



Foyer Rural

A vos agendas :

A wide-angle landscape photograph showing rolling hills, fields, and a small building in the distance under a clear sky.

FOYER RURAL ESTANCARBON

**VIDE-
GRENIER**

**ESTANCARBON
AU STADE**

DIM. 06/07

***Buvette &
Restauration***

Dès 8H30

2€ le mètre

Réservations au 06.71.23.88.43
foyerrural.estancarbon@gmail.com

Le foyer rural vous propose des rencontres ludique en collaboration avec le foyer rural de Pointis Inard ! N'hésitez pas à venir passer un après midi récréatif..



NOUVELLE ACTIVITE DU FOYER RURAL D'ESTANCARBON

**Le Foyer Rural d'Estancarbon en collaboration avec
le Foyer Rural de Pointis-Inard**

Vous propose :

Tous les **3^{ème} mardis du mois** (hors vacances scolaires), un
après-midi ludique, de **14h30 à 17h30**, autour de

Jeux de cartes, jeux de société...

Les ateliers se dérouleront en alternance sur les deux villages :

Estancarbon : salle polyvalente

Pointis-Inard : salle stade Jérôme Coassin (entre l'église et
l'ancien château)

Dates :

- **Mardi 21 janvier 2025 : Pointis-Inard**
- **Mardi 18 mars 2025 : Estancarbon**
- **Mardi 20 mai 2025 : Estancarbon**

Le but étant de privilégier les échanges entre les adhérents de
nos deux foyers,

Nous pourrons mettre en place un covoiturage pour ceux qui le
souhaitent, RDV à 14h devant l'église d'Estancarbon.

Ces ateliers sont gratuits, seule l'adhésion aux foyers ruraux
sera requise (cotisation annuelle : 20€).

Si vous souhaitez participer ou pour plus de renseignements,

CONTACT : 06 71 23 88 43

Adresse mail : foyerrural.estancarbon@gmail.com



Tout au long de l'année des randonnées vous sont proposées. Le départ a lieu sur le parking de la Mairie. (programme à venir)

Le Foyer rural vous propose plusieurs activités sportives tout au long de l'année, alors à vos baskets..

le lundi de 18h30 à 19h30 : Gym-Pilates avec Pierre SANSSENÉ

le mardi de 18h à 19h : Yoga avec Manu FONTICH

le mardi de 19h30 à 20h30 : Hiit – Circuit training – Renfo musculaire avec Karine SENAC

le jeudi de 17h30 à 19 h : Qi Gong avec Liliane KUHN

le vendredi de 10h30 à 11h30 : Gym douce avec Karine SENAC

le vendredi à partir de 21 h : Belote avec Jean SOUBIRAN (Maison des Associations)

le dimanche : Randonnée avec Denis ZINGARETTI

Des manifestations repas sont régulièrement proposées, vide grenier, thé dansant, concert, théâtre, ...

Présidente : Madame Patricia SENTENAC : foyerrural.estancarbon@gmail.com