



GUIDE DES ACTIVITÉS À L'ANNÉE

Sports et Loisirs

SAISON 2022 - 2023

Office de Tourisme Cœur de Bastides

+33 5 53 36 40 19 | contact@coeurdebastides.com

 [Tourisme Cœur de Bastides](#)

 [@tourismecoeurdebastides](#)



OFFICE
DE TOURISME
**COEUR DE
BASTIDES**
— ESPRIT —
SUD PÉRIGORD

FORUMS DES ASSOCIATIONS

Venez découvrir les associations, rencontrer les responsables et choisir votre activité de la rentrée !

VILLE	LIEU	DATE
VILLEREAL	Place du 19 Mars 1962 (La Poste)	Samedi 3 Septembre de 8h30 à 12h30
CANCON	Dans chaque club	Dimanche 11 Septembre de 10h à 16h

SPORTS COLLECTIFS

BASKETBALL	Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'entraînement(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
BOUDY BASKET CLUB Salle de Basket 47290 BOUDY-DE-BEAUREGARD	U7, U9, U11, U13, U15, U18, Seniors, Loisir	Contacter pour les horaires		Non précisé	Aurore PINCHON +33 6 73 91 88 38 pinchon.aurore@orange.fr Facebook : Boudy Basket Club
AMICALE LOISIRS CASTILLONNÈS BASKET Gymnase plaine des sports 47330 CAHUZAC	Éveil mixte	Samedi	10h - 10h30	55 €	Gautier DORSEMAINE +33 6 01 26 13 39 Caroline BAZZOLI SAEZ +33 6 72 82 21 45 alcastillonnesbasket@gmail.com Facebook : ALCB
	U7 mixte		10h30 - 11h15	60 €	
	U9 mixte	Lundi Mercredi	17h - 18h30 13h45 - 15h15	65 €	
	U11 Filles	Mardi Mercredi	17h - 18h30 15h30 - 17h	70 €	
	U13 Filles	Mardi	18h30 - 20h	75 €	
	U15 Filles	Vendredi	17h - 18h30	80 €	
	U18 Filles	Vendredi	18h30 - 20h	85 €	
	Séniors Régionale 3	Vendredi	20h - 21h30	Non précisé	
	Loisirs Hommes	Lundi	Soir	70 €	
Loisirs Femmes	Jeudi	Soir	70 €		
BASKET Loisir MJC Gymnase 47150 MONFLANQUIN	Adulte	Jeudi	19h30 - 21h30	Cotisation sportive : 31€	David LAMBOTIN +33 5 53 71 20 25 / +33 5 53 70 83 17 / +33 6 27 20 26 41 mjclmonflanquin@gmail.com Maclamb_85@hotmail.fr

FOOTBALL	Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'entraînement(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
ASSOCIATION SPORTIVE CASTILLONNÈS, CAHUZAC, LALANDUSSE Plaine des sports 47330 CAHUZAC	École de football (6-13ans)	Contacter pour les horaires		Non précisé	Didier BILLOIR +33 6 81 08 41 27 didier-billoir@wanadoo.fr
	U6/U7, U8/U9, U10/U11	Mercredi Samedi	Contacter pour les horaires	90€	
	U12,13	À définir			
	U14,15	Mardi, Jeudi			
	Séniors	Mercredi Vendredi	20h	100€	
	Féminines	Vendredi	Non précisé	Non précisé	
FOOTBALL CLUB CANCON Stade "Lagatte" 47190 CANCON	U6/U7 et U8/U9	Mercredi	14h - 15h30	Licence : 45 €	Gaël ANDRÉ +33 6 84 42 62 71 Loïc BASTIDE +33 6 79 28 21 58 542309@lfaquitaine.fr Facebook : FC Cancon Début des entrainements le 3 Septembre.
		Samedi	10h - 11h30		
	U10/U11	Mercredi	14h - 15h30	Licence : 50 €	
		Samedi	10h - 11h30		
	U12/U13	Mercredi	17h30 - 19h	Licence : 50 €	
		Samedi (ou match)	13h30 - 15h		
	U14/U15	Mardi et Jeudi	18h - 20h	Licence : 60 €	
	U17	Mercredi et Vendredi		20h30 - 22h	
Sénior					
AS MONBAHUS FOOTBALL "La Barque" 47290 MONBAHUS	Séniors garçons	Mercredi	20h	Licences filles, garçons, vétérans : 60€ Licence jeunes : 40€	
	Séniors filles	Vendredi			
	U15	Mercredi	17h		
	Matches vétérans foot loisir	Vendredi	20h30		
	École de foot jeunes filles et garçons dès 5 ans	Inscriptions le samedi 3 septembre dès 14h.			
FOOTBALL MONFLANQUIN Stade Mondésir 47150 MONFLANQUIN	U7	Mercredi Samedi	14h - 15h30 10h - 12h	70€	Alain MARTINAUD +33 6 17 46 69 12 amartinaud47@gmail.com
	U9	Mercredi Samedi	15h30 - 17h 10h - 12h		
	U11	Mardi et Jeudi	18h - 19h30		

	U13, U15 et U17	Mercredi et Vendredi	18h - 19h30	90€	Marc COGNET +33 6 49 30 46 83 lmhotep.marc@live.fr monflanquin.fc@laposte.net Hervé LIABASTRE +33 6 14 23 25 37
	Féminines	Mardi et Vendredi	20h - 21h30		
	Séniors	Mercredi et Vendredi	20h - 21h30		
	Vétérans	Lundi et Vendredi	19h30 - 21h		
US VILLERÉALaise « Laplagne » 47210 VILLERÉAL	Non renseigné				DE PAUW Philippe +33 6 43 57 53 90
HANDBALL	Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'entraînement(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
HANDBALL CLUB CANCONNAIS Gymnase 47190 CANCON	Baby-Hand (3/6 ans)	Samedi	11h - 11h45	40 €	Coralie SEYLER +33 6 76 65 23 60 handballclubcancon@gmail.com Facebook : Hand Cancon
	Moins de 9 ans mixte	Mercredi	16h - 17h	45 €	
	Moins de 11 ans mixte		17h - 18h15	55 €	
	Moins de 13 et 15 ans garçons		18h15 - 19h45	55 €	
	Moins de 13 et 15 ans filles	Jeudi	18h - 19h30	55 €	
	Moins de 18 ans	Vendredi	19h -20h45	75 €	
	Séniors Hommes		20h45 - 22h30	90 €	
	Loisirs mixte	Lundi	20h - 22h	65 €	
RUGBY	Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'entraînement(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
École de rugby - ENTENTE 4 CANTONS	U6 (3-5 ans)	Samedi - Villeréal	10h	Licence : 50€	Aurélian PAILLÉ +33 6 47 02 30 66 pailleaurelian@gmail.com
	U8 (6-7 ans)	Samedi - Villeréal	10h	Licence : 80€ (Première : 50€)	

Rotations sur les terrains de Cancon, Castillonès, Monflanquin et Villeréal	U10 (8-9 ans) U12 (10-11 ans) U14 (12-13 ans)	Mercredi Monflanquin	16h	Pour deux enfants de la même famille : 150€	
		Samedi - Villeréal	10h		
	Cadets Juniors	Vendredi En rotation	19h		
Féminines 4 cantons BHAP Rugby Féminin Stade Michel Royer, 47190 CANCON Stade de Coulon, 47150 MONFLANQUIN	De 15 à 18 ans	Mercredi Vendredi	19h30 - 22h30	Licence gratuite	Mathias BELVÈS +33 7 78 24 11 90 mathias.belves@sfr.fr Facebook : 4 Cantons BHAP Rugby Féminin Constance PASTOR +33 6 89 91 60 73 4cantonsbhap@gmail.com
	Féminines				
4 Cantons BHAP Rotation sur les terrains de Cancon, Castillonès, Monflanquin et Villeréal.	Seniors fédéral 18 et plus Seniors régional 18 et plus	Mardi et vendredi Mercredi	19h30 - 21h 19h - 20h	Non précisé	Adrien BOISSERIE +33 6 48 37 52 33 4cantonsbhap@gmail.com www.4cantonsbhap.fr Facebook : 4 Cantons BHAP
SPORTING CLUB SAINT-AUBIN Lieu-dit « Paloque » 47150 SAINT-AUBIN	De 5 à 40 ans	Mardi Vendredi	20h	Licence gratuite	Laurent LIMES +33 6 21 05 76 49 laurent.limes@gmail.com Nicolas JOSÉ +33 6 37 66 70 20

SPORTS INDIVIDUELS

ATHLÉTISME	Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'entraînement(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
MONFLANQUIN ATHLÉTIC CLUB 47 Stade de Coulon 47150 MONFLANQUIN	Adultes	Mercredi	18h - 19h45	Non précisé	Laurent DAROT +33 6 08 35 07 54 Patrice MARQUIS +33 6 81 36 98 81 macmonflanquin@gmail.com

BADMINTON	Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'entraînement(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
BADMINTON Lieu-dit « Nicot » 47290 CANCON	Tous âges	Mercredi	19h30 – 21h30	Participation libre	Jean-Marc HUGUET +33 6 66 76 74 05 jmhl@neuf.fr
BOXE	Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'entraînement(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
SBFM Boxe Française Salle de boxe, Place du 8 mai 1945 47150 MONFLANQUIN	Adulte	Mardi Jeudi	19h – 21h	Inscriptions le 10/09 de 15h à 17h.	Patrick NICOLAS +33 6 42 86 39 13 patrick.nicolas47@wanadoo.fr
	Jeunes Adultes	Samedi	15h30 – 17h 17h – 19h		
ÉQUITATION	Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'entraînement(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
ÉQUI-ÂGE Lieu-dit Coulon 47150 MONFLANQUIN	Tout public	Mercredi Samedi	Cours et balades toute l'année.	Enfants – 12 ans : 15€/heure ou 140€ les 10 heures Adultes : 17€/heure ou 150€ les 10 heures	Elodie BELKIR +33 6 82 40 72 86 elodie-varin@live.fr
PONEY CLUB D'ÉMILIE Lieu-dit « Saint-Michel » 47440 PAILLOLES	À partir de 3 ans	Du Mardi au Samedi en période scolaire Du Lundi au Vendredi en vacances scolaires	9h - 18h	Dès 12€/heure	Émilie LAMPIN +33 6 75 55 15 56 poney.club.emilie13@gmail.com Facebook : Poney Club d'Émilie
RANDONNÉE	Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'activité(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
CLUB DE MARCHÉ CANCON Départ Place du Foirail 47190 CANCON	Toutes catégories	Mardi	13h30	Cotisation annuelle : 24€/famille	Michèle DUCLERQ +33 6 72 11 36 38 jeanne.duclercq@orange.fr

LES MARCHEURS DES BASTIDES Carrefour de Fer 47150 MONFLANQUIN	Randonnée pédestre	Tout public	Mardi	13h30 (hiver) 8h30 (été)	Cotisation annuelle : 38€	Guy BARBIER +33 6 13 40 60 50 barbier_guy@orange.fr Jean-Michel GLAUNEZ +33 6 52 74 97 03 jmglaunez@yahoo.fr
Parking de la piscine 47150 MONFLANQUIN	Marche Nordique	Tout public	Vendredi	9h d'Avril à Octobre et 14h de Novembre à Mars		Dominique DUPERREY +33 6 03 39 31 40 dominique.duperrey@wanadoo.fr
	Rando Santé	Senior	Lundi, 2 fois par mois	9h		Marie-Claude DELCAILLOU +33 6 85 04 39 07 mclaudedelcaillou@yahoo.fr
MARCHEURS VILLERÉALAIS Parking des Rivièrettes 47210 VILLERÉAL		Jeunes et adultes	Les samedis ou dimanches en alternance. Départ à 8h en été (juin-septembre), et 13h30 en hiver (octobre-mai). Consulter les programmes disponibles auprès de l'Office de Tourisme, dans les guides mensuels ou sur : https://www.coeurdebastides.com/		Cotisation annuelle : 35€	Marie DELRUE +33 6 76 51 81 93 marcheursvillerealais47@laposte.net
PÉTANQUE		Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'entraînement(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
PÉTANQUE CASTILLONNÈSIENNE Place des Cornières 47330 CASTILLONNÈS		Tous âges	Mardi Jeudi (concours à la mêlée)	14h 14h30	40€	Didier BERNARD +33 6 74 72 64 11 didier.bernard073@orange.fr
JOYEUX PÉTANQUEURS DE LA LÈDE Bourg 47150 GAVAUDUN		Ouvert à tous	Dimanche	Après-midi (14h30 ou 16h)	Participation gratuite	Chaty CONGÉ +33 6 52 19 74 23 eric.conge@orange.fr
UNION BOULISTE MONFLANQUINOISE Boulodrome 47150 MONFLANQUIN		Tous niveaux	Mercredi Samedi	14h30	40€ la licence	Jacky JARGEAU +33 6 07 31 18 69 jackyjargeau@live.fr

BOULE SAINT-AUBINOISE Complexe sportif de Paloque 47150 SAINT-AUBIN	Tous niveaux	Mercredi Vendredi (Savignac-sur-Leyze)	20h - 00h	40€ la licence (compétitions officielles) / carte membre à 20€	Gérard TORMENA +33 6 09 34 57 08
PÉTANQUE VILLERÉALISE « Les Rivièrettes » 47210 VILLERÉAL	Tous niveaux	Mardi Samedi	14h30 - 19h	40€ la licence et concours ouverts à tous	Sylvie AVEZOU +33 6 75 78 34 22 sylvie.avezou@gmail.com
PILOTAGE ULM	Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'entraînement(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
AÉRODROME DE CASTILLONNÈS Aérodrome de Cavarac, 613 Route de Boisse 47330 CAVARC	Tous âges	Tous les jours sur rendez-vous, de 9h à 20h.		Baptême de 20min : 50€	Didier FAUGÈRE +33 6 10 44 64 64 contactaeroclubcastillonnes@gmail.com www.aeroclubcastillonnes.fr
TENNIS DE TABLE	Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'entraînement(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
TENNIS DE TABLE Salle des fêtes 47210 MAZIÈRES-NARESSE	Tous âges	Judi (à partir d'Octobre)	18h - 20h30	Non communiqué	Jean-Yves LEVEAU +33 5 53 36 66 75 Sous réserve de conditions sanitaires favorables
MONFLANQUIN TENNIS DE TABLE Gymnase de Coulon 47150 MONFLANQUIN	Tous niveaux	Lundi Jeudi (entraîneurs diplômés) Vendredi	17h - 19h 17h - 19h 20h - 23h	Tarif - de 16 ans : 60€ Tarif + de 16 ans compétitio n : 90€ Tarif + de 16 ans loisirs : 60€	Sébastien BRUNET +33 6 76 78 25 64 monflanquintt47@gmail.com
TENNIS	Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'entraînement(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
TENNIS CLUB CANCON Av. Parc des sports 47290 CANCON	Tous niveaux	Lundi, Mardi, Vendredi, Samedi	17h - 19h 16h45 - 21h45 17h - 19h 9h - 12h	Non communiqué	Diego BUECHE 06 07 05 03 85 tenniscancon@hotmail.fr <i>Inscriptions le samedi 27/08 de 15h à 18h.</i>

TENNIS CLUB CASTILLONNÈS « La Ferette » 47330 CASTILLONNÈS	À partir de 5 ans	Contacter pour les horaires.		Contacter pour les tarifs	Alain JACQUOUTET +33 6 20 09 53 53 tennisclubcastillonnes47@gmail.com Facebook : Castillonnes Tennis
TENNIS CLUB MONFLANQUIN (TCM) Salle de tennis de Coulon 47150 MONFLANQUIN	À partir de 5 ans	Contacter pour les horaires		Licence : 65 € Possibilité de tarif famille	Francis ANDRAC +33 6 83 41 61 70
	Seniors compétitions	Mercredi	19h - 21h	Licence : 85 € Possibilité de tarif famille	Gérard LATRUBESSE +33 6 29 98 55 94
	Seniors vétérans	Jeudi	17h - 19h		Serge GERMA +33 6 84 70 92 98
	Seniors filles	Mardi	19h - 21h		Sophie OLLÈS GRIGIS +33 6 76 88 97 16
	Loisir	Samedi	10h30 - 12h		Olivier OLLÈS +33 6 45 76 16 87 Robert LALANNE +33 6 13 79 24 98
TENNIS CLUB VILLERÉAL RIVES Site du Pesquié, Route d'Issigeac 47210 RIVES	À partir de 5 ans	Tous les soirs de la semaine et samedi après-midi. Horaire variable selon groupe, généralement à partir de 19h30.		100€/enfants, 60€/ adultes (entraînement s en suppl.) 40€ découverte femmes	Gaël BLAVETTE +33 6 71 22 05 78 gael.blavette@wanadoo.fr Facebook: Tennis Club Villeréal/Rives
VÉLO	Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'entraînement(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
CYCLO 4 HAUT AGENAIS - Cyclotourisme Place du foiral 47290 CANCON	Loisir	Mardi	9h (Mai à Août)	56€ la licence cyclotourisme UFOLEP	Claude CHARETTEUR +33 6 46 86 79 00 cyclo4-haut.agenais@orange.fr cyclo4passion.blog4ever.com
CYCLO 4 HAUT AGENAIS - Cyclotourisme Parking devant La Marmaille 47150 MONFLANQUIN	À partir de 15 ans (avec autorisation parentale) et plus	Jeudi	14h (Octobre à Avril)		Jean-Luc PENIN +33 6 85 75 68 99 cyclo4-haut.agenais@orange.fr cyclo4passion.blog4ever.com
CYCLO 4 HAUT AGENAIS - Cyclotourisme Parking du Bourg 47210 BORN		Dimanche et jours fériés	9h30 (Novembre à Février) 9h (Mars, Avril, Mai + Septembre, Octobre) 8h30 (Juin à Août)		Guy MOLIERAC +33 6 72 09 50 51 guy.molierac@orange.fr

CYCLO 4 HAUT AGENAIS - Cyclotourisme Parking Ciné 4, 47330 CASTILLONNÈS		Mercredi	18h30 (Mai à Septembre)		Jean-Michel BORDAS +33 6 79 25 49 30 cyclo4-haut.agenais@orange.fr cyclo4passion.blog4ever.com	
		Dimanche et jours fériés	8h30 (Mai à Août) 9h (Septembre à Avril)			
CYCLO 4 HAUT AGENAIS - VTT Plaine de sports 47330 CASTILLONNÈS		Dimanche	9h		Nicolas DALL ARMI +33 6 72 78 82 91 cyclo4-haut.agenais@orange.fr cyclo4passion.blog4ever.com	
		Mercredi	18h30			
CYCLO 4 HAUT AGENAIS Compétitions cyclistes	Compétitions cyclo-sport, cyclo-cross et VTT. À partir de 15 ans.	Entraînements collectifs du TEAM CYCLO 4 : Mercredi Samedi Compétitions cf. calendrier UFOLEP et FFC Aquitaine.	14h (Mi-Janvier à fin Mai) 9h (Juin à Octobre)	Licence cyclo sport UFOLEP : 92€	Joël CAMINADE +33 6 43 84 96 24	
					À partir de 15 ans	Participation aux Cyclosporives FFC : Calendrier national
ARTS MARTIAUX	Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'entraînement(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact	
KARATÉ CLUB CASTILLONNÈS Dojo, Salle de Karaté 47330 CASTILLONNÈS	Tous âges	Mardi Jeudi	18h	Non précisé	Michel BEAUVAIS +33 7 60 44 03 77 cbeaumick@aol.com	
PASSION DU JAPON 47 - Aikido Salle des Fêtes 47210 SAINT-ÉTIENNE-DE-VILLERÉAL	À partir de 11 ans	Mardi Jeudi	19h - 20h30	3 cours d'essai gratuits 100€ l'année	Julien DUCHIRON +33 6 17 98 26 29 / +33 5 53 40 03 93 julien Duchiron@hotmail.fr Facebook : Passion du Japon 47	
ARTS ÉNERGIE INTERNE CHINOISE KARATÉ Salle des Rivierettes 47210 VILLERÉAL	Tai-Chi, Qi- Gong, Tuina	Avancés Tous niveaux	Mercredi	10h - 11h30	Découverte gratuite en septembre, date à confirmer.	Guy BALLETY +33 6 76 97 07 23 guy.ballety@orange.fr http://guyballetykarate.clubeo.com

ARTS MARTIAUX DES 4 CANTONS Judo - Ju-Jitsu - Karaté : Tous âges	Les Rivièrettes 47210 VILLERÉAL	Taïso - Adultes	Mardi	19h15 - 20h15	110€ cotisation et licence de Judo, Ju-Jitsu et Karaté 55€ cotisation et licence de Taïso	Christophe COLLIGNON +33 6 80 99 94 89 collignon-christophe@wanadoo.fr
		Ju-Jitsu	Lundi Mardi Jeudi	18h - 21h 18h30 - 19h15 pour enfants 18h30 - 21h		
		Judo	Samedi	18h - 21h		
	47290 CANCON	Judo – Enfants et Ados	Mercredi	18h - 19h		
	47330 CASTILLONNÈS	Judo – Enfants et Ados	Vendredi	17h45 - 18h45 pour enfants 18h45 - 20h pour ados		
	Dojo 47150 MONFLANQUIN	Taïso - Adultes	Lundi Jeudi	18h30 - 19h30		
		Karaté – Tous niveaux	Mercredi	18h - 21h		
Judo – Enfants et Ados		Mercredi	15h30 - 16h45 pour enfants 16h45 - 18h pour ados			
QI GONG - YOGA - SOPHROLOGIE		Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'entraînement(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
LE CHEMIN DE L'ARBRE Le Merlet, 871 Route de Lalandusse 47330 DOUZAINS	Yoga	Adulte	Lundi	17h30-18h30/19h-20h	81€ le trimestre	Nicole SOYER +33 6 88 84 25 19 lechemindelarbre@orange.fr http://lechemindelarbre.over-blog.com Cours en présentiel ou en visio- conférence ;
			Mercredi	10h - 11h / 19h - 20h		
	Sophrologie		Mercredi	11h45 - 12h45		
			Vendredi	19h30 - 20h30		
YOGA MJC MJC, Salle de yoga 2 ^{ème} étage 47150 MONFLANQUIN		Tout public	Lundi	17h30 - 18h45 19h - 20h15	6€ la séance, Adhésion à la MJC : 22€	Anne CANTIN +33 5 53 71 20 25 / +33 7 86 12 97 75 mjc47150secretariat@wanadoo.fr ancantin72@gmail.com

YOGA Salle au-dessus de la mairie 47290 MOULINET		Tout public	Vendredi Lundi	18h - 19h30 10h - 11h30	10 € la séance	Nathalie GORSE +33 6 86 27 22 96 nathalie.hathayoga@gmail.com
LA FORGE DE PAULHIAC Derrière l'Église 47150 MONTAGNAC-SUR-LÈDE	Qi Gong – 8 trésors	Tous niveaux	Vendredi	10h30 - 11h30	Tarifs : 5 € l'heure ou 50 € les 12 cours	Claire LAMORLETTE +33 6 78 80 83 45 / +33 5 53 36 51 45 zalice2@yahoo.fr
	Taiji Quan – Style Chen		Dimanche	10h30 - 11h30		
HATHA YOGA TRADITIONNEL Salle des fêtes 47210 SAINT-VIVIEN	Yoga	Tous niveaux	Lundi	17h30 - 18h45 19h - 20h15	Adhésion FNYT 16€ et 6€ le cours. 1 ^{er} cours offert	Christine GONZATO-ROQUES +33 6 95 27 10 96 christine.gonzato-roques@hotmail.fr Début des cours le 19/09.
	Méditation			20h20 - 21h		
ATELIER SÛTRA - Yoga Salle des Fêtes 47150 SALLES		Adulte	Jeudi	19h15 - 20h30	Adhésion FFHY : 33€ 8€ le cours.	Anne CANTIN +33 7 86 12 97 75 ancantin72@gmail.com <i>Séance découverte offerte.</i>
YOGA & pleine conscience 47210 SAINT-ÉTIENNE-DE-VILLERÉAL		Tous âges, petits groupes de 3 à 4 personnes	Contacter pour les horaires. Cours privés possibles.		35€ les 3 cours ou tarif trimestriel	Julie GUERGERIAN +33 6 88 28 12 87 julieguerguerian@aol.com
RELIANCE ET ZÉNITUDE MOULINET		Yoga-Nidra / Relaxation / Méditation. Tout public	Mardi Prévoir : Vêtements souples, tapis de sol, couverture ou plaid, coussins pour l'assise et tête.	10h - 11h30	Forfait mensuel : 45€ (4 cours) La séance : 15€	Auréli GOUFFRAN +33 6 75 90 00 99 a.reliance@wanadoo.fr Plus d'infos sur les ateliers à Casseneuve, Ségalas, ou en ligne : https://areliance.wixsite.com/reliance-et-zenitude
ENTRETIEN PHYSIQUE - GYMNASTIQUE - FITNESS		Catégorie/Tranche d'âge	Jour(s) d'entraînement(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
NC SPORT - Renforcement musculaire	Salle de Judo 47290 CANCON	Tous âges	Jeudi	18h30 - 19h30 19h30 - 20h30	4€ la séance	Nicolas CADDoux +33 6 10 31 51 09 nc-sport@orange.fr
	Sous la halle 47290 MONBAHUS		Lundi			

CASTI GYM Petite salle Côte des Fontaines, au-dessus du judo 47330 CASTILLONNÈS	Piloxing SSP	-	Lundi	19h15 - 20h	Tarif mensuel activités illimitées : 25 € Tarif mensuel 1 activité : 15 € Prendre un tapis, une serviette, une gourde et des chaussures propres.	Stéphanie MARTINEZ +33 6 49 24 48 00 47.m.stephanie@gmail.com Facebook : Steph Pro ou Casti Gym	
	Pilates		Mardi	20h - 20h45			
	Zumba		Mercredi	19h15 - 20h			
	Full Body		Jeudi	20h - 20h45			
	Tabata extérieur		Samedi	19h15 - 20h			8h30 - 9h30
	Tabata intérieur						
	Zumba						
Gym sénior							
GÉNÉRATION MOUVEMENT – LOUS CADENAÏRES - Entretien physique Salle des Fêtes 47330 LALANDUSSE		Adultes	Mercredi	14h30 - 15h30	Cotisation annuelle : 7,50€ pour 2022 et 15€ pour 2023	Monique FERRANTE +33 5 53 36 87 08 monique.ferrante47@gmail.com	
FITNESS MJC MJC - Salle de danse 47150 MONFLANQUIN		-	Lundi Jeudi	10h - 11h	Cotisation sportive : 31€	Lynn ROHAN +33 5 53 71 20 25 / +33 6 41 15 87 07 lynn@hotmail.co.uk mjcmonflanquin@gmail.com	
ZUMBA MJC MJC - Salle de danse 47150 MONFLANQUIN		-	Mardi	19h45 - 20h45	Les 2 premières séances sont offertes.	Lucie DAUNIS +33 5 53 71 20 25 / +33 6 88 88 78 14 luciedaunis@yahoo.fr mjcmonflanquin@gmail.com	
GYM FORME LOISIR MONFLANQUIN 47150 MONFLANQUIN	Gymnase de Coulon	Enfants à partir de 2 ans.	Tous les jours sauf samedi (Gym aux agrès filles et garçons et gym rythmique)		Se renseigner, places limitées	Cotisation annuelle : 110€ à 125€	
		Adulte (Renforcement musculaire)	Jeudi	18h30 -19h30	Cotisation annuelle : 75€ et 4€ la séance 1 ^{er} cours gratuit.	Fabienne LEFAY +33 6 60 36 11 06 fabylefay@hotmail.fr Lucie DAUNIS +33 6 88 88 78 14 luciedaunis@yahoo.fr gymformeloisirmonflanquin@gmail.com Facebook: GFL Monflanquin <i>Journée découverte le 1er septembre.</i>	
	Salle de Boxe	Gym méthode Pilates	Mardi Vendredi	10h -11h			

GYMNASTIQUE VOLONTAIRE PAILLOLAISE Salle Polyvalente 47440 PAILLOLES (page	Pilates	Lundi	17h30	Non communiqué	Maïthé ODEN +33 6 79 42 96 15 ou +33 53 01 23 71 marie-therese.oden@orange.fr
	Gym & renforcement musculaire	Mercredi	19h30		
KEEP FIT Centre culturel des Rivièrettes 47210 VILLERÉAL	Zumba	Lundi	9h30 - 10h30	1 ^{ère} séance découverte offerte	Laurence YVEN +33 6 38 68 24 58 coachsportif.ly@gmail.com
	Strechball	Lundi	10h30 - 11h30		
	Keepsculpt	Jeudi	9h30 - 10h30		
CESS PILATES - Pilates Dojo du gymnase des Rivièrettes 47210 VILLERÉAL	Adulte	Jeudi	19h30	225€/ an ou 75€/ trimestre	Cécile RAISE +33 6 50 37 56 62 cess.pilates78@gmail.com https://www.cess-pilates.fr/
DANSE	Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'entraînement(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
STUDIO DANSE CANCON Salle de danse Marie-Claire 47190 CANCON	Cours du lundi au vendredi à partir de 4 ans (voir planning sur le site https://bit.ly/coeurdebastides-studiodansecancon) Line dance, Step, Stretching/Relaxation, Gym douce, Class'danse, Jazz, Éveil corporel, Latin 'Hop, Rythmo latino, et Barre à terre. NOUVEAU : Zumba Party tous les premiers jeudis du mois (5€)			Mineurs : 50 € par trimestre Majeurs : 55 € par trimestre	Annick CERA +33 6 79 98 34 57 studiodansecancon@hotmail.fr
ÉCOLE DE DANSE BÉATRIX HIBERT Côte des Fontaines, au-dessus de la salle de judo 47330 CASTILLONNÈS	Tous niveaux (classique, Modern 'jazz)	Mercredi	17h - 21h	38€/mois, cours illimités	Béatrix HIBERT +33 6 80 57 14 13 / +33 5 53 36 81 61 beatrixhibert@yahoo.fr Début des cours le 3/09.
		Samedi	14h - 20h		
CLUB DE DANSE ÉCOSSAISE Salle des Fontaines 47330 CASTILLONNÈS	Tous niveaux	Un jeudi sur deux	17h30 - 19h30	Cotisation annuelle : 25€	Alan CALDER /+33 5 53 93 14 60 calders47@gmail.com ANNE SLATER / +33 5 53 36 09 51 slaterbrianne@orange.fr Début des cours le 8 septembre.
TROUBADOURS DE GUYENNE Salle du jumelage, Rue Saint-James 47210 VILLERÉAL	De 7 à 99 ans (danses et chants traditionnels)	Vendredi (tous les 15 jours)	21h - 23h	2 Séances découverte gratuite	Laurent BENNE +33 6 74 60 31 52 / +33 5 53 36 62 18 laurent.benne@aliceadsl.fr

SAUVETAT COUNTRY 47 Salle des fêtes 47150 LA-SAUVETAT-SUR-LÈDE	Tous niveaux	Mardi	19h – 22h	Cotisation annuelle : 50€ Ou 15€ pour les 7/14 ans. Les 4 premiers cours sont gratuits.	Éric DAL-CORSO +33 7 78 20 73 94 sauvetatcountry47@gmail.com http://sauvetatcountry.e-monsite.com/
OBJECTIF DANSE « Viale-Bas » 47210 VILLERÉAL	Cours hebdomadaires avec 5 professeurs formés dans chaque discipline. Dès 4 ans : moderne découverte, claquettes américaines Des 6 ans: classique, moderne, accro, hip-hop Dès 12 ans: dance hall Dès 14 ans: expérimental Cours adultes: afro mouv, danse africaine (doum doum danse et danse tradi), stretch tonic, moderne, hip-hop, dance hall, claquettes américaines, street jazz girly. Voir le planning sur leur site ou sur https://www.coeurdebastides.com/fr/fiche/2674/objectif-danse			Non précisé. Tarif dégressif selon le nombre de cours.	Sylvie CLAUDE +33 7 86 97 15 05 objectifdanse47@gmail.com Facebook : Objectif Danse https://objectifdanse.wixsite.com/objectifdanse <i>Portes ouvertes du 19/09 au 02/10 (réservation obligatoire).</i>
COMPAGNIE AKOR'DANSE - FOYER RURAL Salle des Rivierettes 47210 VILLERÉAL	Danse	Mercredi	14h - 19h	150€ la licence (assurance comprise) Séance d'initiation offerte	Nicole RAYMOND +33 6 80 47 47 08 foyerruralvillereal@gmail.com Facebook : Akor 'Danse
	Gym	Jeudi	16h30 - 20h		
	Danse et gym	Vendredi	18h30 - 22h		
	Danse - avancé Gym enf.et ados	Samedi	13h30 - 15h30		
MUSIQUE ET CHANT	Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'activité(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
	CHORALE MÉLI-MÉLO Maison des associations 47190 CANCON	Tous âges	Samedi	10h - 12h	Cotisation annuelle : 30 €
ÉCOLE DE MUSIQUE INTERCOMMUNALE Cancon, Castillonès, Monflanquin	Tous publics	Contacter pour les horaires ou voir site internet.		Disponibles dans le dossier d'inscription, téléchargeable sur le site internet.	Édouard KONIECZNY +33 6 71 75 48 32 e4cbastides47@gmail.com Edouard.konieczny@ccbastides47.com https://e4cbastides47.wixsite.com/mysite

ACTIVITÉS LUDIQUES ET ARTISTIQUES

COURS DE LANGUES	Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'activité(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
COURS D'ANGLAIS MJC Rez-de-chaussée 47150 MONFLANQUIN	Niveau intermédiaire	Mardi	18h30 - 19h45	Cotisation annuelle : 22€	Margaret CHRUSZCZ +33 5 53 71 20 25 / +33 6 26 83 12 92 margaret@bouye.eu mjcmonflanquin@gmail.com
FRANÇAIS LANGUE ÉTRANGÈRE MJC 1er étage 47150 MONFLANQUIN	Tous niveaux	À définir selon niveau	-	Cotisation annuelle : 22€	Sophie CARLIER +33 5 53 71 20 25 / +33 6 04 46 91 98 sophica47@gmail.com mjcmonflanquin@gmail.com
LA FORGE DE PAULHIAC - Français langue étrangère La Forge 47150 PAULHIAC	Tous niveaux	Mardi & Jeudi Lundi en option	14h30 14h30	Non précisé	Cath FOX +33 6 49 57 82 62 cathfox2@hotmail.com
ACTIVITÉS MANUELLES	Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'activité(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
ACTIVITÉS ET LOISIRS Rue nationale 47290 CANCON	Adultes - Seniors (jeux et couture)	Mardi Mercredi (plus spécialement réservé à la couture et au tricot) Jeudi	14h - 16h30	Cotisation : 20€	Pierrette FORBRAS +33 6 47 53 60 19 aalcancon@gmail.com
SOLEIL DE MAI 3 avenue de l'hirondelle - N21 47330 CASTILLONNÈS	Enfant, adulte, famille	Ateliers de fabrication artisanale sur demande : cosmétique, savon, bougie.		Tarif variable selon les ateliers	Delphine VAN HOOREN +33 6 10 63 04 07 savonnerie@soleil-de-mai.fr
GÉNÉRATION MOUVEMENT - LOUS CADENAÏRES - Loisirs créatifs Salle des Fêtes 47330 LALANDUSSE	Adulte - Seniors	Jeudi	14h30 - 17h	Cotisation annuelle : 7,50€ pour 2022 et 15€ pour 2023	Monique FERRANTE +33 5 53 36 87 08 monique.ferrante47@gmail.com

« Les œuvres d'arts : un sujet de discussion » MJC 47150 MONFLANQUIN	-	Le 1 ^{er} mercredi du mois de Septembre à Avril (sauf Janvier : le 11/01)	19h	Cotisation : 22 €	Ruth DENT +33 5 53 71 20 25 / +33 7 55 11 65 40 ruth@ruthdent.com mjcmonflanquin@gmail.com
POTERIE MJC Salle de poterie, Rue Saint-Pierre 47150 MONFLANQUIN	-	Mercredi	10h - 12h		Françoise FAURIE +33 5 53 71 20 25 / +33 5 53 36 32 22 mjcmonflanquin@gmail.com coisefaurie@gmail.com
EXPRESSION CRÉATIVE COULEURS & FICELLES MJC 2 ^{ème} étage 47150 MONFLANQUIN	Enfants	Mercredi	10h - 12h	Cotisation : 22 € + 10 € / séance	Anne CANTIN +33 5 53 71 20 25 / +33 7 86 12 97 75 lateliersutra@gmail.com mjcmonflanquin@gmail.com
THÉÂTRE - CINÉMA	Catégorie/Tranche d'âge	Jour(s) d'activité(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
THÉÂTRE MJC Salle d'Aquitaine 47150 MONFLANQUIN	-	Mardi	20h30	Cotisation annuelle : 22€	Colette CORGE +33 5 53 71 20 25 / +33 6 66 57 82 44 mjcmonflanquin@gmail.com colette.corge@gmail.com
JEUX DE SOCIÉTÉ	Catégorie/Tranche d'âge	Jour(s) d'activité(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
CLUB DE LONGUEVIE - petit loto Club de Longuevie 47330 CASTILLONNÈS	Seniors	Mercredi	14h	Cotisation annuelle : 15€	Liliane HUGUET +33 5 53 36 89 11
DÉTENTE ET AMITIÉS - Jeux Presbytère, Rue du Marché 47330 CASTILLONNÈS	Seniors	Scrabble	14h	Cotisation annuelle : 15 € Contacter pour les informations	Michèle PATRAS +33 5 53 36 81 98
		Couture	14h30		
GÉNÉRATION MOUVEMENT - LOUS CADENAÏRES - Jeux Salle des Fêtes 47330 LALANDUSSE	Adulte - Senior	Mercredi	15h30 - 17h30	Cotisation annuelle : 7,50€ pour 2022 et 15€ pour 2023	Monique FERRANTE +33 5 53 36 87 08 monique.ferrante47@gmail.com
BRIDGE MJC, Salle du rdc 47150 MONFLANQUIN	-	Lundi	14h - 17h30	Cotisation annuelle : 22€	Patrick WEICK +33 5 53 71 20 25 / +33 5 53 36 46 82 / +33 6 31 26 24 33

SCRABBLE MJC - Salle 1 ^{er} étage 47150 MONFLANQUIN	-	Mercredi	13h45 – 18h30	Cotisation annuelle : 22€	weick.pmh@orange.fr mjcmonflanquin@gmail.com
CLUB DU SOURIRE Salle du Club, 35 rue du Dropt 47210 VILLERÉAL	Seniors	Danse les 2 ^{èmes} et 4 ^{èmes} lundis du mois	14h	Cotisation annuelle : 13€	Lucrette WADOWSKI +33 5 53 36 70 44
		Belote le jeudi	14h		
Petit loto le vendredi		14h			
Salle des Fêtes 47210 RIVES		Belote le 1 ^{er} mercredi du mois	D'octobre à mai		
AUTRES ACTIVITÉS	Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'activité(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
LCS NATURE EVASION 47150 GAVAUDUN	Tous publics et tous niveaux.	Multiplés activités de pleine nature : spéléologie, descente en rappel, canoë, tir à l'arc, tyrolienne et installations suspendues avec des animateurs diplômés. Partenariat avec le musée Bernard Palissy de Saint-Avit. Ouvert pendant les vacances scolaires d'Avril à Octobre, sur réservation.		Contactez pour les tarifs particuliers ou groupes.	Guy MORALA +33 6 76 56 40 49 Michael LAPEYRE +33 6 24 76 96 08 natureevasion@aol.com
MONBAHUS POUR TOUS Salle de l'association, Rue du Fort 47290 MONBAHUS	1 ^{er} mercredi	Initiation Line Dance		Cotisation annuelle : 10 euros	Corinne VALLÉE +33 6 25 89 67 29 monbahuspourtous@gmail.com www.facebook.com/monbahus.pourtous
	3 ^{ème} mercredi	Atelier conversation Français/Anglais			
	4 ^{ème} mercredi	Divers ateliers : langue des signes, gestes des 1 er secours, initiation au yoga, etc...			
	1 dim./mois	Randonnée pédestre			
	Dimanche	Jeux de société, cartes, etc. (14h-18h)			
COMMUNAUTÉ DE COMMUNES DES BASTIDES EN HAUT AGENAIS PÉRIGORD Born, Cancon, Castillonnès, Monflanquin et Villeréal.		4 structures d'Accueil de Loisirs (ALSH) à Born, Cancon, Castillonnès et Monflanquin. 2 structures d'Accueil de Loisirs pour adolescents (ALSH) à Monflanquin et Villeréal. 10 structures d'Activités de Loisirs Périscolaires (ALP).		Non précisé	+33 5 53 49 55 80 Plus d'informations sur : https://www.ccbastides47.com/
ÉCLATS VACANCES NATURE 7 côte Saint-Michel 47210 VILLERÉAL		Espace de vie intergénérationnel : organisation de moments conviviaux autour de différents thèmes, ateliers participatifs, permanences diverses.		Non précisé	+33 5 53 40 34 55 eclatsvacancesnature@gmail.com https://www.vacancesnature.org/eclats-1/

RÉSEAUX NUMÉRIQUES - MÉDIATHÈQUES - BIBLIOTHÈQUES

RÉSEAU NUMÉRIQUE - MÉDIATHÈQUE -	Services		Contact
ESPACE NUMÉRIQUE Maison d'activité 47210 SAINT-EUTROPE-DE- BORN	Accès internet, ateliers informatiques. Contacter pour les jours d'ateliers.		Alésia CAUDRON +33 5 53 01 27 23 espace_numerique@outlook.com
ESPACE NUMÉRIQUE Rue Saint-James 47210 VILLERÉAL	Accès internet, ateliers informatiques, généalogie, infographie. Contacter pour les jours d'ateliers.		Irène PASQUALIN +33 5 53 01 78 16 gacv47@gmail.com / Facebook : GACV - Espace Numérique
RÉSEAU DE BIBLIOTHÈQUES & MÉDIATHÈQUES EN BASTIDES HAUT AGENAIS PÉRIGORD Nouveaux horaires dès le 5 Septembre. Points de lecture à Gavaudun, La Sauvetat-sur-Lède, Le Laussou et Saint-Quentin du Dropt. Les personnes empêchées ou à mobilité réduite peuvent demander une livraison à domicile.	CANCON , Place Centrale	Lundi : 10h - 12h Mardi – Jeudi – Vendredi : 15h30 – 19h30 Mercredi : 9h - 18h Samedi : 10h – 17h	+33 5 53 70 41 12
	CASTILLONNÈS , 18 Rue des anciens combattants	Mardi : 9h - 12h30 Mercredi : 14h - 18h30 Samedi : 9h - 12h30	+33 5 53 01 75 33
	MONBAHUS , Mairie	Mercredi : 9h - 18h Samedi : 9h - 12h30	+33 5 53 70 96 15
	MONFLANQUIN , 16 Rue Sainte-Marie	Mercredi : 9h - 18h Jeudi : 9h - 13h Samedi : 10h - 17h	+33 5 53 36 54 31
	VILLERÉAL , Boulevard Bernard Palissy	Mercredi : 14h - 18h30 Samedi : 9h - 13h	+33 5 53 36 01 24
	SAINT-EUTROPE-DE-BORN , Bourg de Born	Mercredi et Vendredi : 14h - 18h	+33 5 53 36 65 89

Ces informations sont susceptibles d'être modifiées au cours de l'année, en fonction de l'évolution de la situation sanitaire actuelle, des conditions d'utilisation des locaux municipaux et des décisions ministérielles.

Dernière mise à jour le 25/08/2022.

Si vous souhaitez paraître dans l'édition 2023, merci de bien vouloir nous envoyer vos calendriers sportifs et culturels avant le 31/07/2023 par e-mail à contact@coeurdebastides.com