

# Esprit Sud Périgord

## GUIDE DES ACTIVITÉS À L'ANNÉE

SAISON 2023-2024

*Organisées par les associations*



+33 5 53 36 40 19 | [contact@coeurdebastides.com](mailto:contact@coeurdebastides.com)

[www.coeurdebastides.com](http://www.coeurdebastides.com)  

# FORUMS DES ASSOCIATIONS

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

VILLE	LIEU	DATE
CANCON	Locaux des associations	Dimanche 10 Septembre 2023 de 10h à 16h
CASTILLONNÈS	Salle des lotos, Avenue Alphonse de Poitiers	Samedi 9 Septembre 2023 de 14h à 17h
MONTAURIOL	Mairie	Samedi 9 septembre 2023 de 14h à 17h
VILLERÉAL	Place du 19 Mars 1962 (La Poste)	Samedi 9 Septembre 2023 de 8h30 à 12h30

Ce guide présente les associations proposant des activités à l'année. Pour plus d'informations sur les activités de nos partenaires privés, ou autres associations, consultez notre site

[coeurdebastides.com](http://coeurdebastides.com)

(rubrique Infos pratiques > Associations sportives & culturelles).

## 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 Babys	Mercredi	15h30 – 16h30	Non précisé	<b>Aurore PINCHON</b> +33 6 73 91 88 38 <a href="mailto:pinchon.aurore@orange.fr">pinchon.aurore@orange.fr</a> <a href="https://boudybc.fr/">https://boudybc.fr/</a> Facebook : Boudy Basket Club  Entraînements à partir du 4/09.  Inscriptions de 17h30 à 20h30 du 04/09 au 08/09 ainsi que les mercredis 06/09 et 13/09 de 14h à 19h30. Planning valable jusqu'au 15/09 et susceptible d'ajustements.
	U9 Mixtes	Mercredi Jeudi	14h – 15h30 17h30 – 19h		
	U11 Mixtes	Lundi Mercredi	17h30 – 19h 16h30 – 18h		
	U13 Garçons	Mardi Vendredi	19h – 20h30 17h30 – 19h30		
	U13 Filles	Lundi Mercredi	19h – 20h 18h – 19h30		
	U15 Garçons	Mardi Jeudi	17h30 – 19h 19h – 20h30		
	Loisirs mixtes	Lundi	20h30 – 22h30		
	RM2	Mardi	20h30 – 22h30		

<b>Suite BOUDY BASKET CLUB (p.2)</b>	Basketrythmique	Mercredi	19h30 – 20h30			
	DM2	Mercredi	20h30 – 22h30			
	DF2	Vendredi	19h – 20h30			
	RM2	Vendredi	20h30 – 22h30			
<b>AMICALE LOISIRS CASTILLONNÈS BASKET</b> Gymnase plaine des sports 47330 CAHUZAC	Éveil mixte (3-5 ans)	Samedi	10h - 10h30	60 €	<b>Gautier DORSEMAINE</b> +33 6 01 26 13 39  <b>Caroline BAZZOLI SAEZ</b> +33 6 72 82 21 45  <a href="mailto:alcastillonnesbasket@gmail.com">alcastillonnesbasket@gmail.com</a> Facebook : ALCB	
	U7 mixte	Mercredi	13h45 – 15h15	65 €		
	U9 garçons	Entente avec le club de Boudy-de-Beauregard				
	U9 filles	Lundi	17h - 18h30	70 €		
	U11 garçons	Entente avec le club de Boudy-de-Beauregard				
	U11 Filles	Mardi Mercredi	17h - 18h30 15h30 - 17h	75 €		
	U13 Filles	Mardi Jeudi	18h30 - 20h 17h30 - 19h	80 €		
	U15 Filles	Mercredi Vendredi	17h - 18h30 17h30 - 19h	85 €		
	U18 Filles	Mercredi Vendredi	17h - 18h30 18h30-20h	90 €		
	Séniors Filles Régional 2 et Départemental 2	Lundi Vendredi	18h30 – 20h 20h – 21h30	95€		
	Loisirs Hommes	Lundi	20h – 21h30	75 €		
Loisirs Femmes	Jeudi	19h30 – 21h	75 €			
<b>BASKET Loisir MJC</b> Gymnase 47150 MONFLANQUIN	Adulte	Jeudi	19h30 - 21h30	Cotisation sportive : 31€	<b>David LAMBOTIN</b> +33 6 27 20 26 41 <a href="mailto:mjcmonflanquin@gmail.com">mjcmonflanquin@gmail.com</a> <a href="mailto:maclamb_85@hotmail.com">maclamb_85@hotmail.com</a>	
<b>FOOTBALL</b>	<b>Catégorie/ Tranche d'âge</b>	<b>Jour(s) d'entrainement(s)</b>	<b>Horaires</b>	<b>Tarif(s)</b>	<b>Contact</b>	
<b>ASSOCIATION SPORTIVE CASTILLONNÈS, CAHUZAC, LALANDUSSE</b> Plaine des sports 47330 CAHUZAC	École de football (6-13ans) / U6/U7, U8/U9, U10/U11, U12/U13, U14/U15, Séniors, Féminines		Non précisé		<b>Mathieu BILLOIR</b> +33 7 61 65 37 19	

<b>FOOTBALL CLUB CANCON</b> Stade « Lagatte » 47190 CANCON	U6/U7 et U8/U9	Mercredi	14h - 15h30	Licence : 45 €	<b>Gaël ANDRÉ</b> +33 6 84 42 62 71  <b>Loïc BASTIDE</b> +33 6 79 28 21 58  <a href="mailto:542309@lfaquitaine.fr">542309@lfaquitaine.fr</a> Facebook : FC Cancon  Début des entrainements le 10 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	Licence : 70 €			
Séniors			20h30 - 22h		
<b>ASSOCIATION SPORTIVE MONBAHUSIENNE FOOTBALL</b> Mairie 47290 MONBAHUS	U6 à U18 et Séniors filles et garçons	Non précisé Période : août à juin		Licence jeunes : 40€ Licences filles, garçons, vétérans : 60€	<b>François MARCOMINI</b> +33 6 31 55 63 13 <a href="mailto:francois.marcomini@sfr.fr">francois.marcomini@sfr.fr</a>
<b>FOOTBALL MONFLANQUIN</b> Stade Mondésir 47150 MONFLANQUIN	U7	Mercredi	14h - 15h30	70€	<b>Alain MARTINAUD</b> +33 6 17 46 69 12 <a href="mailto:amartinaud47@gmail.com">amartinaud47@gmail.com</a>  <b>Marc COGNET</b> +33 6 49 30 46 83 <a href="mailto:lmhotep.marc@live.fr">lmhotep.marc@live.fr</a> <a href="mailto:monflanquin.fc@laposte.net">monflanquin.fc@laposte.net</a>  <b>Hervé LIABASTRE</b> +33 6 14 23 25 37  Facebook : Monflanquin FC
		Samedi	10h - 12h		
	U9	Mercredi	15h30 - 17h		
		Samedi	10h - 12h		
	U11	Mardi et Jeudi	18h - 19h30		
	U13, U15 et U17	Mercredi et Vendredi	18h - 19h30		
	Féminines	Mardi et Vendredi	20h - 21h30		
Séniors	Mercredi et Vendredi	20h - 21h30			
Vétérans	Lundi et Vendredi	19h30 - 21h	90€		
<b>US VILLERÉALaise</b> « Laplagne » 47210 VILLERÉAL	Jeunes de 5 à 13 ans	Mercredi  Samedi (plateaux)	17h à 19h  10h	Licence : 50€	<b>Philippe DE PAUW</b> +33 6 43 57 53 90  <b>Thomas GASSELING</b> +33 6 30 11 18 33 <a href="mailto:533613@lfaquitaine.fr">533613@lfaquitaine.fr</a>  Facebook : USV Football Officiel

<b>HANDBALL</b>	<b>Catégorie/ Tranche d'âge</b>	<b>Jour(s) d'entraînement(s)</b>	<b>Horaires</b>	<b>Tarif(s)</b>	<b>Contact</b>
<b>HANDBALL CLUB CANCONNAIS</b> Gymnase 47190 CANCON	Baby-Hand (3/5 ans) Moins de 9 ans Moins de 11 ans Moins de 15 ans Séniors	Entraînements les mercredi et/ou le samedi Match le weekend.		Entre 45€ et 95€ selon les catégories.	<b>Coralie SEYLER</b> +33 6 76 65 23 60 <a href="mailto:handballclubcancon@gmail.com">handballclubcancon@gmail.com</a> Facebook : Hand Cancon
<b>RUGBY</b>	<b>Catégorie/ Tranche d'âge</b>	<b>Jour(s) d'entraînement(s)</b>	<b>Horaires</b>	<b>Tarif(s)</b>	<b>Contact</b>
<b>École de rugby - ENTENTE 4 CANTONS</b> Rotations sur les terrains de Cancon, Castillonnès, Monflanquin et Villeréal	U6 (3-5 ans)	Samedi - Villeréal	10h	Licence : 50€	<b>Théo RODES</b> +33 6 31 58 46 27 <a href="mailto:4cantonsbhap@gmail.com">4cantonsbhap@gmail.com</a>
	U8 (6-7 ans)	Samedi - Villeréal	10h	Licence : 80€ (Première : 50€)	
	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		
<b>Féminines 4 cantons BHAP</b> Rugby Féminin Stade Michel Royer, 47190 CANCON  Stade de Coulon, 47150 MONFLANQUIN	Cadettes Féminines (de 15 à 18 ans)	Mercredi (Monflanquin)	18h	Licence gratuite	<b>Mathias BELVÈS</b> +33 7 78 24 11 90 <a href="mailto:mathias.belves@sfr.fr">mathias.belves@sfr.fr</a> Facebook : 4 Cantons BHAP Rugby Féminin <b>Constance PASTOR</b> +33 6 89 91 60 73 <a href="mailto:4c.feminines@gmail.com">4c.feminines@gmail.com</a>
		Vendredi (Cancon)	19h30		
	Séniors Féminines	Mardi (Monflanquin)	19h30		
		Vendredi (Cancon)			
<b>4 Cantons BHAP</b> Rotation sur les terrains de Cancon, Castillonnès, Monflanquin et Villeréal.	Seniors fédéral 18 et plus Seniors régional 18 et plus	Mardi et vendredi Mercredi	19h30 - 21h 19h - 20h	Non précisé	<b>Adrien BOISSERIE</b> +33 6 48 37 52 33 <a href="mailto:4cantonsbhap@gmail.com">4cantonsbhap@gmail.com</a> <a href="http://www.4cantonsbhap.fr">www.4cantonsbhap.fr</a> Facebook : 4 Cantons BHAP

<b>SPORTING CLUB SAINT-AUBIN</b> Lieu-dit « Paloque » 47150 SAINT-AUBIN	De 5 à 50 ans	Mercredi Vendredi	20h	Licence gratuite	<b>Laurent LIMES</b> +33 6 21 05 76 49 <a href="mailto:laurent.limes@gmail.com">laurent.limes@gmail.com</a> <b>Nicolas JOSÉ</b> +33 6 37 66 70 20
---	---------------	----------------------	-----	------------------	---

## SPORTS INDIVIDUELS

ATHLÉTISME		Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'entraînement(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
<b>MONFLANQUIN ATHLÉTIC CLUB 47</b> Stade de Coulon 47150 MONFLANQUIN		Adultes	Mercredi	18h30 – 20h	Non précisé	<b>Laurent DAROT</b> +33 6 08 35 07 54 <b>Patrice MARQUIS</b> +33 6 81 36 98 81 <a href="mailto:macmonflanquin@gmail.com">macmonflanquin@gmail.com</a>
ARTS MARTIAUX		Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'entraînement(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
<b>KARATÉ CLUB CASTILLONNÈS</b> Dojo, Salle de Karaté 47330 CASTILLONNÈS		Tous âges	Mardi Jeudi	18h	Non précisé	<b>Michel BEAUVAIS</b> +33 7 60 44 03 77 <a href="mailto:cbeaumick@aol.com">cbeaumick@aol.com</a>
<b>PASSION DU JAPON 47 - Aïkido</b> 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	<b>Julien DUCHIRON</b> +33 6 17 98 26 29 / +33 5 53 40 03 93 <a href="mailto:julienduchiron@hotmail.fr">julienduchiron@hotmail.fr</a> Facebook : Passion du Japon 47
<b>ARTS MARTIAUX DES 4 CANTONS</b> 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	<b>Christophe COLLIGNON</b> +33 6 80 99 94 89 <a href="mailto:collignon-christophe@wanadoo.fr">collignon-christophe@wanadoo.fr</a>
		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	55€ cotisation et licence de Taïso	

<b>Suite ARTS MARTIAUX DES 4 CANTONS</b>	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		
<b>BADMINTON</b>		<b>Catégorie/ Tranche d'âge</b>	<b>Jour(s) d'entraînement(s)</b>	<b>Horaires</b>	<b>Tarif(s)</b>	<b>Contact</b>
<b>BADMINTON</b> Salle multi-activités 47290 CANCON		Tous âges	Non précisé. Jeu en double et apprentissage par les plus anciens. Tennis de table pendant les vacances à Beaugas sinon club à Monflanquin.		Cotisation : 60€	<b>Jean-Marc HUGUET</b> +33 6 66 76 74 05 <a href="mailto:jmhl@neuf.fr">jmhl@neuf.fr</a>
<b>BOXE</b>		<b>Catégorie/ Tranche d'âge</b>	<b>Jour(s) d'entraînement(s)</b>	<b>Horaires</b>	<b>Tarif(s)</b>	<b>Contact</b>
<b>SBFM Boxe Française</b> Salle de boxe, Place du 8 mai 1945 47150 MONFLANQUIN		Adultes	Mardi Jeudi	19h - 21h	Inscriptions le 16/09 de 15h à 17h30 à la salle de boxe.	<b>Patrick NICOLAS</b> +33 6 42 86 39 13 <a href="mailto:patrick.nicolas47@wanadoo.fr">patrick.nicolas47@wanadoo.fr</a>
		Jeunes Adultes	Samedi	15h30 - 17h 17h - 19h		
<b>DANSE</b>		<b>Catégorie/ Tranche d'âge</b>	<b>Jour(s) d'entraînement(s)</b>	<b>Horaires</b>	<b>Tarif(s)</b>	<b>Contact</b>
<b>MONBAHUS POUR TOUS</b> Salle de l'association, Rue du Fort 47290 MONBAHUS		Tous âges	Line Danse tous les lers mercredis du mois	Niveau 1 : 19h – 20h Niveau 2 : 20h – 21h	Cotisation annuelle : 10€	<b>Corinne VALLÉE</b> +33 6 25 89 67 29 <a href="mailto:monbahuspourtous@gmail.com">monbahuspourtous@gmail.com</a> <a href="https://www.facebook.com/monbahuspourtous">www.facebook.com/monbahuspourtous</a>
		Adultes	Danse à deux tous les jeudis : Bachata, Salsa, Cha Cha, Rock	19h		

<b>STUDIO DANSE CANCON</b> Salle de danse Marie-Claire 47190 CANCON	Cours du lundi au samedi (sauf jeudi) à partir de 4 ans (voir planning sur le site <a href="https://bit.ly/coeurdebastides-studiodansecancon">https://bit.ly/coeurdebastides-studiodansecancon</a> ) Jazz, latino, line danse, step, yin yoga, éveil corporel, initiation jazz... Reprise des cours le 25/09.		Non précisé	+33 6 16 85 15 37 <a href="mailto:studiodansecancon@hotmail.fr">studiodansecancon@hotmail.fr</a>
<b>DomMaCoChaThé</b> Salle de Carbonnier 47330 CASTILLONNÈS	Country de 10 à 99 ans	Mercredi	Initiation de 19h à 20h Perfectionnement de 20h45 à 21h15	Adhésion annuelle : 15€ + 12€/mois <b>Dominique WINDELS</b> +336 58 93 74 04
<b>ÉCOLE DE DANSE BÉATRIX HIBERT</b> Côte des Fontaines, au-dessus de la Salle de judo 47330 CASTILLONNÈS	Tous niveaux (classique, Modern 'jazz) à partir de 6 ans	Samedi et mercredi après-midi (de septembre à juin) Gala en fin d'année.		39€/mois, cours illimités <b>Béatrix HIBERT</b> +33 6 80 57 14 13 / +33 5 53 36 81 61 <a href="mailto:beatrixhibert@yahoo.fr">beatrixhibert@yahoo.fr</a>
<b>CLUB DE DANSE ÉCOSSAISE</b> Salle des Fontaines 47330 CASTILLONNÈS	Tous niveaux	Un jeudi sur deux Du 7/09 jusqu'à fin mai. Danses traditionnelles souvent en set de 2 ou 4 couples.	17h30 - 19h	Cotisation annuelle : 25€ Première séance offerte. <b>Alan CALDER</b> +33 5 53 93 14 60 +33 6 88 03 03 93 <a href="mailto:calders47@gmail.com">calders47@gmail.com</a> <a href="mailto:slaterbrianne@orange.fr">slaterbrianne@orange.fr</a>
<b>AMICALE MONTAURIOLAISE</b> Salle des fêtes MONTAURIOL	Danse contemporaine et expression corporelle : Enfants de 6 à 16 ans	Vendredi De septembre à juin	17h30 - 19h30	Adhésion 5€ + Cotisation annuelle : 30€ Le montant de la cotisation est dégressif dès deux personnes du même foyer. Le règlement peut être échelonné. Premier cours découverte gratuit. <b>Éliane</b> +33 6 62 37 57 96 <a href="mailto:amicalemontauriolaise@gmail.com">amicalemontauriolaise@gmail.com</a>
	Danse traditionnelle : Polka, Scottish, Valse, Bourrée...	Mardi De septembre à juin	18h30 - 20h30	Adhésion 5€ <b>Hélène ou Roger ROUILLIER</b> +33 6 79 03 55 78 +33 6 52 91 98 57 <a href="mailto:amicalemontauriolaise@gmail.com">amicalemontauriolaise@gmail.com</a>



<b>ZUM &amp; LINE</b> Salle des fêtes 47210 PARRANQUET	Adultes	Mercredi : Danse en ligne sur musique pop.	19h30 - 21h		<b>Jocelyne DANGREMONT</b> +33 6 48 87 82 67 <b>Manon MONJALES</b> +33 6 86 08 60 77 <a href="mailto:manon.monjales@orange.fr">manon.monjales@orange.fr</a> Cours du 06/09/23 au 26/06/24.
<b>SAUVETAT COUNTRY 47</b> Salle des fêtes – route du 31 janvier 1852 47150 LA-SAUVETAT-SUR-LÈDE	Trois niveaux, à partir de 7 ans	Mardi De septembre à juin	De 19h à 21h30 selon niveau.	Cotisation annuelle : 50€	<b>Éric DAL-CORSO</b> +33 7 78 20 73 94 <a href="mailto:eric.dalcorso@sfr.fr">eric.dalcorso@sfr.fr</a> <a href="http://sauvetatcountry.e-monsite.com/">http://sauvetatcountry.e-monsite.com/</a>
<b>TROUBADOURS DE GUYENNE</b> Salles municipales 47210 VILLERÉAL	De 7 à 99 ans	Vendredi (tous les 15 jours) : danses, musique et chants traditionnels Occitans.	21h - 23h	3 Séances découverte gratuite	<b>Laurent BENNE</b> +33 6 74 60 31 52 <a href="mailto:laurent.benne@aliceadsl.fr">laurent.benne@aliceadsl.fr</a>
<b>OBJECTIF DANSE</b> « Viale-Bas » 47210 VILLERÉAL	Cours hebdomadaires avec 5 professeurs formés pour 11 disciplines : Classique, Moderne, Hip Hop, Claquettes, Expérimental, Dancehall, Street Jazz, Stretch Tonic, Percu corporelles, Percussions, Danse africaine, Doum Doum Danse.  Voir le planning sur leur site ou sur <a href="https://www.coeurdebastides.com/fr/fiche/2674/objectif-danse">https://www.coeurdebastides.com/fr/fiche/2674/objectif-danse</a>			Non précisé. Tarif dégressif selon le nombre de cours.	<b>Sylvie CLAUDE</b> +33 7 86 97 15 05 <a href="mailto:objectifdanse47@gmail.com">objectifdanse47@gmail.com</a> Facebook : Objectif Danse <a href="https://objectifdanse.wixsite.com/objectifdanse">https://objectifdanse.wixsite.com/objectifdanse</a> Portes ouvertes du 18/09 au 30/09 gratuit et sans engagement (réservation obligatoire).
<b>COMPAGNIE AKOR'DANSE - FOYER RURAL</b> Salle des Rivierettes 47210 VILLERÉAL	Danse et claquettes enfants et ados	Mercredi	14h - 19h	150€ la licence (assurance comprise) Séance d'initiation offerte	<b>Estelle TROUSSELLE</b> +33 6 80 47 47 08 <a href="mailto:foyerruralvillereal@gmail.com">foyerruralvillereal@gmail.com</a> Facebook : Akor'Danse  Demandes d'informations et inscriptions possibles à la salle de danse et de gym des Rivierettes les jeudi 07/09 dès 15h30 et samedi 09/09 dès 14h Reprise des cours le 13/09.
	Gym enfants et ados	Judi	16h30 - 20h		
	Danse et claquettes adultes	Vendredi	18h - 22h		
	Danse et claquettes avancé	Samedi	9h - 12h		
	Gym enfants et ados		14h - 15h30		

<b>ENTRETIEN PHYSIQUE - GYMNASTIQUE - FITNESS</b>		<b>Catégorie/ Tranche d'âge</b>	<b>Jour(s) d'entraînement(s)</b>	<b>Horaires</b>	<b>Tarif(s)</b>	<b>Contact</b>
<b>MONBAHUS POUR TOUS</b> Salle de l'association, Rue du Fort 47290 MONBAHUS		Gym douce	Dernier dimanche du mois	19h	Cotisation annuelle : 10€	<b>Corinne VALLÉE</b> +33 6 25 89 67 29 <a href="mailto:monbahuspourtous@gmail.com">monbahuspourtous@gmail.com</a> <a href="http://www.facebook.com/monbahuspourtous">www.facebook.com/monbahuspourtous</a>
<b>NC SPORT - Renforcement musculaire</b>	Salle de Judo 47290 CANCON	Tous âges	Jeudi	18h30 - 19h30 19h30 - 20h30	4€ la séance	<b>Nicolas CADDoux</b> +33 6 10 31 51 09 <a href="mailto:nc-sport@orange.fr">nc-sport@orange.fr</a>
	Sous la halle 47290 MONBAHUS		Lundi			
<b>KEEP FIT</b> Petite salle Côte des Fontaines, au- dessus du judo 47330 CASTILLONNÈS		FULL'DANSE	Lundi	19h - 20h	Non précisé.  Première séance offerte.	<b>Laurence YVEN</b> +33 6 38 68 24 58 <a href="mailto:coachsportif.ly@gmail.com">coachsportif.ly@gmail.com</a> Facebook : Keep'fit <b>Prendre un tapis, une serviette, une gourde et des chaussures propres.</b>  BODY STRECH : développements des muscles profond et assouplissement des articulations POWER'FIT : musculation collective FULL'DANSE : mix de plusieurs disciplines cardio-vasculaire : Aérobic, piloxing, Step, kick boxing, Tabata etc... ZUMBA : combinaison de danse latine et de fitness pour adultes KEEP-SCULPT : renforcement musculaire
				Body Stretch		
		POWER'FIT	Mardi (selon avancée des travaux sur le sol de la salle)	19h - 20h		
		ZUMBA		20h - 21h		
		Keep Sculpt	Vendredi	19h - 20h		
		Body Stretch		20h - 21h		
Salle Des Riviérettes 47210 VILLERÉAL		ZUMBA	Lundi	9h30 - 10h30		
		BODY STRETCH		10h30 - 11h30		
		KEEP-SCULP	Jeudi	9h30 - 10h30		
<b>GÉNÉRATION MOUVEMENT – LOUS CADENAÏRES</b> - Entretien physique Salle des Fêtes 47330 LALANDUSSE		Adultes	De septembre à juin		Cotisation annuelle : 14,50€	<b>Monique FERRANTE</b> +33 5 53 36 87 08 <a href="mailto:monique.ferrante47@gmail.com">monique.ferrante47@gmail.com</a>
<b>FITNESS MJC</b> MJC - Salle de danse 47150 MONFLANQUIN		-	Lundi Jeudi	10h - 11h	Cotisation sportive : 31€ + 2€/cours	<b>Lynn ROHAN</b> +33 6 41 15 87 07 <a href="mailto:lynn.rohan@hotmail.co.uk">lynn.rohan@hotmail.co.uk</a> <a href="mailto:mjcmonflanquin@gmail.com">mjcmonflanquin@gmail.com</a>

<b>ZUMBA MJC</b> MJC - Salle de danse 47150 MONFLANQUIN		Tous niveaux	Mardi	19h45 - 20h45	Cotisation sportive : 31€	<b>Lucie DAUNIS</b> +33 6 88 88 78 14 <a href="mailto:luciedaunis@yahoo.fr">luciedaunis@yahoo.fr</a> <a href="mailto:mjcmouflanquin@gmail.com">mjcmouflanquin@gmail.com</a>	
<b>GYM FORME LOISIR MONFLANQUIN</b> 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 : 130€ à 165€	<b>Fabienne LEFAY</b> +33 6 60 36 11 06 <a href="mailto:fabylefay@hotmail.fr">fabylefay@hotmail.fr</a>  <b>Lucie DAUNIS</b> +33 6 88 88 78 14 <a href="mailto:luciedaunis@yahoo.fr">luciedaunis@yahoo.fr</a> <a href="mailto:gymformeloisirmonflanquin@gmail.com">gymformeloisirmonflanquin@gmail.com</a> Facebook : GFL Monflanquin  Inscriptions le 06/09/2023 de 13h30 à 18h30.	
			Adulte (Renforcement musculaire)	Jeudi	18h30 -19h30		Cotisation annuelle : 75€ + 40€ la carte de 10 séances. 1 <sup>er</sup> cours gratuit.
	Salle de Boxe	Gym méthode Pilates	Mardi Vendredi	10h -11h			
<b>GYMNASTIQUE VOLONTAIRE PAILLOLAISE</b> Salle des fêtes 47440 PAILLOLES		Pilates	Lundi	17h30 – 18h30	Non communiqué	<b>Marie-France ALBAGNAC</b> +33 6 79 42 96 15 +33 53 01 23 71 +33 5 53 01 65 43	
		Gym & renforcement musculaire	Mercredi	19h30 – 20h30			
<b>ZUM &amp; LINE</b> Salle des fêtes 47210 PARRANQUET		Tous âges	Mardi (adultes) : renforcement musculaire et abdos, avec tapis. Jeudi (tous âges) : cardio et renforcement sur chorégraphie, type Zumba.		19h30 - 20h30	Cotisation annuelle : 60€ (plus de détails par téléphone).  Deux semaines de cours offerts pour découvrir les disciplines.	<b>Isabelle VIATEUR</b> +33 6 66 72 11 50 <a href="mailto:isabelle_viateur@orange.fr">isabelle_viateur@orange.fr</a> Cours du 19/09/23 au 27/06/24 (hors jours fériés et vacances scolaires).
<b>CESS PILATES - Pilates</b> Dojo du gymnase des Rivières 47210 VILLERÉAL		Adultes	Mardi Jeudi De septembre à juin hors vacances scolaires.	19h30	234€/an pour 1h/semaine ou 456€/an pour 2h/semaine ou 10€/cours. Payable en 3 fois.	<b>Cécile RAISE</b> +33 6 50 37 56 62 <a href="mailto:cess.pilates78@gmail.com">cess.pilates78@gmail.com</a> <a href="https://www.cess-pilates.fr/">https://www.cess-pilates.fr/</a>	

<b>MUSIQUE ET CHANT</b>	<b>Catégorie/ Tranche d'âge</b>	<b>Jour(s) d'activité(s)</b>	<b>Horaires</b>	<b>Tarif(s)</b>	<b>Contact</b>
<b>CHORALE MÉLI-MÉLO</b> Maison des associations 47190 CANCON	Tous âges	Samedi	10h - 12h	Cotisation annuelle : 30 €	<b>Pierre CHANUT</b> +33 6 88 79 76 80 <a href="mailto:pierre.chanut47@gmail.com">pierre.chanut47@gmail.com</a>
<b>DomMaCoChaThé</b> Salle de Carbonnier 47330 CASTILLONNÈS	Chant et guitare	Jeudi	15h - 16h30	Adhésion annuelle : 15€ + 12€/mois	<b>Dominique WINDELS</b> +33 6 58 93 74 04
<b>ÉCOLE DE MUSIQUE INTERCOMMUNALE</b> Cancon, Castillonnès, Monflanquin	Tous publics	Contacter pour les horaires ou voir site internet. 14 disciplines instrumentales, chorale, orchestre...		Disponibles dans le dossier d'inscription, téléchargeable sur le site internet.	<b>Édouard KONIECZNY</b> +33 6 6 60 03 72 23 <a href="mailto:e4cbastides47@gmail.com">e4cbastides47@gmail.com</a> <a href="https://e4cbastides47.wixsite.com/mysite">https://e4cbastides47.wixsite.com/mysite</a> e
<b>PÉTANQUE</b>	<b>Catégorie/ Tranche d'âge</b>	<b>Jour(s) d'entraînement(s)</b>	<b>Horaires</b>	<b>Tarif(s)</b>	<b>Contact</b>
<b>LA BOULE CANCONNAISE</b> 47290 CANCON	Tous niveaux	Lundi	14h30	37€ la licence	<b>Gérard RAMBAT</b> +33 6 82 49 76 58
<b>PÉTANQUE CASTILLONNÉSIENNE</b> Place de l'Ormière 47330 CASTILLONNÈS	Tous âges	Mardi Jeudi (concours à la mêlée)	14h 14h30	40€	<b>Didier BERNARD</b> +33 6 74 72 64 11 <a href="mailto:didier.bernard073@orange.fr">didier.bernard073@orange.fr</a>
<b>JOYEUX PÉTANQUEURS DE LA LÈDE</b> Bourg 47150 GAVAUDUN	Ouvert à tous	Dimanche	Après-midi (14h30 ou 16h)	Participation gratuite	<b>Chaty CONGÉ</b> +33 6 52 19 74 23 <a href="mailto:eric.conge@orange.fr">eric.conge@orange.fr</a>
<b>UNION BOULISTE MONFLANQUINOISE</b> Boulodrome, Complexe sportif de Coulon 47150 MONFLANQUIN	Tous niveaux	Mercredi Samedi	14h30	40€ la licence	<b>Jacky JARGEAU</b> +33 6 07 31 18 69 <a href="mailto:jackyjargeau@live.fr">jackyjargeau@live.fr</a>
<b>BOULE SAINT-AUBINOISE</b> Complexe sportif de Paloque 47150 SAINT-AUBIN	Tous niveaux	Mercredi Vendredi	20h - 00h	40€ la licence (compétitions officielles) / carte membre à 20€	<b>Gérard TORMENA</b> +33 6 09 34 57 08

<b>PÉTANQUE VILLERÉALISE</b> « Les Rivièrettes » 47210 VILLERÉAL		Tous niveaux	Mardi Samedi	14h30 - 19h	40€ la licence et concours ouverts à tous 3€ pour l'après-midi.	<b>Sylvie AVEZOU</b> +33 6 75 78 34 22 <a href="mailto:sylvie.avezou@gmail.com">sylvie.avezou@gmail.com</a>
<b>PILOTAGE ULM</b>		<b>Catégorie/ Tranche d'âge</b>	<b>Jour(s) d'entraînement(s)</b>	<b>Horaires</b>	<b>Tarif(s)</b>	<b>Contact</b>
<b>AÉRODROME DE CASTILLONNÈS</b> Aérodrome de Cavarac, Cavarcou 47330 CAVARC		Tous âges	Tous les jours sur rendez-vous, de 9h à 20h.		À partir de 60€ (baptême de 20 min)	<b>Didier FAUGÈRE</b> +33 6 10 44 64 64 <a href="mailto:contactaeroclubcastillonnès@gmail.com">contactaeroclubcastillonnès@gmail.com</a> <a href="https://www.aeroclubcastillonnès.fr/">https://www.aeroclubcastillonnès.fr/</a>
<b>QI GONG - YOGA - SOPHROLOGIE</b>		<b>Catégorie/ Tranche d'âge</b>	<b>Jour(s) d'entraînement(s)</b>	<b>Horaires</b>	<b>Tarif(s)</b>	<b>Contact</b>
<b>DomMaCoChaThé</b> Salle de Carbonnier 47330 CASTILLONNÈS		Yoga / Lates	Jeudi	10h30 - 11h30	Adhésion annuelle : 15€ + 12€/mois	<b>Dominique WINDELS</b> +33 6 58 93 74 04
<b>LE CHEMIN DE L'ARBRE</b> Le Merlet, 871 Route de Lalandusse 47330 DOUZAINS	Yoga	Adultes	Lundi	17h30 - 18h30 / 19h - 20h	81€ le trimestre	<b>Nicole SOYER</b> +33 6 88 84 25 19 <a href="mailto:lechemindelarbre@orange.fr">lechemindelarbre@orange.fr</a> <a href="http://lechemindelarbre.over-blog.com/">http://lechemindelarbre.over-blog.com/</a>
			Mercredi	10h - 11h / 19h - 20h		
	Sophrologie		Mercredi	11h15 - 12h15		
			Vendredi	19h30 - 20h30		
<b>ENJOY YOGA</b> Rue de l'union (face à l'agence immobilière) 47150 MONFLANQUIN		Tout public	Lundi (pratique douce)	9h30 Ou 19h à l'Espace Ginko (249 Av. de Piquemil à Monflanquin)	Non précisé	<b>Virginie ROSIER</b> +33 6 88 00 26 33 <a href="mailto:rosiervirginie@gmail.com">rosiervirginie@gmail.com</a> Facebook : Association ENJOY YOGA Début des cours le 11/09
			Mardi	10h		
			Jeudi	18h		

<b>YOGA MJC</b> MJC, Salle de yoga 2 <sup>ème</sup> étage 47150 MONFLANQUIN		Tout public	Lundi	17h30 - 18h45 19h - 20h15	7€ la séance, Adhésion à la MJC : 31€	<b>Anne CANTIN</b> +33 7 86 12 97 75 <a href="mailto:mjcmonflanquin@gmail.com">mjcmonflanquin@gmail.com</a> <a href="mailto:lateliersutra@gmail.com">lateliersutra@gmail.com</a>
		Yoga sur chaise (PMR ou personne en convalescence)		16h - 17h		
<b>SHIVA SHAKTI YOGA</b> Salle au-dessus de la mairie 47290 MOULINET	Qi Gong – Yoga - Sophrologie	Tous niveaux	Lundi Vendredi Cours du 4/09/23 au 21/06/24	9h15 – 10h45 18h – 19h30	10€ la séance d'1h30	<b>Nathalie GORSE</b> +33 6 86 27 22 96 <a href="mailto:nathalie.hathayoga@gmail.com">nathalie.hathayoga@gmail.com</a>
<b>LA FORGE DE PAULHIAC</b> 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	<b>Claire LAMORLETTE</b> +33 6 78 80 83 45 / +33 5 53 36 51 45 <a href="mailto:zalice2@yahoo.fr">zalice2@yahoo.fr</a>
	Taiji Quan – Style Chen		Dimanche	10h30 - 11h30		
<b>AMICALE MONTAURIOLAISE</b> Salle des fêtes 47330 MONTAURIOL	Qi Gong	Tous niveaux	Mercredis De septembre à juin	18h - 19h	Adhésion 5€ + Cotisation annuelle : 50€ Le montant de la cotisation est dégressif dès deux personnes du même foyer. Le règlement peut être échelonné. Premier cours découverte gratuit.	<b>Hélène et Roger ROUILLIER</b> +33 6 79 03 55 78 / +33 6 52 91 98 57 <a href="mailto:amicalemontauriolaise@gmail.com">amicalemontauriolaise@gmail.com</a>
<b>HATHA YOGA TRADITIONNEL</b> Salle des fêtes 47210 SAINT-VIVIEN	Qi Gong – Yoga - Sophrologie	Tous niveaux	Lundi	17h30 - 18h45 19h - 20h15	6€ le cours. 1 <sup>er</sup> cours offert	<b>Christine GONZATO-ROQUES</b> +33 6 95 27 10 96 <a href="mailto:christine.gonzato-roques@hotmail.fr">christine.gonzato-roques@hotmail.fr</a>
	Méditation			20h20 - 21h		
<b>ATELIER SÛTRA</b> - Yoga Salle des Fêtes 47150 SALLES		Adultes	Jeudi	19h15 - 20h30	Tarif à l'année : 285€ Séance de découverte : 10€	<b>Anne CANTIN</b> +33 7 86 12 97 75 <a href="mailto:ancantin72@gmail.com">ancantin72@gmail.com</a>

<b>RANDONNÉE</b>		<b>Catégorie/ Tranche d'âge</b>	<b>Jour(s) d'activité(s)</b>	<b>Horaires</b>	<b>Tarif(s)</b>	<b>Contact</b>
<b>MONBAHUS POUR TOUS</b> Salle de l'association, Rue du Fort 47290 MONBAHUS		Randonnée pédestre	1 <sup>er</sup> dimanche du mois	9h30	Cotisation annuelle : 10€	<b>Corinne VALLÉE</b> +33 6 25 89 67 29 <a href="mailto:monbahuspourtous@gmail.com">monbahuspourtous@gmail.com</a> <a href="http://www.facebook.com/monbahus.pourtous">www.facebook.com/monbahus.pourtous</a>
<b>FAMILLES RURALES</b> Club de marche Cancon Départ Place du Foirail 47190 CANCON		Tous niveaux	Mardi	13h30	Cotisation annuelle : 24€/famille	<b>Michèle DUCLERQ</b> +33 6 72 11 36 38 <a href="mailto:jeanne.duclercq@orange.fr">jeanne.duclercq@orange.fr</a>
<b>LES MARCHEURS DES BASTIDES</b> Carrefour de Fer 47150 MONFLANQUIN	Randonnée pédestre	Tout public	Mardi	13h30 (hiver) 8h (été)	Cotisation annuelle : 38€	<b>Guy BARBIER</b> +33 6 13 40 60 50 <a href="mailto:barbier_guy@orange.fr">barbier_guy@orange.fr</a>
	Rando douce	Séniors		13h30 De septembre à juin		<b>Jean-Michel GLAUNEZ</b> +33 6 52 74 97 03 <a href="mailto:jmglaunez@yahoo.fr">jmglaunez@yahoo.fr</a>
Parking de la piscine 47150 MONFLANQUIN	Marche Nordique	Tout public	Vendredi	9h d'avril à octobre et 14h de novembre à mars		<b>Dominique DUPERREY</b> +33 6 03 39 31 40 <a href="mailto:dominique.duperrey@wanadoo.fr">dominique.duperrey@wanadoo.fr</a>
	Rando Santé	Seniors	Lundi, 2 fois par mois	9h		<b>Marie-Claude DELCAILLOU</b> +33 6 85 04 39 07 <a href="mailto:mclaude.delcaillou@yahoo.fr">mclaude.delcaillou@yahoo.fr</a>
<b>AMICALE MONTAURIOLAISE</b> Salle des fêtes 47330 MONTAURIOL		Tous âges	Lundi	9h – 10h30	Adhésion simple : 5€	<b>Élisabeth</b> +33 7 85 16 81 06 <b>José</b> +33 6 41 66 60 95
			Balade nature samedi après-midi : 4 à 6 sorties / an. Découverte faune et flore avec David.			<b>Hélène et Roger ROUILLIER</b> +33 6 79 03 55 78 / +33 6 52 91 98 57 <a href="mailto:amicalemontauriolaise@gmail.com">amicalemontauriolaise@gmail.com</a>

<b>MARCHEURS VILLERÉALAIS</b> 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 : <a href="https://www.coeurdebastides.com/">https://www.coeurdebastides.com/</a>		Cotisation annuelle : 36€	<b>Marie DELRUE</b> +33 6 76 51 81 93 <a href="mailto:marcheursvillerealais47@laposte.net">marcheursvillerealais47@laposte.net</a>
<b>TENNIS</b>	<b>Catégorie/ Tranche d'âge</b>	<b>Jour(s) d'entraînement(s)</b>	<b>Horaires</b>	<b>Tarif(s)</b>	<b>Contact</b>
<b>TENNIS CLUB CANCON</b> Av. Parc des sports 47290 CANCON	Tous niveaux	Lundi Mardi Vendredi Samedi	17h - 19h 16h45 - 21h45 17h - 19h 9h - 12h	Non communiqué	<b>Diego BUECHE</b> 06 07 05 03 85 <a href="mailto:tenniscancon@hotmail.fr">tenniscancon@hotmail.fr</a> <i>Inscriptions le samedi 27/08 de 15h à 18h.</i>
<b>TENNIS CLUB CASTILLONNÈS</b> « La Ferette » 47330 CASTILLONNÈS	À partir de 5 ans	Contacter pour les horaires. Inscriptions sur place les 13/09 et 14/09 à partir de 17h et le 16/09 le matin à partir de 10h.		1h/semaine : 120€/an 1h30/semaine : 160€/an	<b>Alain JACQUOUTET</b> +33 6 20 09 53 53 <a href="mailto:tennisclubcastillonnes47@gmail.com">tennisclubcastillonnes47@gmail.com</a> Facebook : Castillonnes Tennis
<b>TENNIS CLUB MONFLANQUIN (TCM)</b> Salle de tennis de Coulon 47150 MONFLANQUIN	Enfants débutants	Samedi après-midi		Licence : 65 € Possibilité de tarif famille	<b>Pierrick CHAUMONT</b> +33 6 82 03 49 25  <b>Cédric SAVINIEN</b> +33 6 86 17 48 74 <a href="mailto:tennisclubmonflanquin@laposte.net">tennisclubmonflanquin@laposte.net</a>  Facebook et Instagram : tennis club monflanquin  <b>Olivier OLLÈS</b> +33 6 45 76 16 87 <b>Robert LALANNE</b> +33 6 13 79 24 98
	Enfants confirmés	Mercredi après-midi			
	Adultes hommes	Mercredi	19h	Licence : 85 € Possibilité de tarif famille	
	Vétérans hommes	Jeudi	17h30		
	Adultes femmes	Mardi	19h30		
	Loisirs	Samedi	10h30 – 12h		
<b>TENNIS CLUB VILLERÉAL RIVES</b> Site du Pesquié, Route d'Issigeac 279 chemin du Pesquié 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 (entraînements en suppl.) 40€ découverte femmes	<b>Gaël BLAVETTE</b> +33 6 71 22 05 78 <a href="mailto:gael.blavette@wanadoo.fr">gael.blavette@wanadoo.fr</a> Facebook: Tennis Club Villeréal/Rives



<b>TENNIS DE TABLE</b>	<b>Catégorie/ Tranche d'âge</b>	<b>Jour(s) d'entraînement(s)</b>	<b>Horaires</b>	<b>Tarif(s)</b>	<b>Contact</b>
<b>ASSOCIATION CULTURELLE ET LOISIRS</b> Salle des fêtes 47330 FERRENSAC	Tous niveaux	Vendredi	20h - 22h	5€ l'année	<b>Christian MIOSSEC</b> +33 6 40 14 02 20 <a href="mailto:associationculturelleetloisirs@gmail.com">associationculturelleetloisirs@gmail.com</a>
<b>TENNIS DE TABLE</b> Salle des fêtes 47210 MAZIÈRES-NARESSE	Tous âges	Jeudi (à partir d'Octobre)	18h - 20h30	Non communiqué	<b>Jean-Yves LEVEAU</b> +33 5 53 36 66 75
<b>.MONFLANQUIN TENNIS DE TABLE</b> Gymnase de Coulon 47150 MONFLANQUIN	Tous niveaux Entraîneurs diplômés.	Lundi Jeudi Vendredi	17h - 19h 17h - 19h 20h - 22h	Tarif - de 16 ans : 60€ Tarif + de 16 ans compétition : 90€ Tarif + de 16 ans loisirs : 60€	<b>Sébastien BRUNET</b> +33 6 76 78 25 64 <a href="mailto:monflanquintt47@gmail.com">monflanquintt47@gmail.com</a>
<b>VÉLO</b>	<b>Catégorie/ Tranche d'âge</b>	<b>Jour(s) d'entraînement(s)</b>	<b>Horaires</b>	<b>Tarif(s)</b>	<b>Contact</b>
<b>CYCLO 4 HAUT-AGENAIS</b> Cyclotourisme Place du foiral 47290 CANCON	Loisir  À partir de 15 ans (avec autorisation parentale) et plus	Mardi	9h (Mai à Août)  14h (Octobre à Avril)	58€ la licence cyclotourisme UFOLEP	<b>Claude CHARETTEUR</b> +33 6 46 86 79 00 <a href="mailto:cyclo4-haut.agenais@orange.fr">cyclo4-haut.agenais@orange.fr</a> <a href="http://cyclo4passion.blog4ever.com">cyclo4passion.blog4ever.com</a>
<b>CYCLO 4 HAUT-AGENAIS</b> Cyclotourisme Parking devant La Marmaille 47150 MONFLANQUIN		Jeudi			<b>Jean-Luc PENIN</b> +33 6 85 75 68 99 <a href="mailto:cyclo4-haut.agenais@orange.fr">cyclo4-haut.agenais@orange.fr</a> <a href="http://cyclo4passion.blog4ever.com">cyclo4passion.blog4ever.com</a>
<b>CYCLO 4 HAUT-AGENAIS</b> Cyclotourisme Parking du Bourg 47210 BORN		Dimanche et jours fériés	9h30 (Novembre à Février) 9h (Mars, Avril, Mai + Septembre, Octobre) 8h30 (Juin à Août)		<b>Guy MOLIERAC</b> +33 6 72 09 50 51 <a href="mailto:guy.molierac@orange.fr">guy.molierac@orange.fr</a>

<b>CYCLO 4 HAUT-AGENAIS</b> Cyclotourisme Parking Ciné 4, 47330 CASTILLONNÈS		Mercredi	18h30 (Mai à Septembre)		<b>Jean-Michel BORDAS</b> +33 6 79 25 49 30 <a href="mailto:cyclo4-haut.agenais@orange.fr">cyclo4-haut.agenais@orange.fr</a> <a href="http://cyclo4passion.blog4ever.com">cyclo4passion.blog4ever.com</a>
		Dimanche et jours fériés	8h30 (Mai à Août) 9h (Septembre à Avril)		
<b>CYCLO 4 HAUT-AGENAIS</b> VTT Plaine de sports 47330 CASTILLONNÈS		Dimanche	9h		<b>Nicolas DALL'ARMI</b> +33 6 72 78 82 91 <a href="mailto:cyclo4-haut.agenais@orange.fr">cyclo4-haut.agenais@orange.fr</a> <a href="http://cyclo4passion.blog4ever.com">cyclo4passion.blog4ever.com</a>
		Mercredi	18h30		
<b>CYCLO 4 HAUT-AGENAIS</b> 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 : 86€ (hors VTT) / 96€ (VTT)	<b>Joël CAMINADE</b> +33 6 43 84 96 24  Départ parking stade de Rugby Route de Monpazier

## ACTIVITÉS LUDIQUES ET ARTISTIQUES

ACTIVITÉS MANUELLES	Catégorie/Tranche d'âge	Jour(s) d'activité(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
<b>CLUB VENDREDI</b> Salle de Fêtes 47210 BOURNEL	Groupe d'art et ateliers créatifs	Vendredi	10h30 à 15h Déjeuner partagé une fois par mois	Non précisé	<b>Julia AHUIR</b> <a href="mailto:julia.ahuir@cegetel.net">julia.ahuir@cegetel.net</a> <b>Anna KEVILL</b> +33 6 38 21 77 49 <a href="mailto:anna.kevill@gmail.com">anna.kevill@gmail.com</a>
<b>ACTIVITÉS ET LOISIRS</b> 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€	<b>Pierrette FORBRAS</b> +33 6 47 53 60 19 <a href="mailto:aalcancon@gmail.com">aalcancon@gmail.com</a>

<b>GÉNÉRATION MOUVEMENT - LOUS CADENAÏRES</b> - Loisirs créatifs Salle des Fêtes 47330 LALANDUSSE	Adulte - Seniors	De septembre à juin		Cotisation annuelle : 14,50€	<b>Monique FERRANTE</b> +33 5 53 36 87 08 <a href="mailto:monique.ferrante47@gmail.com">monique.ferrante47@gmail.com</a>
<b>Œuvres d'Art, parlons-en</b> MJC, rez-de-chaussée, Place des Arcades 47150 MONFLANQUIN	-	Un mercredi du mois de Septembre à Avril	19h	Cotisation : 22€/adultes ou 8€/enfants + 5€ par séance	<b>Ruth DENT</b> +33 7 55 11 65 40 <a href="mailto:ruth@ruthdent.com">ruth@ruthdent.com</a> <a href="mailto:mjcmonflanquin@gmail.com">mjcmonflanquin@gmail.com</a>
<b>POTERIE</b> MJC Salle de poterie, Rue Saint-Pierre 47150 MONFLANQUIN	Adultes	Mercredi	10h - 12h	Cotisation annuelle : 22€/adultes ou 8€/enfants	<b>Françoise FAURIE</b> +33 5 53 36 32 22 <a href="mailto:mjcmonflanquin@gmail.com">mjcmonflanquin@gmail.com</a> <a href="mailto:coisefaurie@gmail.com">coisefaurie@gmail.com</a>
<b>EXPRESSION CRÉATIVE COULEURS &amp; FICELLES</b> MJC 2 <sup>ème</sup> étage, Place des Arcades 47150 MONFLANQUIN	Enfants	Mercredi + stages ado vacances scolaires	10h - 12h	Cotisation : 22€/adultes ou 8€/enfants + 10 € / séance	<b>Anne CANTIN</b> +33 7 86 12 97 75 <a href="mailto:lateliersutra@gmail.com">lateliersutra@gmail.com</a> <a href="mailto:mjcmonflanquin@gmail.com">mjcmonflanquin@gmail.com</a>
<b>COURS DE LANGUES</b>	<b>Catégorie/Tranche d'âge</b>	<b>Jour(s) d'activité(s)</b>	<b>Horaires</b>	<b>Tarif(s)</b>	<b>Contact</b>
<b>MONBAHUS POUR TOUS</b> Salle de l'association, Rue du Fort 47290 MONBAHUS	3 <sup>ème</sup> mercredi	Atelier conversation Français/Anglais	19h	Cotisation annuelle : 10€	<b>Corinne VALLÉE</b> +33 6 25 89 67 29 <a href="mailto:monbahuspourtous@gmail.com">monbahuspourtous@gmail.com</a> <a href="http://www.facebook.com/monbahuspourtous">www.facebook.com/monbahuspourtous</a>
<b>LES MURMURES DU DROPT</b> 47330 CASTILLONNÉS	Non précisé	Cours de français, italien et anglais.		Tarif annuel : 30€	<b>Nadeige BAZZOLI</b> +33 6 20 48 61 66
<b>COURS D'ANGLAIS</b> MJC Rez-de-chaussée 47150 MONFLANQUIN	Niveaux intermédiaire et débutant	Mardi	18h30 - 19h45	Cotisation annuelle : 22€/adultes ou 8€/enfants	<b>Margaret CHRUSZCZ</b> +33 9 77 59 05 54 <a href="mailto:margaret@bouye.eu">margaret@bouye.eu</a> <a href="mailto:mjcmonflanquin@gmail.com">mjcmonflanquin@gmail.com</a>
<b>FRANÇAIS LANGUE ÉTRANGÈRE</b> MJC 2 <sup>ème</sup> étage 47150 MONFLANQUIN	Tous niveaux	À définir selon niveau		Cotisation annuelle : 22€/adultes ou 8€/enfants + 12€	<b>Sophie CARLIER</b> +33 6 04 46 91 98 <a href="mailto:sophica47@gmail.com">sophica47@gmail.com</a> <a href="mailto:mjcmonflanquin@gmail.com">mjcmonflanquin@gmail.com</a>

<b>AMICALE MONTAURIOLAISE</b> Initiation langue des signes Salle des fêtes MONTAURIOL	Tous âges	Jeudi De septembre à juin	10h - 10h45	Adhésion 5€ + Cotisation annuelle : 50€ Le montant de la cotisation est dégressif dès deux personnes du même foyer. Le règlement peut être échelonné. Premier cours découverte gratuit.	<b>Éliane</b> +33 6 62 37 57 96 <a href="mailto:amicalemontauriolaise@gmail.com">amicalemontauriolaise@gmail.com</a>
<b>LA FORGE DE PAULHIAC -</b> Français langue étrangère La Forge 47150 PAULHIAC	Tous niveaux	Mardi & Jeudi Lundi en option	14h30 14h30	Non précisé.	<b>Cath FOX</b> +33 6 49 57 82 62 <a href="mailto:cathfox2@hotmail.com">cathfox2@hotmail.com</a> Traductions français <=> anglais.
<b>JEUX DE SOCIÉTÉ</b>	<b>Catégorie/ Tranche d'âge</b>	<b>Jour(s) d'activité(s)</b>	<b>Horaires</b>	<b>Tarif(s)</b>	<b>Contact</b>
<b>CLUB DE LONGUEVIE</b> Club de Longuevie 47330 CASTILLONNÈS	Seniors	Mardi : petit loto Lundi et vendredi : belote	14h	Cotisation annuelle : 15€	<b>Liliane HUGUET</b> +33 5 53 36 89 11
<b>DÉTENTE ET AMITIÉS - Jeux</b> Presbytère, Rue du Marché 47330 CASTILLONNÈS	Seniors	Mercredi et jeudi	Scrabble : 14h Couture : 14h30	Cotisation annuelle : 15 € Contacter pour les informations	<b>Michèle PATRAS</b> +33 5 53 36 81 98
<b>GÉNÉRATION MOUVEMENT - LOUS CADENAÏRES - Jeux</b> Salle des Fêtes 47330 LALANDUSSE	Adultes - Seniors	De septembre à juin		Cotisation annuelle : 14,50€	<b>Monique FERRANTE</b> +33 5 53 36 87 08 <a href="mailto:monique.ferrante47@gmail.com">monique.ferrante47@gmail.com</a>
<b>BRIDGE</b> MJC, Salle du rdc 47150 MONFLANQUIN	-	Lundi	14h - 17h30	Cotisation annuelle : 22€	<b>Patrick WEICK</b> +33 5 53 36 46 82 +33 6 31 26 24 33 <a href="mailto:weick.pmh@orange.fr">weick.pmh@orange.fr</a> <a href="mailto:mjcmonflanquin@gmail.com">mjcmonflanquin@gmail.com</a>
<b>SCRABBLE</b> MJC - Salle 1 <sup>er</sup> étage 47150 MONFLANQUIN	-	Mercredi	13h45 - 18h30	Cotisation annuelle : 22€ + 1€ droit de table	
<b>CLUB DES SÉNIORS PAILLOLAIS</b> Salle des fêtes 47440 PAILLOLES	Tous niveaux	Tous les 2 <sup>èmes</sup> et 4 <sup>èmes</sup> jeudis du mois : belote, rami, tarot, scrabble etc....		Non précisé	<b>Christiane MATTANA</b> +33 5 53 41 05 93

<b>CLUB DU SOURIRE</b> Salle du Club, 35 rue du Dropt 47210 VILLERÉAL	Seniors	Belote interclub le 1 <sup>er</sup> mercredi du mois	D'octobre à mai	Cotisation annuelle : 13€ (en 2023)	<b>Lucette WADOWSKI</b> +33 5 53 36 70 44
		Belote le jeudi	14h		
		Petit loto le vendredi	14h		
		Danse les 2 <sup>èmes</sup> et 4 <sup>èmes</sup> lundis du mois	14h		
Salle François Mitterrand 47210 VILLERÉAL					
<b>THÉÂTRE - CINÉMA</b>	<b>Catégorie/ Tranche d'âge</b>	<b>Jour(s) d'activité(s)</b>	<b>Horaires</b>	<b>Tarif(s)</b>	<b>Contact</b>
<b>DomMaCoChaThé</b> Salle de Carbonnier 47330 CASTILLONNÉS	Théâtre de 10 à 99 ans	Mardi	19h à 20h	Adhésion annuelle : 15€ + 12€/mois	<b>Dominique WINDELS</b> +33 6 58 93 74 04
<b>THÉÂTRE MJC</b> Salle d'Aquitaine, Place des Arcades 47150 MONFLANQUIN	-	Mardi	20h30	Cotisation annuelle : 22€/adultes ou 8€/enfants	<b>Colette CORGE</b> +33 6 66 57 82 44 <a href="mailto:mjcmonflanquin@gmail.com">mjcmonflanquin@gmail.com</a> <a href="mailto:colette.corge@gmail.com">colette.corge@gmail.com</a>
<b>CINÉMA MJC</b> Salle des Consuls 47150 MONFLANQUIN	-	Premier vendredi du mois d'octobre à juin	20h30	Tarifs pour 1 séance : 5,50€ / adulte et 4€ / enfant de moins de 12 ans	<b>Françoise DOMINIQUE</b> +33 6 88 28 79 58 <a href="mailto:francoise.dominique@free.fr">francoise.dominique@free.fr</a>
<b>AUTRES ACTIVITÉS</b>	<b>Catégorie/ Tranche d'âge</b>	<b>Jour(s) d'activité(s)</b>	<b>Horaires</b>	<b>Tarif(s)</b>	<b>Contact</b>
<b>DomMaCoChaThé</b> Salle de Carbonnier 47330 CASTILLONNÉS	Tous âges	Écriture et jeux, créneaux à définir selon les inscriptions.		Adhésion annuelle : 15€ + 12€/mois	<b>Dominique WINDELS</b> +33 6 58 93 74 04
<b>LCS NATURE EVASION</b> 47150 GAVAUDUN	Tous publics et tous niveaux.	Multiples activités de pleine nature avec des animateurs diplômés. Ouvert pendant les vacances scolaires d'Avril à Octobre, sur réservation.		Contactez pour les tarifs particuliers ou groupes.	<b>Guy MORALA</b> +33 6 76 56 40 49 <b>Michael LAPEYRE</b> +33 6 24 76 96 08 <a href="mailto:natureevasion@aol.com">natureevasion@aol.com</a>

<b>COMMUNAUTÉ DE COMMUNES DES BASTIDES EN HAUT-AGENAIS PÉRIGORD</b> 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 Péri-scolaires (ALP).	Non précisé	+33 5 53 49 55 80 Plus d'informations sur : <a href="https://www.ccbastides47.com/">https://www.ccbastides47.com/</a>
<b>UN BRIN DE CIRQUE</b> Salle des fêtes – chemin de côte folle 47150 SALLES	Vacances scolaires : stages de découverte et initiation aux arts du cirque adapté selon tranches d'âges et thématiques: jongleries, objets d'équilibres, acrobaties, jeux de clown et acteur, portés aériens...	De 20 à 35€	<b>Cristelle DE LA IGLESIA</b> +33 6 37 13 71 26 <a href="mailto:unbrindecirque@hotmail.fr">unbrindecirque@hotmail.fr</a> <a href="https://unbrindecirque.jimdofree.com">https://unbrindecirque.jimdofree.com</a>
<b>ÉCLATS VACANCES NATURE</b> 7 côte Saint-Michel 47210 VILLERÉAL	Espace de vie intergénérationnel : organisation de moments conviviaux autour de différents thèmes, ateliers participatifs, permanences diverses. Retrouvez le détail des activités sur l'agenda en ligne : <a href="https://www.coeurdebastides.com/fr/rubrique/l/agenda">https://www.coeurdebastides.com/fr/rubrique/l/agenda</a>	Adhésion annuelle : 20€	+ 33 5 53 40 34 55 + 33 6 38 62 59 50 <a href="mailto:eclatsacceuil@gmail.com">eclatsacceuil@gmail.com</a> <a href="https://www.vacancesnature.org/eclats-1/">https://www.vacancesnature.org/eclats-1/</a>

**Les cases en gris signifient que nous n'avons pas eu de confirmation pour l'année 2023/2024 quant aux activités proposées et leurs conditions d'accès. N'hésitez pas à contacter les responsables des associations concernées ou à visiter leurs sites internet pour plus d'informations.**

# RÉSEAUX NUMÉRIQUES - MÉDIATHÈQUES - BIBLIOTHÈQUES

RÉSEAU NUMÉRIQUE - MÉDIATHÈQUE -	Services		Contact
<b>ESPACE NUMÉRIQUE</b> Maison d'activité - 80 Route de St Eutrope (Bourg de St Vivien) 47210 SAINT-EUTROPE-DE- BORN	Accès internet, ateliers informatiques. Contacter pour les jours d'ateliers.		<b>Katia BROGNIART</b> +33 9 62 05 38 58 <a href="mailto:espace_numerique@outlook.com">espace_numerique@outlook.com</a> <a href="http://www.sainteutropeborn.fr">www.sainteutropeborn.fr</a>
<b>RÉSEAU DE BIBLIOTHÈQUES &amp;                      MÉDIATHÈQUES EN BASTIDES                      HAUT-AGENAIS PÉRIGORD</b>  Points de lecture à Monbahus, La Sauvetat-sur-Lède, Le Laussou et Saint-Quentin du Dropt.  Les personnes empêchées ou à mobilité réduite peuvent demander une livraison à domicile.	<b>CANCON</b> , Place Centrale	Mardi, jeudi et vendredi : 15h30 – 19h Mercredi : 10h - 19h Samedi : 10h – 17h	+33 5 53 70 41 12
	<b>CASTILLONNÈS</b> , 18 Rue des anciens combattants	Mardi : 9h - 12h30 Mercredi : 9h - 17h Samedi : 9h - 12h30	+33 5 53 01 75 33
	<b>MONFLANQUIN</b> , 16 Rue Sainte- Marie	Mercredi : 9h - 18h Jeudi : 9h - 13h Samedi : 10h - 17h	+33 5 53 36 54 31
	<b>VILLERÉAL</b> , Boulevard Bernard Palissy	Lundi et mardi : 15h30 – 17h30 (sauf vacances scolaires) Mercredi : 9h - 18h Samedi : 9h - 12h30	+33 5 53 36 01 24
	<b>SAINT-EUTROPE-DE-BORN</b> , Bourg de Born	Mercredi et vendredi : 14h - 18h	+33 5 53 36 65 89

*Si vous souhaitez paraître dans l'édition 2024, merci de bien vouloir nous envoyer vos calendriers sportifs et culturels avant le 31/07/2024 par e-mail à [contact@coeurdebastides.com](mailto:contact@coeurdebastides.com)*

*Esprit*  
*Sud Périgord*



Pour retrouver toutes les informations, scannez ce QR code

**Office de Tourisme Cœur de Bastides**

+33 5 53 36 40 19 | [contact@coeurdebastides.com](mailto:contact@coeurdebastides.com) | [www.coeurdebastides.com](http://www.coeurdebastides.com)



Bastides en Haut-Agenais Périgord  
Communauté de Communes

