

PLANNING DES ACTIVITES

	HORAIRES	ACTIVITES	LIEU
Lundi	9h15 à 10h15	GYM	Salle Mauvezin
	10h15 à 11h15	Pilates	Salle Mauvezin
	17h30 à 18h30	GYM seniors	Gymnase
	20h à 21h	Circuit Training	Gymnase
	20h15 à 21h15	Pilates	Dojo Gymnase
Mardi	9h15 à 10h15	GYM	Salle de Danse
	10h15 à 11h15	Pilates	Salle de Danse
	16h30 à 20h30	Couture	Salle loisir place Bertrand
	20h à 21h	Zumba	Salle des Fêtes
	21h à 22h	Zumba	Salle des Fêtes
Mercredi	9h30 à 11h30	Marche Nordique	Extérieur
	14h à 16h	Expression corporelle	Dojo Place Bertrand
	14h à 18h	GRS loisirs	Salle des Fêtes
	14h à 16h	GRS Compétition	Salle des Fêtes
	18h30 à 20h	Yoga	Salle des Fêtes
	19h30 à 20h	GYM	Salle des Fêtes
	20h à 21h	Pilates	Salle des Fêtes
Jeudi	9h30 à 11h30	Marche nordique seniors	Extérieur
	17h30 à 19h30	GRS compétition	Gymnase
	18h15 à 19h15	Zumba	Salle des Fêtes
	19h45 à 20h45	Circuit Training	Gymnase
Vendredi	9h15 à 10h15	GYM	Salle Mauvezin
	10h15 à 11h15	Pilates	Salle Mauvezin
	17h30 à 21h30	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 2024 / 2025

Randonnée montagne



Raquettes à neige



Yoga



Expression Corporelle



Atelier Couture



Zumba



Gym, Pilates



Marche Nordique



Circuit Training



GRS Loisirs
GRS Compétition

Mise en œuvre d'actions de prévention en faveur de lutte contre la 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
N°3103JEP008

Le Foyer des Jeunes et d'Education Permanente Créé en 1984, est une association de bénévoles qui compte aujourd'hui environ 330 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

Gym –Pilates Zumba	Martine SARNY Bernadette SALLES	m.sarny@orange.fr bernadettesalles@yahoo.fr	06 71 79 13 89 07 81 22 78 60
Circuit Training	Claude GOIN	goinclaud@gmail.com	06 30 75 31 00
GRS Expression Corporelle	Laurie LARIVIERE	grsfjep31@gmail.com	06 67 70 13 50
Atelier couture Marche Nordique	Michel GAZEAU	michel-gazeau@wanadoo.fr	06 07 13 03 93
Randonnée Montagne Yoga	Claude DEVOS	devosclaud2@gmail.com	06 20 26 72 82

Permanence des inscriptions :

- Salle des Fêtes :

Mercredi 04 et jeudi 05 septembre 2024 de 16h à 20h.

Local FJEP 3 place Bertrand 31780 Castelnau :

Tous les mardis à partir du 10 septembre de 18h30 à 19h30 jusqu'au 1 Octobre 2024.

-Adresse postale :

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

TARIFS

Licence/adhésion annuelle au FJEP			
		Enfants jusqu'à 16 ans inclus	Adultes 17 ans et plus
Culturelle	Couture	20 €	20 €
Sportive Loisirs	Gym – GRS loisirs - Randonnée - Yoga - Marche nordique Circuit Training	25€	40 €
Sportive Compétitions	GRS Compétitions Marche Nordique Compétitions	35€	40€
UFOLEP	Expression corporelle	25€	

COTISATION ANNUELLE

GYM , Pilates, Zumba	Accès à toutes les séances GYM , Pilates , Zumba	156 €
Circuit training	2h par semaine	156 €
YOGA	1h30 par semaine	156 €
GRS * - **	Loisirs 1h par semaine	144€
	Compétition équipe	180 €
	Compétition équipe + individuel	225€
Expression corporelle *	1h par semaine	144 €
Marche Nordique	2 cours par semaine de 2h	156€
Atelier couture	2h par semaine	216 €

Tarif dégressif sur la 2^{ème} 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.

** GRS Compétition: + 20€ - location justaucorps, + 35€ achat veste.

*+ 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.

Début des cours le 9 septembre 2024.