

Espnt Sud Périgord

GUIDE DES ACTIVITÉS À L'ANNÉE

SAISON 2025-2026

Organisées par les associations



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

www.coeurdebastides.com  

OFFICE
DE TOURISME

**CŒUR DE
BASTIDES**



ESPRIT
SUD
PÉRIGORD

SOMMAIRE

◆ FORUMS DES ASSOCIATIONS	3
◆ SPORTS COLLECTIFS	3
Basketball	
Football	
Handball	
Rugby	
◆ SPORTS INDIVIDUELS	5
Arts Martiaux	
Athlétisme	
Badminton	
Boxe	
Danse	
Entretien physique / gymnastique / fitness	
Padel	
Pétanque	
Pilotage ULM	
Qi gong / Yoga / Sophroplogie	
Randonnée	
Tennis	
Tennis de table	
Vélo	
◆ ACTIVITÉS LUDIQUES ET ARTISTIQUES	14
Arts plastiques	
Cours de langues	
Jeux de société	
Musique et chant	
Théâtre / Cinéma	
◆ AUTRES ACTIVITÉS	17
◆ RÉSEAUX NUMÉRIQUES - MÉDIATHÈQUES - BIBLIOTHÈQUES	19

Si vous souhaitez paraître dans l'édition 2026, merci de bien vouloir nous envoyer vos calendriers sportifs et culturels avant le 31/07/2026 par e-mail à contact@coeurdebastides.com

FORUMS DES ASSOCIATIONS

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

À Cancon le 6 septembre, au Stade du Palayre.

À Villeréal le 6 septembre de 9h à 12h, à la Salle François Mitterrand.

Ce guide présente les associations proposant des activités régulières.

Pour plus d'informations sur les activités de nos partenaires privés, ou autres associations, consultez notre site coeurdebastides.com.

Dernière actualisation le 07/11/2025.

Certaines associations sont indiquées par une couleur plus claire, car nous n'avons pas eu de confirmation pour l'année 2025/2026 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.

SPORTS COLLECTIFS

◆ BASKETBALL

BOUDY BASKET CLUB

Salle de Basket
47290 BOUDY-DE-BEAUREGARD

Secrétariat : +33 6 70 88 46 86

secretariat@boudybc.fr

<https://boudybc.fr/>

Facebook : Boudy Basket Club

AMICALE LOISIRS CASTILLONNÈS BASKET (ALCB)

Gymnase plaine des sports
350 route d'Eymet, 47330 CAHUZAC

De 3 ans à 70 ans.

Niveau départemental, régional et loisirs.

Gautier DORSEMAINE : +33 6 70 91 86 62

alcastillonnesbasket@gmail.com

Facebook : ALCB

BASKET LOISIR MJC

Gymnase, 47150 MONFLANQUIN

Jeudi : 19h30 - 21h30 (adultes).

Tarif annuel : 31€ (septembre à juin).

David LAMBOTIN : +33 6 27 20 26 41

maclamb_85@hotmail.com

◆ FOOTBALL

FOOTBALL CLUB CANCON

Stade « Lagatte », 47190 CANCON

Dès 3 ans, jusqu'aux vétérans.

Gaël ANDRÉ : +33 6 84 42 62 71

Loïc BASTIDE : +33 6 79 28 21 58

542309@lfna.fr

Facebook : FC Cancon

ASSOCIATION SPORTIVE

CASTILLONNÈS, CAHUZAC,

LALANDUSSE

Plaine des sports, 47330 CAHUZAC

À partir de 6 ans.

Matthieu BILLOIR : +33 7 61 65 37 19

ASSOCIATION SPORTIVE

MONBAHUSIENNE FOOTBALL

Mairie, 47290 MONBAHUS

U6 à U18 et Séniors filles et garçons.

Licence jeunes : 40€.

Licences filles, garçons, vétérans : 60€.

François MARCOMINI : +33 6 31 55 63 13

francois.marcomini@sfr.fr

MONFLANQUIN FOOTBALL CLUB

Stade Mondésir, 47150 MONFLANQUIN

À partir de 5 ans. De septembre à juin.

Julien MALBEC : +33 6 85 28 38 41

530331@lfna.fr

Facebook : Monflanquin FC

US VILLERÉALaise

Stade Laplagne, 47210 VILLERÉAL

À partir de 5 ans. De septembre à juin.

Licence à partir de 50€.

Nicola JONES : +33 6 73 47 89 19

533613@lfna.fr

Facebook : USV Football Officiel

◆ RUGBY

4 CANTONS BHAP

Rotation sur les terrains de Cancon,
Castillonnès, Monflanquin et Villeréal.

Séniors fédéral 18 et plus.

Séniors régional 18 et plus.

Mardi et vendredi de 19h30 à 21h.

Mercredi de 19h-20h.

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

Laurent LIMES : +33 6 21 05 76 49

laurent.limes@gmail.com

Nicolas JOSÉ : +33 6 37 66 70 20

4 CANTONS BHAP RUGBY FEMININ

Stade Michel Royer, 47190 CANCON

Stade de Coulon, 47150 MONFLANQUIN

Cadettes : 14 - 18 ans. Séniors : 18 ans et plus.

Pierre FOLTRAN : +33 6 30 87 89 63

p.foltran@outlook.fr

Facebook : 4 Cantons BHAP Rugby

Instagram : 4c_rugbyfeminn

ÉCOLE DE RUGBY - ENTENTE 4 CANTONS

Dès 3 ans.

Rotation sur les terrains de Cancon,

Castillonnès, Monflanquin et Villeréal.

Théo RODES : +33 6 88 45 85 75

4cantonsbhap@gmail.com

◆ HANDBALL

HANDBALL CLUB CANCONNAIS

Salle Multi-activités, 47190 CANCON

Gymnase, 47330 CAHUZAC

Catégories babyhand (3/6 ans); moins de 9, moins de 11, moins de 13, moins de 18, seniors.
De septembre à juin, du mercredi au dimanche.

Licences : U6 - U11 : 50€ / U13 - U15 : 60€ / Séniors et vétérans : 80€

+33 6 76 65 23 60 - handballclubcanconnais@gmail.com

Facebook : Hand Cancon

SPORTS INDIVIDUELS

◆ ARTS MARTIAUX

AIKIDO PASSION DU JAPON 47

Salle des fêtes,

47210 SAINT-ÉTIENNE-DE-VILLERÉAL

À partir de 13 ans.

Les mardis et jeudis de 19h à 20h30, de
septembre à juin hors vacances scolaires.

Licences : 100€ / 80€ moins de 16 ans.

3 jours d'essais gratuits.

Julien DUCHIRON : +33 6 17 98 26 29

julienduchiron@hotmail.fr

Facebook : Passion du Japon 47

KARATÉ SHOTOKAN

Dojo, Place du 8 mai, 47150 MONFLANQUIN

Tous les mercredis.

Enfants : 18h - 20h / Adultes : 20h - 21h30.

Licences : 115€/an.

Loïc GOMEZ : +33 6 24 88 87 03

club.karatemonflanquin@orange.fr

COURS DE TAÏJIQUAN

Devant l'église du village,

47150 MONTAGNAC-SUR-LÈDE

Style Chen, le mardi de 10h30 à 11h30.

5€ par séance.

Claire LAMORLETTE : +33 6 12 43 13 03

zalice2@yahoo.fr

ARTS MARTIAUX DES 4 CANTONS

Bourg, 47290 CANCON

Côte des Fontaines, 47330 CASTILLONNÈS

Place du 8 mai, 47150 MONFLANQUIN

Les Rivièrettes, 47210 VILLERÉAL

Tous âges.

Licences : 115€/an.

Christophe COLLIGNON

+33 6 80 99 94 89

collignon-christophe@wanadoo.fr

Facebook : Arts Martiaux des 4 Cantons

KARATÉ CLUB CASTILLONNÈS

Dojo, Salle de Karaté,

47330 CASTILLONNÈS

Tous âges, mardi et jeudi à 18h.

Licence : 137€ / Licence enfants : 180€.

Michel BEAUMICK

+33 7 60 44 03 77

cbeaumick@aol.com

◆ ATHLÉTISME

MONFLANQUIN ATHLÉTIC CLUB 47

Stade de Coulon, 47150 MONFLANQUIN

Mercredi : 18h30 - 20h (adultes). Adhésion : 120€ à 150€.

Laurent DAROT : +33 6 08 35 07 54 / Patrice MARQUIS : +33 6 81 36 98 81

macmonflanquin@gmail.com

◆ BADMINTON

BADMINTON

Salle multi-activités, 47290 CANCON

Jeudi : 19h30.

Cotisation : 60€. Amenez votre raquette.

Jean-Marc HUGUET : +33 6 66 76 74 05

jmhl@neuf.fr

◆ BOXE

SBFM BOXE FRANÇAISE

Salle de boxe, Place du 8 mai 1945
47150 MONFLANQUIN

Tous âges, tous niveaux.

Patrick NICOLAS : +33 6 42 86 39 13

patrick.nicolas47@wanadoo.fr

◆ DANSE

STUDIO DANSE CANCON

Salle de danse Marie-Claire, 47190 CANCON

À partir de 4 ans : Éveil corporel, jazz, step, yin yoga, latino, pilates, gym, renfo, casino cubain, initiation jazz...

+33 6 33 83 17 50 - studiodansecancon@hotmail.fr - Facebook : StudioDanse Cancon

DOMMACOCHATÉ

Salle de Carbonnier, 47330 CASTILLONNÈS

Country adultes le mercredi de 19h à 20h30.

Danse en ligne enfants et ados le mercredi de 17h à 19h.

Salsa le jeudi de 19h à 20h30.

Adhésion : 15€ + country 90 € / danse en ligne enfants et ados 60 € / salsa 25 € par mois. Possibilité de payer en plusieurs fois. Première séance gratuite à partir du 28/09.

Dominique WINDELS : +33 6 58 93 74 04

dominique.windels@orange.fr

CLUB DE DANSE FOLK ÉCOSSAISE

Côte des Fontaines, au-dessus de la Salle de judo, 47330 CASTILLONNÈS

Tous âges.

À partir du jeudi 4 septembre de 17h30 à 19h une semaine sur deux.

Première séance gratuite puis cotisation annuelle de 25€.

Anne : +33 6 88 03 03 93

slateranne570@gmail.com

SAUVETAT COUNTRY 47

Salle des fêtes – route du 31 janvier 1852
47150 LA-SAUVETAT-SUR-LÈDE

Tous niveaux, le mardi à 19h. Reprise des cours le 9/09.

Cotisation annuelle : 55€

Éric DAL-CORSO : +33 7 78 20 73 94

sauvetatcountry47@gmail.com

Marie-Pierre BEGUE : +33 6 30 74 84 41

<http://sauvetatcountry.e-monsite.com/>

TROUBADOURS DE GUYENNE

Salles municipales, 47210 VILLERÉAL

Le vendredi (tous les 15 jours) de 21h à 23h : danses, musique et chants traditionnels Occitans. De 7 à 99 ans.

Trois séances découvertes gratuites.

Laurent BENNE : +33 6 74 60 31 52

laurent.benne@aliceadsl.fr

CLUB DU SOURIRE

Salle François Mitterrand, 47210 VILLERÉAL

Danse les 2èmes et 4èmes lundis du mois à 14h (séniors). Cotisation : 15€.

Sylvie AVEZOU : +33 6 75 78 34 22

sylvie.avezou@gmail.com

OBJECTIF DANSE

Salle Carmen, rue Léon Blum, 47210 VILLERÉAL

Tous niveaux à partir de 4 ans.

Hip Hop, Classique, Moderne, Dancehall, Claquettes américaines, Pilates Stretch, Percus corporelles, Experimental, Street Jazz, Percussions, Danse Africaine, Salsa cubaine. Portes ouvertes du 15 au 28 septembre. Cours d'octobre à juin. Réservations pour les cours d'essai à partir du 06/09.

Sylvie CLAUDE : +33 7 86 97 15 05 - objectifdanse47@gmail.com

Facebook : Objectif Danse - <https://objectifdanse.wixsite.com/objectifdanse>

MONBAHUS POUR TOUS

Salle de l'association, Rue du Fort
47290 MONBAHUS

Danses à 2 : Bachata, Salsa, Cha Cha, Rock. Mardi à 19h (adultes).

Line Danse : 1er jeudi du mois, tous âges.

Niveau 1 : 19h à 20h.

Niveau 2 : 20h à 21h.

Cotisation annuelle : 22€.

Corinne VALLÉE : +33 6 25 89 67 29

monbahuspourtous@gmail.com

www.facebook.com/monbahuspourtous

COMPAGNIE AKOR'DANSE - FOYER RURAL

Salle des Rivierettes, 47210 VILLERÉAL

Du mercredi au samedi.

Licence : 180€ avec accès à tous les cours (assurance comprise).

Cours d'essais gratuits en septembre.

Gala de fin d'année fin juin début juillet.

Estelle TROUSSELLE : +33 6 80 47 47 08

foyerruralvillereal@gmail.com

Facebook / Instagram : Akor'Danse

KEEP FIT

Petite salle Côte des Fontaines, au-dessus du judo, 47330 CASTILLONNÈS

Full'danse : lundi de 19h à 20h / Body stretch : lundi de 20h à 20h45.

Power'fit : jeudi de 19h à 20h / Zumba : jeudi de 20h à 20h45.

Salle Des Riviérettes, 47210 VILLERÉAL

Zumba : lundi de 9h30 à 10h15 / Body Stretch : lundi de 10h30 à 11h30.

Keep-Sculp : jeudi de 9h30 à 10h30.

Première séance offerte.

BODY STRECH : développement des muscles profonds et assouplissement des articulations.

POWER'FIT : musculation collective.

FULL'DANSE : mix de plusieurs disciplines

cardio-vasculaire : Aérobie, piloxing, Step, kick boxing, Tabata etc...

KEEP-SCULPT : renforcement musculaire.

Laurence YVEN : +33 6 38 68 24 58 - coachsportif.ly@gmail.com

Facebook : Keep'fit

COMITÉ DES FÊTES DE CAHUZAC

Salle des fêtes, Rue de l'ancienne école
47330 CAHUZAC

À partir de 15 ans. Gym d'entretien et de remise en forme dispensée par une animatrice diplômée EPGV.

Cours ludiques et variés.

Le mardi de 19h à 20h toute l'année.

Cotisation : 30€.

Sylvie CAZE : +33 06 63 07 68 69

sylviecaze28@orange.fr

GÉNÉRATION MOUVEMENT – LOUS CADENAÏRES

Salle des Fêtes, 47330 LALANDUSSE

Entretien physique adapté aux séniors.

Cotisation annuelle : 16€.

Monique FERRANTE : +33 5 53 36 87 08

ainesruraux.lalandusse@orange.fr

ZUMBA MJC

MJC - Salle de danse 2^{ème} étage,

47150 MONFLANQUIN

Mardi de 19h45 à 20h45.

Lucie DAUNIS : +33 6 88 88 78 14

luciedaunis@yahoo.fr

MONBAHUS POUR TOUS

Salle de l'association, Rue du Fort
47290 MONBAHUS

Gym douce. Un mercredi par mois à 19h.

Cotisation annuelle : 12€.

Corinne VALLÉE : +33 6 25 89 67 29

monbahuspourtous@gmail.com

www.facebook.com/monbahuspourtous

FITNESS MJC

MJC - Salle de danse 2^{ème} étage,

47150 MONFLANQUIN

Lundi et jeudi de 10h à 11h.

Cotisation annuelle : 22€ + 2€/cours.

Lynn ROHAN : +33 6 41 58 97 07

lynn.rohan@hotmail.co.uk

GYMNASTIQUE VOLONTAIRE PAILLOLAISE

Salle des fêtes, 47440 PAILLOLES

Renforcement musculaire le mercredi de 19h15 à 20h.

Pilates le vendredi de 9h30 à 10h15.

105€ pour un cours par semaine et 130€ pour deux cours par semaine.

Marie-France ALBAGNAC : +33 6 83 03 88 61

albagnac@live.fr

ASSOCIATION SPORTIVE DE PARRANQUET (anciennement ZUM & LINE)

Salle des fêtes, route du Bourg
47210 PARRANQUET

Adultes et séniors, niveau intermédiaire.
Mardi de 19h30 à 20h30 : renforcement
musculaire complet. Prévoir tapis, haltères
de 500g à 2kg max (ou bouteilles d'eau) et
élastique (peut être fourni).

Jeudi de 19h30 à 20h30 : Fit'dance (danse
cardio).

Du 16 septembre au 18 juin (hors vacances
scolaires).

Deux premières semaines offertes, portes
ouvertes pour tester les cours.

Cotisation annuelle : 60€ + 50€ pour un
cours ou 100€ pour deux cours.

Isabelle VIATEUR : +33 6 66 72 11 50
isabelle_viateur@orange.fr

CLUB DU SOURIRE

Salle du Club, 35 rue du Dropt
47210 VILLERÉAL

Gym adultes et séniors le mardi à 14h30.
Cotisation : 15€.

Sylvie AVEZOU : +33 6 75 78 34 22
sylvie.avezou@gmail.com

GYM FORME LOISIR MONFLANQUIN Gymnase de Coulon, 47150 MONFLANQUIN

Enfants : contacter par mail avec toutes
les infos (souhait d'activité, âge de l'enfant,
contact) car liste d'attente.

Renforcement musculaire adultes : jeudi de
18h30 à 19h30.

Salle de Boxe, Place du 8 mai
47150 MONFLANQUIN

Gym méthode pilates adultes : mardi et
vendredi de 10h à 11h.

Cotisation annuelle : 85€ + 40€ la carte de
10 séances. Premier cours gratuit.

Lucie DAUNIS
gymformeloisirmonflanquin@gmail.com

CESS PILATES

Dojo du gymnase des Rivièrettes
47210 VILLERÉAL

Adultes tous niveaux les mardis et jeudis à
19h30, de septembre à juin.

Amélioration de la posture, renforcement
des muscles profonds, mouvements lents et
contrôlés, soulage efficacement les
douleurs de dos.

Cotisation annuelle : 250€.

Cécile RAISE : +33 6 50 37 56 62
cess.pilates78@gmail.com
<https://www.cess-pilates.fr/>

◆ PADEL

PADEL DE CANCON

À côté du terrain de rugby, Avenue du parc des sports, 47190 CANCON

Découverte du padel à l'ancienne dans le style espagnol, le samedi de 10h à 11h30.

Raquettes et balles fournies.

Initiation gratuite du 20 septembre au 27 décembre.

Inscription par téléphone, 4 personnes minimum, au plus tard 24h avant.

+33 6 13 61 10 28 / 06 07 05 03 85

◆ PÉTANQUE

PÉTANQUE CASTILLONNÉSIENNE

Place des Cornières, 47330 CASTILLONNÈS

Tous niveaux, le jeudi après-midi.

Participation : 3€.

Yvonne CELOTTO : +33 6 31 16 67 27

yvonne.celotto@orange.fr

LA BOULE CANCONNAISE

47190 CANCON

Gérard RAMBAT : +33 6 82 49 76 58

BOULE SAINT-AUBINOISE

Complexe sportif de Paloque,

47150 SAINT-AUBIN

Les mercredis et vendredis de 20h à 00h.
(tous niveaux).

Licence : 40€ (compétitions officielles) /
carte membre : 20€.

Gérard TORMENA : +33 6 09 34 57 08

boulestaubinoise@gmail.com

JOYEUX PÉTANQUEURS DE LA LÈDE

Bourg, 47150 GAVAUDUN

Tous niveaux, le dimanche à 15h30.

Participation gratuite.

Jean-Yves CASAGRANDE : +33 6 75 60 91 14

UNION BOULISTE MONFLANQUINOISE

Boulodrome, Complexe sportif de Coulon

47150 MONFLANQUIN

Les mercredis et samedis à 14h30 (adultes).

Licence : 45€.

Jacky JARGEAU : +33 6 07 31 18 69

jackyjargeau@live.fr

PÉTANQUE VILLERÉALaise

Boulodrome « Les Rivièrettes »,

47210 VILLERÉAL

Concours à la mêlée les mardis et samedis
de 14h30 à 19h (tous niveaux).

Licence : 45€ + 3€ l'après-midi.

Patrick JACQUELIN : +33 6 70 42 80 48

patrick.jacquelin@gmail.com

◆ PILOTAGE ULM

AÉRODROME DE CASTILLONNÈS

Aérodrome de Cavarac, Cavarcou, 47330 CAVARC

Tous les jours sur rendez-vous, de 9h à 20h.

À partir de 60€ (baptême de 20 min).

Manuel SAEZ : +33 6 83 32 54 13 - contactaeroclubcastillonnes@gmail.com

<https://www.aeroclubcastillonnes.fr/> - Facebook : Aéroclub de Castillonnes

DOMMACOCHATÉ

Salle de Carbonnier, 47330 CASTILLONNÈS

Yoga / Late le jeudi de 10h30 à 11h30.

Qi Gong le mardi de 10h30 à 11h30.

Adhésion à l'asso : 15€ + yoga 180€ /

Qi Gong 90€.

Possibilité de payer en plusieurs fois.

Première séance gratuite à partir du 28/09.

Dominique WINDELS : +33 6 58 93 74 04

dominique.windels@orange.fr

YOGA MJC

MJC, Salle de yoga 2ème étage

47150 MONFLANQUIN

Le lundi de 17h30 à 18h45 et de 19h à 20h15,

et le jeudi de 18h30 à 19h45.

Yoga sur chaise (PMR ou personne en convalescence) le lundi de 16h à 17h.

Séance : 7€.

Anne CANTIN : +33 7 86 12 97 75

mjcmonflanquin@gmail.com

ENJOY YOGA

Place du Cap Del Pech,

47150 MONFLANQUIN

Qi-gong, yoga et sophrologie le lundi à 9h30 et 19h, le mardi à 10h et le jeudi à 18h.

Virginie ROSIER : +33 6 88 00 26 33

rosiervirginie@gmail.com

Facebook : Association ENJOY YOGA

ATELIER LACHER-PRISE

47150 MONFLANQUIN

Respiration, méditation et automassage pour tous le dimanche de 10h à 12h.

10€ la matinée.

Isabelle FOUBERT : +33 6 64 10 51 90

isaluna10@hotmail.fr

LE CHEMIN DE L'ARBRE

Le Merlet, 871 Route de Lalandusse

47330 DOUZAINS

Yoga adultes : lundi de 17h30 à 18h30 et de 19h à 20h, et mercredid e 10h à 11h et de 19h à 20h.

Sophrologie adultes : mercredi de 11h15 à 12h15, et mardi (sauf 2ème du mois) et 2ème vendredi du mois de 19h30 à 20h30.

88€ le trimestre (11 cours).

Nicole SOYER : +33 6 88 84 25 19

lechemindelarbre@orange.fr

<http://lechemindelarbre.over-blog.com/>

SHIVA SHAKTI YOGA

Salle au-dessus de la mairie

47290 MOULINET

Hatha Yoga traditionnel tous niveaux, le lundi de 9h15 à 10h45 et le vendredi de 18h à 19h30.

Enseignement de Shri Mahesh Gatradyal.

Le Hatha Yoga développe la confiance en soi, l'écoute à soi. Il travaille tous les muscles du corps et en profondeur. Par la prise de conscience de notre respiration, il apporte le calme, la paix intérieure, la joie en nous. Séance d'1h30 : 10€.

Nathalie GORSE : +33 6 86 27 22 96

nathalie.hathayoga@gmail.com

COURS DE QI GONG

Devant l'église du village,

47150 MONTAGNAC-SUR-LÈDE

Des 8 trésors, des 6 sons et des moelles, le vendredi de 10h30 à 11h30.

5€ par séance.

Claire LAMORLETTE : +33 6 12 43 13 03

zalice2@yahoo.fr

AMICALE MONTAURIOLAISE

Salle des fêtes, 47330 MONTAURIOL

Qi-gong le mardi de 18h à 19h de septembre à juin.

Adhésion annuelle 5€ + cotisation annuelle 50€.

Hélène et Roger ROUILLIER

amicalemontauriolaise@gmail.com

<https://amicale-montauriolaise.jimdosite.com/>

ATELIER SÛTRA

Salle des Fêtes, 47150 SALLES

Anne CANTIN : +33 7 86 12 97 75

ateliersutra@gmail.com

◆ RANDONNÉE

MONBAHUS POUR TOUS

Salle de l'association, Rue du Fort
47290 MONBAHUS

Randonnée pédestre un dimanche par mois à 9h30.

Cotisation annuelle : 12€.

Corinne VALLÉE : +33 6 25 89 67 29

monbahuspourtous@gmail.com

www.facebook.com/monbahus.pourtous

CENTRE DE DÉCOUVERTE DE LA NATURE ET DU PATRIMOINE

47150 GAVAUDUN

+33 7 56 36 63 28

cdnp47@gmail.com

LES MARCHEURS DES BASTIDES

Rendez-vous Carrefour de Fer ou piscine,
47150 MONFLANQUIN

Deux lundis par mois à 9h : marche santé.

Mardi à 13h30 : rando sportive.

Mercredi matin : bungi pump.

Jeudi à 13h30 : rando douce.

Vendredi matin : marche nordique.

Licence FFR : 40€.

Marie-Claude DELCAILLOU : +33 6 85 04 39 07

mclaude.delcaillou@gmail.com

FAMILLES RURALES

Club de marche Cancon, Départ Place du
Foirail, 47190 CANCON

Tous niveaux, le mardi à 13h30.

Cotisation annuelle : 24€/famille.

Michèle DUCLERQ : +33 6 72 11 36 38

jeanne.duclercq@orange.fr

AMICALE MONTAURIOLAISE

Salle des fêtes, 47330 MONTAURIOL

Marche douce, entre 5 et 8 km, découverte
des alentours de Montauriol, de sa faune et
de sa flore.

Le lundi à 9h de septembre à juin (séniors).

Adhésion simple : 5€.

Élisabeth : +33 7 85 16 81 06

amicalemontauriolaise@gmail.com

<https://amicale-montauriolaise.jimdosite.com/>

LES MARCHEURS VILLERÉALAIS

Parking des Rivièrettes, 47210 VILLERÉAL

Les samedis ou dimanches en alternance.

Départ à 8h en été (juin à septembre) et
13h30 en hiver (octobre à mai).

Licence fédérale annuelle : 40€.

Marie DELRUE : +33 6 76 51 81 93

marcheursvillerealais47@laposte.net

◆ TENNIS

TENNIS CLUB CANCON

Av. Parc des sports, 47290 CANCON

Lundi et vendredi : 17h à 19h.

Mardi : 16h45 à 21h45.

Samedi : 9h à 12h.

Diego BUECHE : +33 6 07 05 03 85

tenniscancon@hotmail.fr

<https://tenup.fft.fr/club/59470252/equipe>

TENNIS CLUB VILLERÉAL RIVES

Site du Pesquié, Route d'Issigeac

279 chemin du Pesquié, 47210 RIVES

À partir de 6 ans.

Octobre à juin (hors vacances scolaires).

110€ / enfant, 70€ / licence de base.

Gaël BLAVETTE : +33 6 71 22 05 78

gael.blavette@wanadoo.fr

Facebook : TCVR official

TENNIS CLUB CASTILLONNÈS

« La Ferrette », 47330 CASTILLONNÈS

À partir de 5 ans.

Alain JACQUOUTET : +33 6 20 09 53 53

tennisclubcastillonnes@orange.fr

<https://tenup.fft.fr/club/59470127/equipe>

Facebook : Castillonnes Tennis

TENNIS CLUB MONFLANQUIN

Salle de tennis de Coulon

47150 MONFLANQUIN

Séniors hommes, femmes et vétérans.

Enfants de 6 à 14 ans.

Loisirs et compétition : 85€ / adulte et 65€ / enfant.

Pierrick CHAUMONT : +33 6 82 03 49 25

tennisclubmonflanquin@laposte.net

<https://tennis-club-monflanquin.clubeo.com/>

Facebook : Tennis Club Monflanquin

◆ TENNIS DE TABLE

MONFLANQUIN TENNIS DE TABLE

Gymnase de Coulon, 47150 MONFLANQUIN

Lundi et jeudi de 17h à 19h, vendredi de 20h à 22h.

Jeudi : entraînement avec un éducateur pour les jeunes.

Lundi : encadrement des jeunes par un joueur du club.

Compétition le samedi à 16h à domicile.

De 8 à 15 ans : 65€ / 16 ans et + : 95€.

Sébastien BRUNET : +33 6 76 78 25 64

monflanquintt47@gmail.com

ASSOCIATION CULTURELLE ET LOISIRS

Salle des fêtes, 47330 FERRENSAC

Vendredi : 20h à 22h.

Cotisation annuelle : 5€.

Christian MIOSSEC : +33 6 40 14 02 20

associationculturelleetloisirs@gmail.com

◆ VÉLO

CYCLO 4 HAUT-AGENAIS

Parking du bourg, 47210 BORN / Place de l'ancien foirail, 47290 CANCON

Parking Gamm Vert, 47150 MONFLANQUIN

À Monflanquin le jeudi, Cancon le mardi et Born le dimanche toute l'année.

Deux activités majeures : cyclisme loisir et cyclisme compétition.

Guy MOLIERAC : +33 6 72 09 50 51 - cyclo4-haut.agenais@orange.fr

cyclo4passion.blog4ever.com

ACTIVITÉS LUDIQUES ET ARTISTIQUES

♦ ACTIVITÉS MANUELLES

CLUB VENDREDI

Salle de Fêtes, 47210 BOURNEL

Groupe d'art et ateliers créatifs.

Le vendredi de 10h30 à 15h, déjeuner partagé une fois par mois.

Cotisation annuelle : 10€.

Julia AHUIR : julia.ahuir@cegetel.net

Anna KEVILL : +33 6 38 21 77 49

anna.kevill@gmail.com

COULEURS & FICELLES MJC

Salle 2ème étage, 47150 MONFLANQUIN

De 4 à 14 ans : ateliers d'expression peinture, textile, argile...

Le mercredi de 10h à 12h et pendant les vacances scolaires (stages tout public et enfant/parent).

Tarif : 10€ pour 1 séance / 90€ le trimestre / 250€ l'année.

Anne CANTIN : +33 7 86 12 97 75

mjcmonflanquin@gmail.com

POTERIE MJC

Atelier rue Saint-Pierre,

47150 MONFLANQUIN

Adultes : mercredi de 10h à 12h.

Enfants : pendant les vacances scolaires.

Françoise FAURIE : +33 5 53 36 32 22

coisefaurie@gmail.com

ACTIVITÉS ET LOISIRS

Rue nationale, face à la pharmacie
47290 CANCON

Mardi, mercredi et jeudi de 14h à 17h : jeux, couture, tricot, crochet etc en fonction des aspiration et des motivations de chacune.
Cotisation annuelle : 25€.

Pierrette FORBRAS : +33 6 47 53 60 19

aalcancon@gmail.com

GÉNÉRATION MOUVEMENT - LOUS CADENAÏRES

Salle des Fêtes, 47330 LALANDUSSE

Loisirs créatifs le mercredi après-midi.
Cotisation annuelle : 16€.

Monique FERRANTE : +33 5 53 36 87 08

ainesruraux.lalandusse@orange.fr

AMICALE MONTAURIOLAISE

Salle des fêtes, 47330 MONTAURIOL

Activités manuelles le vendredi matin de 9h à 12h en semaine impaire de septembre à juin. Initiation patchwork, tissage, art textile, dentelle aux fuseaux. Réalisation de broche en broderie Jaouen, d'Origami tissu... Diverses sorties (T comme Tissu à Eygurande, Fils passion à Périgueux... Journée France Patchwork à St Laurent Manoire)
Adhésion simple : 5€ + 3€ la séance.

Véronique JANSSEN : +33 6 62 52 39 14

amicalemontauriolaise@gmail.com

<https://amicale-montauriolaise.jimdosite.com/>

◆ COURS DE LANGUES

MONBAHUS POUR TOUS

Salle de l'association, Rue du Fort
47290 MONBAHUS

Atelier conversation français / anglais le
3^{ème} mercredi du mois à 19h.
Cotisation annuelle : 12€.

Corinne VALLÉE : +33 6 25 89 67 29

monbahuspourtous@gmail.com

www.facebook.com/monbahus.pourtous

FRANÇAIS LANGUE ÉTRANGÈRE MJC

MJC 2^{ème} étage, 47150 MONFLANQUIN
Lundi matin ou après-midi selon niveau.
Séance de 1h30 : 12€.

Marion LORILLARD : +33 6 70 77 08 08

marionlorillard@gmail.com

LES MURMURES DU DROPT

6 rue du petit Paris, 47330 CASTILLONNÈS
Cours de français, anglais et italien,
du lundi au jeudi à 14h30.

Cotisation annuelle : 30€.

Nadège BAZZOLI : +33 6 20 48 61 66

nadegebazzoli47@orange.fr

COURS D'ANGLAIS MJC

MJC Rez-de-chaussée et 2^{ème} étage,
47150 MONFLANQUIN

Débutants et intermédiaires, le mardi à
18h30 et 19h45.

Margaret CHRUSZCZ : +33 9 77 59 05 54

margaret@bouye.eu

LA FORGE DE PAULHIAC

La Forge, 47150 PAULHIAC

Cours de français langue étrangère.

Mardi, jeudi et vendredi à 14h30.

Cathy FOX : +33 6 49 57 82 62

cathyfox@hotmail.com

◆ MUSIQUE ET CHANT

CHORALE MÉLI-MÉLO

Maison des associations, 47190 CANCON

Tous âges, le samedi de 10h à 12h.

Cotisation annuelle : 60€.

Pierre CHANUT : +33 6 88 79 76 80

pierre.chanut47@gmail.com

ÉCOLE DE MUSIQUE INTERCOMMUNALE

Tous publics, 14 disciplines instrumentales,
chorale, orchestre...

Horaires disponibles sur le site internet,
avec dossier d'inscription.

Stéphane JACQUES : +33 6 71 75 48 32

ecoledemusique@ccbastides47.com

www.ccbastides47.com/ecoledemusique/

CONCERTS AU VILLAGE

39 Av. de la Libération, 47150 MONFLANQUIN

Musique assistée par ordinateur (MAO).

Pour ados et adultes, tous niveaux.

Tous les 15 jours de septembre à juin : 6
cours collectifs de 1h30 pour 140 €/trimestre.
Modules thématiques et accompagnement
personnalisé de la prise en main des outils
à la création sonore, pour mieux enregistrer,
fabriquer ses sons et affiner les mix.

Professeur formé chez Fastlane, école
certifiée par Ableton Live.

Sylvain : +33 7 44 56 65 17

contact@concerts-au-village.fr

<https://www.concerts-au-village.fr/>

CDNP

47150 GAVAUDUN

+33 7 56 36 63 28

cdnp47@gmail.com

◆ JEUX DE SOCIÉTÉ

CLUB DE LONGUEVIE

Club de Longuevie, 47330 CASTILLONNÈS

Petit loto le mardi à 14h et belote le lundi et vendredi à 14h.

Cotisation annuelle : 17€.

Liliane HUGUET : +33 5 53 36 89 11

cloduceline2@wanadoo.fr

BRIDGE ET SCRABBLE MJC

MJC Place des Arcades,

47150 MONFLANQUIN

Bridge le lundi de 14h à 17h30.

Scrabble le mercredi de 13h45 à 18h30.

Droit de table : 1€

Patrick WEICK : +33 5 53 36 46 82

+33 6 31 26 24 33

weick.pmh@orange.fr

DÉTENTE ET AMITIÉS

Presbytère, Rue du Marché

47330 CASTILLONNÈS

Scrabble le mercredi à 14h, jeux et couture le jeudi à 14h30.

Cotisation annuelle : 15€.

Plus d'informations via la Dépêche.

GÉNÉRATION MOUVEMENT - LOUS CADENAÏRES

Salle des Fêtes, 47330 LALANDUSSE

Jeux de septembre à juin.

Cotisation annuelle : 16€

Monique FERRANTE : +33 5 53 36 87 08

monique.ferrante47@gmail.com

CLUB DU SOURIRE

Salle du Club, 35 rue du Dropt ou Salle

François Mitterrand, 47210 VILLERÉAL

Belote interclub le 1er mercredi du mois d'octobre à juin.

Belote le jeudi et petit loto le vendredi à 14h.

Cotisation annuelle : 15€

Sylvie AVEZOU : +33 6 75 78 34 22

sylvie.avezou@gmail.com

CLUB DES SÉNIORS PAILLOLAIS

Salle des fêtes, 47440 PAILLOLES

Tous les 2èmes et 4èmes jeudis du mois : belote, rami, tarot, scrabble etc...

Cotisation annuelle : 14€.

Christiane MATTANA : +33 5 53 41 05 93

mattana.henri@orange.fr

◆ THÉÂTRE - CINÉMA

LA TROUPE DES PABLO

Salle de Carbonniers, 47330 CASTILLONNÈS

Le mardi de 19h15 à 20h45 (de 7 à 77 ans).

Séance : 5€.

Philippe MANOU : +33 6 82 04 02 05

manou.philippe@orange.fr

CINÉ4

Place Jasmin, 47330 CASTILLONNÈS

Cinéma d'art et d'essai.

+33 5 53 36 92 14

<https://cine4.fr/>

CENTRE SOCIAL ÉCLAT & VOUS ÊTES ICI

Salle François Mitterrand, 47210 VILLERÉAL

Le lundi de 17h30 à 18h30 d'octobre à juin, de 8 à 14 ans avec Laurette.

Le lundi de 18h30 à 20h30 d'octobre à juin pour les plus de 15 ans avec Nicolas.

Cotisation annuelle : 20€ + 190€ de 8 à 14 ans / 282€ de 15 à 55 ans / 121€ pour les plus de 55 ans. Paiement possible par trimestre. Cours d'essai le lundi 29 septembre.

+33 5 53 40 34 55 / +33 6 38 62 59 50

[eclatsaccueil@gmail.com](mailto: eclatsaccueil@gmail.com)

THÉÂTRE MJC

Salle des Consuls, rue des Arcades
47150 MONFLANQUIN

Le mardi à 20h30.

Colette CORGE : +33 6 66 57 82 44

colette.corge@gmail.com

CINÉMA MJC

Salle des Consuls, rue des Arcades
47150 MONFLANQUIN

Projection de film le 1er vendredi du mois à 20h30, d'octobre à juin.

5,50€ / séance.

Françoise DOMINIQUE : +33 6 88 28 79 58

francoise.dominique@free.fr

AUTRES ACTIVITÉS

LCS NATURE EVASION

47150 GAVAUDUN

Tous publics et tous niveaux.

Multiplés activités de pleine nature avec des animateurs diplômés. Ouvert pendant les vacances scolaires d'Avril à Octobre, sur réservation.

+33 6 24 76 96 08 / +33 6 72 77 60 76

+33 6 27 92 43 30

lcs.natureevasion47@gmail.com

Facebook : [LCS Nature Evasion](#)

SORTIES MJC

47150 MONFLANQUIN

Programme trimestriel.

Tarif selon destination.

+33 7 86 12 97 75

mjcmouflanquin@gmail.com

TIR À L'ARC MJC

MJC, chapiteau de la piscine
47150 MONFLANQUIN

Le mercredi de 14h30 à 16h30.

250€ l'année / 90€ le trimestre / 10€ la séance (aide Pass Sport).

Xavier BROCHARD : +33 6 84 38 59 12

mjcmouflanquin@gmail.com

CLAS MJC

MJC, Place des Arcades,
47150 MONFLANQUIN

Accompagnement à la solidarité, le mardi de 17h à 19h.

2€/séance (engagement annuel souhaité).

Anne CANTIN : +33 7 86 12 97 75

mjcmouflanquin@gmail.com

LES ÉCHIQUIERS DE LA BASTIDE

Clubhouse de rugby, place du Cap Del Pech
47150 MONFLANQUIN

À partir de 6 ans. De septembre à juin.
tous les jeudis de 17h30 à 20h.
Enfants moins de 14 ans : 25 €
Adultes : 40 €

Gilles LEMOUTON : +33 6 32 06 82 00
echecsmonflanquin@orange.fr

L'ÉCHIQUIER DE VILLERÉAL

7 Cote St Michel, 47210 VILLERÉAL

Le vendredi de 17h30 à 19h au Centre social
Éclats.

Pascal LUTHI : + 33 5 53 40 34 55
<https://www.echecs.asso.fr/FicheClub.aspx?Ref=3392>

CLUB D'ASTRONOMIE CAPELAIN

Observatoire astronomique, 709 Route de St
Chaliès, 47150 LACAPELLE-BIRON

Deux fois par mois, sur réservation.
Observation du ciel, formation et animation
en compagnie d'astronomes amateurs. Le
soir des observations, vous pouvez venir
avec votre instrument et être accompagné.
Différents instruments seront à votre
disposition lors des soirées.
Participation : 5€ / Gratuit - de 12 ans.

Thomas LEFEBVRE
clubastronomiecapelain@gmail.com
Facebook : Club d'Astronomie Capelain

UN BRIN DE CIRQUE

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: jongle-
ries, objets d'équilibres, acrobaties, jeux de
clown et acteur, portés aériens...
Demi-journée : 20€ / Journée entière : 40€

Cristelle DE LA IGLESIA : +33 6 37 13 71 26
unbrindecirque@hotmail.fr
<https://unbrindecirque.jimdofree.com>

CENTRE SOCIAL ÉCLATS VACANCES NATURE

7 côte Saint-Michel, 47210 VILLERÉAL

Espace de vie intergénérationnel,
ludothèque et recyclerie solidaire.
Organisation de moments conviviaux au-
tour de différents thèmes, ateliers partici-
patifs, permanences diverses. Retrouvez le
détail des activités sur l'agenda en ligne :
www.coeurdebastides.com
Adhésion annuelle : 20€

+ 33 5 53 40 34 55 / + 33 6 38 62 59 50
eclatsvacancesnature@gmail.com
<https://www.vacancesnature.org/eclats-l/>
Facebook : Centre Social «Éclats»

COMMUNAUTÉ DE COMMUNES DES BASTIDES EN HAUT-AGENAIS PÉRIGORD

Born, Cancon, Castillonnès, Monflanquin et Villéréal.

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 Villéréal.
10 structures d'Activités de Loisirs Périscolaires (ALP)..

+33 5 53 49 55 80 - Plus d'informations sur : <https://www.ccbastides47.com/>

RÉSEAUX NUMÉRIQUES MÉDIATHÈQUES - BIBLIOTHÈQUES

ESPACE NUMÉRIQUE

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.

Katia BROGNIART : +33 9 62 05 38 58
espace-numerique@outlook.com
www.sainteutropeborn.fr

LIRE ET FAIRE LIRE

MJC, place des arcades
47150 MONFLANQUIN

Sur rendez-vous.

Chantal CHAUVIN : +33 6 11 10 17 63

BIBLIOTHÈQUES & MÉDIATHÈQUES EN BASTIDES HAUT-AGENAIS PÉRIGORD

Lectures publiques toute l'année dans toutes les médiathèques.

Alice DELAFOSSE : +33 7 48 13 98 88 - reseautheque@ccbastides47.com

Points de lecture à Gavaudun, Montagnac, La Sauvetat-sur-Lède, Le Laussou.

CANCON, Place Centrale

Mardi, jeudi et vendredi : 15h30 - 19h

Mercredi : 10h - 19h

Samedi : 10h - 17h.

+33 5 53 70 41 12

CASTILLONNÈS,

18 Rue des anciens combattants

Mardi : 9h - 12h30

Mercredi : 9h - 17h

Samedi : 9h - 12h30

+33 5 53 01 75 33

MONFLANQUIN, 16 Rue Sainte-Marie

Mercredi : 9h - 18h

Jeudi : 9h - 13h

Samedi : 10h - 17h

+33 5 53 36 54 31

VILLERÉAL, Boulevard Bernard Palissy

Lundi et mardi : 15h30 - 17h30*

Mercredi : 9h - 18h

Samedi : 9h - 12h30

+33 5 53 36 01 24 (*sauf vacances scolaires)

MONBAHUS, mairie, 2 rue du champ de foire

Samedi : 9h30 - 12h.

+33 5 53 01 62 17

SAINT-EUTROPE-DE-BORN, Bourg de Born

Mercredi et vendredi : 14h - 18h

+33 5 53 36 65 89

SAINT-QUENTIN-DU-DROPT,

Mairie du bourg

Lundi et vendredi : 17h30 - 19h

Le 1er samedi du mois : 10h30 - 12h, livres et atelier d'anglais

+33 5 53 36 81 76

Esprit Sud Périgord

OFFICE DE TOURISME
CŒUR DE BASTIDES



Pour retrouver toutes les informations, scannez ce QR code

Office de Tourisme Cœur de Bastides

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



Bastides en Haut-Agenais Périgord
Communauté de communes



RÉGION
Nouvelle-
Aquitaine
Comité Régional du Tourisme



Les Plus
Beaux Villages
de France®