PLANNING DES ACTIVITES						
	HORAIRES	ACTIVITES	LIEU			
	9h15 à 10h15	GYM	Salle de Danse			
	10h15 à 11h15	Pilates	Salle Mauvezin			
Lundi	18h à 19h	GYM seniors	Gymnase			
	20h à 21h	Circuit Training	Gymnase			
	20h15 à 21h15	Pilates	Dojo Gymnase			
	9h15 à 10h15	GYM	Salle de Danse			
	10h15 à 11h15	Pilates	Salle de Danse			
Mardi	16h30 à 20h30	Couture	Salle loisir place Bertrand			
	20h à 21h	Zumba	Salle des Fêtes			
	21h à 22h	Zumba	Salle des Fêtes			
	9h30 à 11h30	Marche Nordique	Extérieur			
	14h à 16h	Expression corporelle	Dojo Place Bertrand			
Mercredi	14h à 18h	GRS loisirs	Salle des Fêtes			
	18h30 à 20h	Yoga	Salle des Fêtes			
	20h à 21h	Pilates	Salle des Fêtes			
	21h à 22h	GYM	Salle des Fêtes			
Jeudi	9h30 à 11h30	Marche nordique seniors	Extérieur			
	17h30 à 19h30	GRS compétition	Gymnase			
	18h15 à 20h15	Marche Nordique	Extérieur			
	18h15 à 19h15	Zumba	Salle des Fêtes			
	19h30 à 20h30	Circuit Training	Gymnase			
Vendredi	9h15 à 10h15	GYM	Salle de Danse			
	10h15 à 11h15	Pilates	Salle Mauvezin			
	17h30 à 19h30	GRS Compétition	Gymnase			
Samedi	9h30 à 11h30	Marche Nordique	Extérieur			

Pour toute précision supplémentaire, n'hésitez pas à nous contacter. Chaque responsable de section se fera un plaisir de vous renseigner ou venez nous rencontrer lors des permanences.









FJEP Castelginest 2023 / 2024



















Circuit Training

Mise en œuvre d'actions de prévention en faveur de perte d'autonomie le FJEP est partenaire avec le Conseil Départemental de Haute Garonne " CFPPA31«.

Agréé Jeunesse & Sport N°31AS307





Agrément Jeunesse et éducation Populaire Le Foyer des Jeunes et d'Education Permanente Créé en 1984, est une association de bénévoles qui compte aujourd'hui environ 300 membres. Il adhère à la Fédération des Œuvres Laïques de la Haute-Garonne et partage ses objectifs : promouvoir des activités accessibles à toutes et à tous.

Les prestations sont assurées par des professeurs diplômés (salariés ou sous contrat avec le FJEP).

Président: Michel GAZEAU 06 07 13 03 93 Vice-président: Éric FONTE 07 84 06 71 80

Vous pouvez joindre les responsables de section

Zumba Circuit Training Gym –Pilates	Martine SARNY Bernadette SALLES	m.sarny@orange.fr bernadettesalles@yahoo.fr	06 71 79 13 89 07 81 22 78 60
GRS Expression	Laurie LARIVIERE	grsfjep31@gmail.com	06 67 70 13 50
Corporelle Atelier couture	Michel GAZEAU	michel-gazeau@wanadoo.fr	06 07 13 03 93
Randonnée Monta Marche Nordiqu Yoga	~	devosclaude2@gmail.com	06 20 26 72 82

Permanence des inscriptions :

- Salle des Fêtes :

Mercredi 6 septembre de 17h à 20h -.

-Local FJEP 3 place Bertrand 31780 Castelginest:

Tous les mardis à partir du 12 septembre de18h30 à 19h30 jusqu'au 3 Octobre 2023.

-Adresse postale :

Foyer des Jeunes et d'Education Permanente
Hôtel de Ville Castelginest – Grand-Place du Général de Gaulle BP 20 243
31 142 Saint Alban Cedex.
Site: WWW.fjepcastelginest.fr

TARIFS

Licence/adhésion annuelle au FJEP						
		Enfants jusqu'à	Adultes 17 ans et			
		16 ans inclus	plus			
Culturelle	Couture	20€	20€			
Sportive	Gym – GRS* - Randonnée - Yoga - Marche nordique Circuit Training	25€	40€			
UFOLEP	Expression corporelle *	25€				

COTISATION ANNUELLE

	GYM , Pilates, Zumba	Accès à tous Les séances GYM , Pilates , Zumba	150€
	Circuit training	2h par semaine	150€
1	YOGA	1h30 par semaine	150€
	GRS	Compétition équipe */**	144€ 180 € 225€
	Expression corporelle	1h par semaine	144€
	Marche nordique	3 cours par semaine de 2h	150€
3	Atelier couture	2h par semaine	216€

Tarif dégressif sur la 2ème adhésion familiale : - 20 % sur l'activité la moins chère

Paiement de la cotisation aux activités:

Le paiement se fait à l'année le jour de l'inscription avec la possibilité de paiement trimestriel pour l'encaissement en octobre, janvier et avril

*.+ 15€ costume pour la fête du FJEP

Nous vous proposons 1 cours d'essai gratuit que vous pouvez réaliser durant les 2 premières semaines de septembre. Pour des raisons d'assurance, l'inscription est nécessaire.

Certificat médical obligatoire pour la GRS Compétition

Début des cours le 11 septembre 2023.

^{** + 1}er Trim + 10€ location académique et 2eme Trim +10€ location Veste