peuvent se faire via le site de l'association ou par mail à [afrbainville@free.fr](mailto:afrbainville@free.fr).

Pour chacune des activités, il est possible de bénéficier d'une séance découverte avant de prendre la décision de l'inscription.

**Les tarifs** : La carte d'adhésion à l'association (2020) est obligatoire, c'est une carte familiale, valable pour tous les membres d'un même foyer. **Tarif : 23 €**

**Le règlement se fait pour l'année à l'aide de un ou 3 chèques qui seront encaissés en septembre – janvier et avril (ou autre arrangement sur demande).**

Tarif plein pour l'année :

▫ Arts plastiques enfants : 110 €	▫ Atelier théâtre enfants : 70 €
▫ Gym : (step – training/FAC – entretien) : 70 €	▫ Yoga : 90 €
▫ Club de scrabble : 12 € : tarif ne bénéficiant pas de la dégressivité	
▫ Atelier du jeudi «art et création» : 15 € : idem pas de dégressivité	

Tarif dégressif si plusieurs activités dans le même foyer : à déduire du total

▫ 2 activités : – 4€      ▫ 3 activités : – 12 €      ▫ 4 activités : – 24 €      ▫ 5 activités : – 40 €

## Et aussi ...



- Dimanche 8 septembre à 9h00 : **MARCHE** : gratuit - boucle de 9 km environ.
- Dimanche 22 septembre à 14h00 : **CLUEDO GEANT** Jeu d'enquête policière se déroulant au centre du village : retrouvez grâce à des indices le coupable du meurtre - **2 € par personne**.
- Dimanche 20 octobre : **sortie NIGLOLAND** : le parc revêt ses habits d'halloween
- Vendredi 15 novembre 20h 30 : **soirée BAR A TIN** "A la découverte du Madon"
- Samedi 23 et dimanche 24 novembre : **MARCHE DE NOEL** nombreux artisans et exposants
- Samedi 21 décembre : **visite du Père Noël**.
- Vacances de Noël : **sortie cinéma offerte aux enfants** pour les familles adhérentes
- Représentations de la troupe du « **Petit théâtre de Bainville** » : A l'affiche : « Arnaque, mic mac et bric à braque » de François Florentin, les 17, 18, 19, 24, 25, 26, 31 janvier, et 1, 2, 7, 8 février 2020.  
Site : [lepetittheatredebainville.fr](http://lepetittheatredebainville.fr)
- En mars : sortie au **Royal Palace à Kirrwiller**
- En mai/juin : **Sortie - Fête des mères et des pères - Spectacle théâtre enfants - Barbecue** de clôture des activités pour participants aux activités 2019/2020.
- En juillet : **centre de loisirs**