

# FOYER RURAL DE GUIMAEC



[www.foyerruralguimaec.fr](http://www.foyerruralguimaec.fr)



[contact@foyerruralguimaec.fr](mailto:contact@foyerruralguimaec.fr)

## Adhésion 2025/2026

- Adultes : 16 €
- Moins de 15 ans : 8 €

Cette cotisation comprend l'assurance individuelle accident valable dans le cadre des activités.

# LES ACTIVITÉS :

## Aikido



Mercredi : 18h10 - 19h30



Dojo Salle Ty Bugale Rannou



Michel DALMAS : mdalmas.lvec@laposte.net



## Arts martiaux historiques européens (AMHE)



Lundi : 18h30 - 20h30 / Samedi : 10h - 12h



Salle Ty Bugale Rannou



Olivier LANCIEN : 06 82 74 29 60 / olivier.lancien@hotmail.fr



15€ pour la FFAMHE + adhésion



## Atelier informatique



Lundi : 14h45 - 16h45



Mairie



Olivier LETENDRE : 06 71 22 09 34 / olivier.letendre@free.fr



## Badminton



Mercredi : 18h - 20h30 / Dimanche : 11h - 12h



Salle Ty Bugale Rannou



Martine JOUIN : 06 71 45 69 91 / manoujouin@gmail.com

Martine QUEROU : 06 24 71 81 12 / m.desmet59@gmail.com



## Causerie en breton ou Kaoz



1 Lundi sur 2 : 17h30 - 19h



Mairie



Jean-Charles CABON : jean-charles.cabon@wanadoo.fr

Dominique BOURGES : 06 84 64 39 44 / dominique\_bourges@hotmail.com



## Cours de français pour les non-francophones



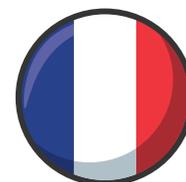
1 ou 2 après-midi / semaine horaires à définir



Keravel chez Mme Tirilly



Françoise TIRILLY : 06 83 95 47 92 / tirillykeravel@orange.fr



## Danse indienne (Bharata Natyam)



Mardi (initiation) : 19h - 20h30



Salle An Nor Digor



Marjorie CHABERT: 06 70 10 44 94 / chabert.marjorie@gmail.com



## Danses de la Renaissance



Lundi : 19h - 20h30



Salle An Nor Digor



Véronique DANIELS : 07 89 40 30 65 / veroniquedaniels@renaidanse.org



## Fanfare (Savoir lire la musique est nécessaire)



1 mardi sur 2 : 17h45 (chauffe) - 20h30



Salle An Nor Digor



Gabriel SIANCAS : 07 73 56 73 94 / atelierfanfare@mailo.com



## Généalogie



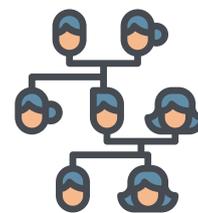
1 mardi sur 2 : 14h - 16h



1e étage de la Mairie



Lili DEROUT /06 27 66 77 45 : derout\_cie@msn.com



## Jiu Jitsu brésilien



Stage initiation un samedi par mois (dates à déterminer)



Dojo Salle Ty Bugale Rannou



Fabrice : 06 08 72 35 91/ fperreausaussine@gmail.com



## Jodo - Shintō Musō Ryū Jōdō



Mardi et jeudi : 19h - 21h



Dojo Salle Ty Bugale Rannou



Luc QUAGLIA : 06 69 12 56 41 / lucquaglia@joshin.eu



## Patrimoine



Jeudi : 14h



Contactez la responsable pour le lieu de RDV



Catherine HUGNET : 07 89 62 90 58 / catherine.hugnet@orange.fr

Jean-Pierre PONTAIS : 07 78 78 53 96



## Pommes et vergers

 Activités saisonnières dans les vergers : pressées collectives de jus de pomme, stages de taille, de greffage, transmission de savoir-faire sur les fruitiers



 Jean-Baptiste LEHMANN: 06 61 89 84 15 / pommes.guimaec@gozmail.bzh

## Randonnée

 Jeudi et dimanche matin, rendez-vous à 8h30

 RDV Parking de la salle An Nor Digor

 Marie-Claude LE GOFF et Bernard CABON : 06 87 27 23 55 / legoff.mc@wanadoo.fr

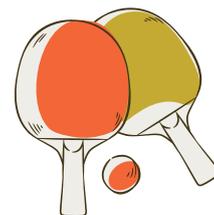


## Tennis de table

 Mardi : 18h - 20h

 Salle Ty Bugale Rannou

 Alain TIRILLY : 07 83 29 85 66 / tirillykeravel@orange.fr



## Voyage

 Marie-Claude LE GOFF : 06 87 27 23 55 / legoff.mc@wanadoo.fr



## Yoga (Vinyasa)

 Mardi 9h - 10h (dynamique) et 10h15 - 11h15 (doux)

 Salle An Nor Digor

 Dzovick EUKSUZIAN : 06 24 50 20 21 / info@bananayoga.fr

 Forfait annuel : 180€ + l'adhésion



## YogaQiDo - Au fil des saisons & ASR (Abdos sans risques)

 Jeudi : 18h - 19h30 et 19h30 - 21h / Vendredi : 9h30 - 11h et 11h - 12h30

 Salle An Nor Digor

 Évelyne DESPLANCHE : 06 86 10 91 22 / lecorpsdelartiste@gmail.com

 5 cours : 60€ / 10 cours : 110€

 Forfait annuel : 240 € / Réduit : 140 € / 2 cours par semaine : 360 €

