



**GUIDE DES
ACTIVITÉS PERMANENTES**

SAISON 2020 - 2021

Office de Tourisme Coeur de Bastides
+33 5 53 36 40 19 | contact@coeurdebastides.com

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		De 35€ à 90€	Fabien SAPHY +33 6 59 70 16 27 boudybasketclub@boudybasketclub.com Facebook : Boudy Basket Club
AMICALE LOISIRS CASTILLONNÈS BASKET Gymnase plaine des sports 47330 CAHUZAC	U5 mixte	Samedi	10h15 - 10h45	Tarif communiqué en début de saison	Gautier DORSEMAINE +33 6 01 26 13 39 alcastillonnesbasket@gmail.com Facebook : AL Castillonnès Basket
	Baby basket		10h45 - 11h30		
	U7 mixte		10h30 - 11h30		
	U9 mixte	Lundi Mercredi	17h - 18h30 13h45 - 15h15		
	U11 Filles	Mardi Mercredi	17h - 18h30 15h30 - 17h		
	U15 Filles	Mardi	18h30 - 20h		
	U18	Vendredi	19h - 20h30		
	U15 et U13 Filles	Vendredi	17h30 - 19h		
	Loisirs Féminines Séniors Féminines	Jeudi Vendredi	20h - 21h30 20h30 - 22h		
BASKET Loisir MJC Gymnase 47150 MONFLANQUIN	Adulte	Jeudi	19h30 - 21h30	Cotisation à l'année : 31€	MJC +33 5 53 71 20 25 / mjc47150secretariat@wanadoo.fr Nicolas Berthoumieux +33 6 89 08 41 05 / nicoberthou@wanadoo.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, 7, 8, 9	Mercredi Samedi	Contacter pour les horaires	70€	
	U10, 11	Mercredi Samedi		90€	

ASSOCIATION SPORTIVE CASTILLONNÈS, CAHUZAC, LALANDUSSE Plaine des sports 47330 CAHUZAC	U12,13	Lundi, mercredi	Contacter pour les horaires	90€	Didier BILLOIR +33 6 81 08 41 27 didier-billoir@wanadoo.fr	
	U14,15	Mardi, jeudi		90€		
	Séniors	Mercredi Vendredi	20h	100€		
FOOTBALL CLUB CANCON Stade "Lagatte" 47190 CANCON	Moins de 6 à moins de 13 ans	Mercredi Samedi	15h30 - 16h30 10h - 12h	Moins de 9 ans : 35€ Moins de 13 ans : 40€	Gaël ANDRE +33 6 84 42 62 71 542309@lfaquitaine.fr Facebook : FC Cancon	
	Moins de 15 ans	Mardi Jeudi	18h30 - 20h	50€		
	Seniors	Vendredi	20h30	70€	Thomas CLEMENZ +33 6 73 92 72 05	
AS MONBAHUS FOOTBALL "La Barque" 47290 MONBAHUS	5 à 15 ans	Mercredi Samedi	14h - 17h	40€	François MARCOMINI +33 6 31 55 63 13 francois.marcomini@sfr.fr	
	Séniors	Lundi Mercredi Vendredi	20h - 22h	60€		
	Féminines	Mercredi (jusqu'en septembre) Vendredi	20h - 22h	50€	Danielle DHELIAS +33 6 08 15 40 31	
	Vétérans	Vendredi	20h - 22h	60€	Christophe GROSSIA +33 6 77 70 39 30	
FOOTBALL MONFLANQUIN Stade Mondésir 47150 MONFLANQUIN	U7 et U9	Samedi	10h - 12h	60€	Alain MARTINAUD +33 6 17 46 69 12 amartinaud47@gmail.com Marc COGNET +33 6 49 30 46 83 lmhotep.marc@live.fr monflanquin.fc@laposte.net Hervé LIABASTRE +33 6 14 23 25 37	
	U11	Mercredi Samedi	18h - 19h30 10h - 12h			
	U13	Mardi et Jeudi	18h - 19h30			
	U15	Mercredi Vendredi	18h - 19h30 18h30 - 20h			
	U17	Mercredi et Vendredi	20h - 21h30	90€		
	Féminines	Mardi et Vendredi	20h - 21h30			
	Séniors	Mercredi et Vendredi	20h - 21h30			
	Vétérans	Lundi et Vendredi	19h30 - 22h			
US VILLERÉAL AISE « Laplagne » 47210 VILLERÉAL	De 5 à 15 ans	Mercredi Samedi	14h - 18h	50€	DE PAUW Philippe +33 6 43 57 53 90 Portes ouvertes les 5 et 12/09.	
	Séniors	Mercredi Vendredi	20h - 22h	70€		
	Vétérans	Vendredi	20h	40€		

HANDBALL		Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'entraînement(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
HANDBALL CLUB CANCONNAIS Gymnase 47190 CANCON	Moins de 9 ans	Mercredi	16h - 16h45	43€	Coralie SEYLER +33 6 76 65 23 60 handballclubcancon@gmail.com Facebook : Handball Club Cancon	
	Moins de 11 ans		16h45 - 18h	48€		
	Moins de 13 ans / Moins de 15 ans Filles		18h - 19h45	58€		
	Moins de 18 ans Garçons et Seniors		19h30 - 21h	75€ / 90€		
	Moins de 18 ans Filles	Vendredi	19h30 - 21h	75€		
	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 Rotation sur les terrains de rugby de Cancon, Castillonès, Lacapelle- Biron, Monflanquin et Villereal	De 5 à 14 ans	Mercredi Samedi	16h30 - 20h 9h30 - 12h	De 50 à 80€	Aurélian PAILLE / +33 6 47 02 30 66 pailleaurelian@gmail.com	
	De 15 à 19 ans	Vendredi	19h			
Féminines 4 cantons BHAP Rugby Féminin Stade Michel Royer, 47190 CANCON Stade de Coulon, 47150 MONFLANQUIN	Féminines	Vendredi	19h30 - 22h30	Non précisé	Mathias BELVES +33 7 78 24 11 90 mathias.belves@sfr.fr Facebook : 4 Cantons BHAP Rugby Féminin	
4 Cantons BHAP Rotation sur les terrains de Cancon, Castillonès, Monflanquin et Villereal.	Senior fédéral 18 et plus Senior régional 18 et plus	Mardi Vendredi	19h45 - 22h	Non précisé	Aurélien LASSAIGNE +33 6 75 66 19 30 lассаigneaurélien@gmail.com Facebook : 4 Cantons BHAP	
SPORTING CLUB SAINT-AUBIN Lieu-dit « Paloque » 47150 SAINT-AUBIN	De 5 à 40 ans	Mardi Vendredi	20h	Licence gratuite	David LUITTRE +33 6 30 31 71 69	

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 BEAUGAS	Tous âges	Mercredi	19h30	Participation libre	Jean-Marc HUGUET +33 6 66 76 74 05 jmh1@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 19/09 de 15h à 18h. Prévoir un certificat médical obligatoire de pratique de ce sport.	Patrick NICOLAS +33 6 42 86 39 13 patrick.nicolas@wanadoo.fr
	Jeunes Adultes	Samedi	15h30 - 17h 17h - 19h		
ÉQUITATION	Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'entraînement(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
LES PONEYS DU LIEN Lamouthe basse 47210 MAZIÈRES-NARESE	Tous âges (à partir 2 ans baby poney)	Mardi Vendredi Mercredi et Samedi	17h30 17h30 10h - 18h	65€/mois Portes ouvertes le 6/09.	Marie GIRARDIN +33 7 61 59 69 57 lesponeysdulien@gmail.com
ÉQUI-ÂGE Lieu-dit Coulon 47150 MONFLANQUIN	-	Mercredi Samedi	Contacteur pour les horaires	Non précisé	Béatrice BOTTEGA +33 6 78 58 51 85 equiage47@gmail.com
PONEY CLUB D'ÉMILIE Lieu-dit « Saint-Michel » 47440 PAILLOLES	À partir de 3 ans	Contacteur pour les horaires		Non précisé	Émilie LAMPIN +33 6 75 55 15 poney.club.emilie13@gmail.com
MARCHE	Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'entraînement(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
CLUB DE MARCHE CANCON Départ de la salle de danse 47190 CANCON	Toutes catégories	Mardi	13h30	Cotisation annuelle : 24€/famille	Michèle DUCLERQ +33 6 72 11 36 38 jeanne.duclercq@wanadoo.fr

JOYEUX CANCONNAIS Maison des associations 47290 CANCON		Seniors	Jeudi	9h30 8h30 (été)	Cotisation annuelle : 10€	Serge RICHARD +33 6 32 86 17 43 sylvie0830@club-internet.fr
LES MARCHEURS DES BASTIDES Carrefour de Fer 47150 MONFLANQUIN	Randonnée pédestre	Tout public	Mardi	13h30 (hiver) 8h30 (été)		Guy BARBIER +33 6 13 40 60 50 barbier_guy@orange.fr
LES MARCHEURS DES BASTIDES Parking de la piscine 47150 MONFLANQUIN	Marche Nordique	Tout public	Vendredi	14h	Cotisation annuelle : 38€	Marie-Claude DELCAILLOU +33 6 85 04 39 07 mclaude.delcaillou@yahoo.fr
	Rando Santé	Senior	Lundi, 2 fois par mois	9h		Dominique DUPERREY +33 6 03 39 31 40 Dominique.duperrey@wanadoo.fr
MARCHEURS VILLERÉALAIS Parking des Rivierettes 47210 VILLERÉAL		Jeunes et adultes	Les samedis ou dimanches en alternance. 8h en été, 13h30 en hiver. Consulter les programmes.		35€	Marie DELRUE +33 6 76 51 81 93 / +33 5 53 49 07 99 mariedelrue47@yahoo.fr
PÉTANQUE		Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'entraînement(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
PÉTANQUE CASTILLONNÉSIENNE Place des Cornières 47330 CASTILLONNÈS		Tous âges	Mardi Jeudi (1 ^{er} et 3 ^{ème} du mois)	14h 14h30	40€	Didier BERNARD +33 6 74 72 64 11 didier.bernard073@orange.fr
JOYEUX PÉTANQUEURS DE LA LÈDE Bourg 47150 GAVAUDUN		Tous niveaux	Dimanche	Après-midi	Licence gratuite	Chaty CONGÉ +33 6 52 19 74 23
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 (avril à octobre)	20h - 00h	40€	Gérard TORMENA +33 6 09 34 57 08
PÉTANQUE VILLERÉALAISE « Les Rivierettes » 47210 VILLERÉAL		Tous niveaux	Mardi Samedi	14h30 - 19h	40€ la licence	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 Cavarc, 613 Route de Boisse 47330 CAVARC	Tous âges	Tous les jours sur rendez-vous, de 9h à 20h.		Baptême de 20min : 40€	M. FAUGERE +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
ASSOCIATION CULTURE ET LOISIRS Salle des fêtes 47330 FERRENSAC	Tous âges	Vendredi	20h -22h	Cotisation annuelle : 5€	Christian MIOSSEC +33 6 40 14 02 20 miossec.c@wanadoo.fr Facebook : Association Culture et Loisirs
TENNIS DE TABLE Salle des fêtes 47210 MAZIÈRES-NARESE	Tous âges	Judi (à partir d'Octobre)	18h - 20h30	Non communiqué	Jean-Yves LEVEAU +33 5 53 36 66 75
MONFLANQUIN TENNIS DE TABLE Gymnase de Coulon 47150 MONFLANQUIN	Tous niveaux	Lundi Judi (entraîneurs diplômés) Vendredi	17h - 19h 17h - 19h 20h - 23h	Loisirs de 35 à 60€ Compétitions de 50 à 80€	BRUNET Sébastien +33 6 32 17 94 74 / +33 6 76 78 25 64 monflanquintt47@gmail.com
TENNIS DE TABLE Gymnase 47150 MONFLANQUIN	Tous âges	Vendredi	20h	Participation libre	Jean-Marc HUGUET +33 6 66 76 74 05 jmh1@neuf.fr
TENNIS	Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'entraînement(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
TENNIS CLUB CANCON Av. Parc des sports 47190 CANCON	Tous niveaux	Lundi Mardi Vendredi Samedi	17h - 19h 16h45 - 21h45 17h - 19h 9h - 12h	Licence : 60 €/adulte et 45 €/enfant + cours : de 45 à 60 €/trimestre.	Diego BUECHE 06 07 05 03 85 tenniscancon@hotmail.fr Inscription les 5 et 12 de 14 à 16h. Journée découverte le 5 après-midi.
TENNIS CLUB CASTILLONNÈS « La Ferette » 47330 CASTILLONNÈS	À partir de 5 ans	Mercredi et Jeudi après-midi et soir. Variables selon les groupes d'entraînements.		40€/jeune 90€/adulte Contacter pour les tarifs cours	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		Non précisé	Francis ANDRAC +33 6 83 41 61 70
TENNIS CLUB VILLERÉAL RIVES Site 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.		90€/enfants, 60€/ adultes (entraînements en suppl.) 40€ découverte femmes	Gaël BLAVETTE +33 6 71 22 05 78 gael.blavette@wanadoo.fr Simone LAPORTE +33 7 84 19 26 32 laporte.simone@neuf.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	À partir de 15 ans (avec autorisation parentale) et plus	Mardi	9h (sept. à juin) 8h30 (juillet et août)	56€ la licence cyclotourisme UFOLEP 66€ la licence PASS CYCLOSPORTIVES FFC	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		Jeudi			Jacques RAFENNE +33 6 62 03 62 17 cyclo4-haut.agenais@orange.fr cyclo4passion.blog4ever.com
CYCLO 4 HAUT AGENAIS - Cyclotourisme Parking Bourg de BORN & Parking Ciné 4, 47330 CASTILLONNÈS		Dimanche et jours fériés			Guy MOLIERAC +33 6 72 09 50 51 guy.molierac@orange.fr Jean-Michel BORDAS +33 6 79 25 49 30 cyclo4-haut.agenais@orange.fr cyclo4passion.blog4ever.com
CYCLO 4 HAUT AGENAIS - VTT Plaine de sports 47330 CASTILLONNÈS		Dimanche			Nicolas DALL ARMI +33 6 72 78 82 91 cyclo4-haut.agenais@orange.fr cyclo4passion.blog4ever.com
	Mercredi	18h30			
AÏKIDO – JUDO – KARATÉ	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
KARATÉ SHOTOKAN Dojo 47150 MONFLANQUIN	Adulte Enfant	Lundi	18h - 19h 19h30 - 12h	Non précisé	GOMEZ Loïc +33 6 24 88 87 03 club.karatemonflanquin@orange.fr

PASSION DU JAPON 47 - Aïkido Salle des Fêtes 47210 SAINT-ÉTIENNE-DE-VILLERÉAL		A partir de 11 ans	Mardi Jeudi	19h - 20h30	3 cours d'essai gratuits 100€ l'année	Julien DUCHIRON +33 6 33 32 30 65 julienduchiron@hotmail.fr Facebook : Passion du Japon 47	
ARTS ÉNERGIE INTERNE CHINOISE KARATÉ Salle des Rivierettes 47210 VILLERÉAL	Karaté Martial, Self-défense	Tous niveaux	Mercredi	19h - 20h20	Découverte gratuite 16/09.	Guy BALLETY +33 6 76 97 07 23 guy.ballety@orange.fr http://guyballetykarate.clubeo.com	
	Tai-Chi-Chuan, Qi-Gong Shendao	Avancés Tous niveaux		10h - 11h30			
ARTS MARTIAUX DES 4 CANTONS Judo - Ju-Jitsu - Karaté : Tous âges	Les Rivierettes 47210 VILLERÉAL	Jujitsu	Lundi	18h - 19h 19h - 20h30	110€ cotisation et licence	Christophe COLLIGNON +33 6 80 99 94 89 collignon-christophe@wanadoo.fr	
		Jujitsu & éveil- taïso	Mardi	18h30 - 19h15 19h - 20h30			
		Jujitsu	Vendredi	19h - 20h30			
		Judo	Samedi	18h - 21h			
	47290 CANCON	Judo	Mercredi	18h - 19h			
	47330 CASTILLONNÈS	Judo	Vendredi	16h45 - 18h 18h - 19h30			
	Dojo 47150 MONFLANQUIN	Taïso	Mercredi Vendredi	19h - 20h30 18h - 19h			55€ cotisation et licence
		Judo	Mercredi	16h30 - 19h			110€ cotisation et licence
Karaté		Lundi	21h				
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 Mercredi Vendredi	19h - 20h 10h - 11h 18h30 - 19h30	81€ le trimestre	Nicole SOYER +33 6 88 84 25 19 lechemindelarbre@orange.fr http://lechemindelarbre.over-blog.com	
	Sophrologie		Vendredi	19h45 - 20h45			
MONVIEL SIKASSO - Yoga spécial dos Salle des sports, Rue du Fort 47290 MONBAHUS		Tout public	Mardi	9h et 19h	-	Augusta SAGRAMOLA +33 6 50 71 66 05 augusta.sagramola@laposte.net	
YOGA MJC avec Anne Cantin MJC 47150 MONFLANQUIN		Tout public	Lundi	19h - 20h15	6€ la séance, Adhésion à la MJC + Ufolep à 30€.	MJC +33 5 53 71 20 25 mjc47150secretariat@wanadoo.fr	

YOGA SIVANANDA 111 Route des Bois-Las-Bardes 47290 MOULINET		À partir de 3 ans	Contacter pour les horaires. Séance découverte gratuite.		50€ les 10 cours, 90€ les 20 cours, 160€ les 30 cours	Edith TOITOT +33 7 83 83 69 37 editoit@icloud.com
YOGA Salle des Fêtes 47290 MOULINET		-	Vendredi	18h - 19h30	1ère séance offerte	Nathalie GORSE +33 6 86 27 22 96 nathalie.hathayoga@gmail.com
LA FORGE DE PAULHIAC Lieu-dit « La Forge » 47150 PAULHIAC	Yoga	Tous niveaux	Mardi	19h - 20h15	5€/cours + 10€ la cotisation	Christiane ROUSSEL +33 6 49 57 82 62 cathfox2@hotmail.com
	Taï Chi		Lundi	18h30 - 19h30		
LA FORGE DE PAULHIAC Café des Allées 47150 MONTAGNAC- SUR-LÈDE	Taï Chi	Tous niveaux	Dimanche	10h30 - 11h30	5€/cours + 10€ la cotisation	Christiane ROUSSEL +33 6 49 57 82 62 cathfox2@hotmail.com
HATHA YOGA TRADITIONNEL Salle Granger 47210 SAINT-VIVIEN	Yoga	Tous niveaux	Lundi	17h30 - 18h45	Adhésion FNYT 17€ et 6€ le cours. 1 ^{er} cours offert	Christine GONZATO-ROQUES +33 6 95 27 10 96 christine.gonzato-roques@hotmail.fr
	Méditation		Lundi	19h - 20h15		
ATELIER SÛTRA - Yoga Salle des Fêtes 47150 SALLES		Adulte	Jeudi	19h15 - 20h30	Adhésion FFHY : 33€ 6€ le cours. Séance découverte offerte	Anne CANTIN +33 7 86 12 97 75 ancantin72@gmail.com
AU SON DU SOUFFLE - Sophrologie Salle de danse 47210 VILLERÉAL		Tout public	Lundi Vendredi	19h30 11h15	De 120 à 300€	Laura PIERRE +33 6 80 95 69 01 ausondusouffle@mailo.com https://au-son-du-souffle.jimdosite.com/
YOGA Salle du Dojo et Salle de danse Rivierettes 47210 VILLERÉAL		Tous âges	Lundi Mardi	11h - 12h15 19h15 - 20h30	105€ le trimestre ou 10€ le cours	Julie GUERGERIAN +33 6 88 28 12 87 julieguergerian@aol.com
RELIANCE & ZENITUDE Contacter pour l'adresse 47410 SÉGALAS	Yoga, yona-nidra, relaxation Qui gong	Tout public	Contacter pour les jours et horaires		45€/mois, 120€/trimestre	Auréli GOUFFRAN-SIMON +33 6 75 90 00 99 a.reliance@wanadoo.fr Facebook : Reliance et zenitude www.relianceetzenitude.com

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			
JOYEUX CANCONNAIS Maison des associations 47290 CANCON		Seniors (Maintien en forme)	Mardi	9h	Cotisation annuelle : 10€	Sylvie BALENGHIEN +33 6 83 18 70 20 sylvie0830@club-internet.fr
Gymnastique Salle des Fontaines 47330 CASTILLONNÈS		-	Mardi	8h45 - 10h	-	Carole LE GALL +33 5 53 36 88 62
GV Sport Santé 47 Club des jeunes 47330 CASTILLONNÈS		Pilaxing SSP	Mardi	19h - 20h	Adulte : 110€/an Enfant : 80€/an	Stéphanie MARTINEZ +33 6 49 24 48 00 47.m.stephanie@gmail.com Facebook : Steph Pro
		Zumba		20h - 21h		
		Zumba kids	Mercredi	14h30 - 15h30		
		Zumba	Jeudi	20h - 21h		
GÉNÉRATION MOUVEMENT – LOUS CADENAÏRES - Entretien physique Salle des Fêtes 47330 LALANDUSSE		Adultes	Mercredi	14h30 - 15h30	Cotisation annuelle : 14,50€	Monique FERRANTE +33 5 53 36 87 08 monique.ferrante@gmail.com
FITNESS MJC avec Lynn Rohan MJC 47150 MONFLANQUIN		-	Lundi Jeudi	10h - 11h	Cotisation annuelle : 31€	MJC +33 5 53 71 20 25 ou +33 5 53 40 34 76 mjc47150secretariat@wanadoo.fr
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€	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
		Adulte (Renforcement musculaire)	Jeudi	18h30 - 19h30	Cotisation annuelle : 75€ et 4€ la séance	
	Salle de Boxe	Gym méthode Pilates	Mardi Vendredi	10h - 11h		
	MJC, Salle de danse, 2 ^{ème} étage	Adulte (Zumba)	Mardi	20h - 21h		
Gym volontaire Gymnase 47150 MONFLANQUIN		Non communiqué	Vendredi	17h - 18h30	Cotisation annuelle : 120€	RAFFENNE Micheline 06 62 03 62 17 jamira@orange.fr

GYMNASTIQUE VOLONTAIRE PAILLOLAISE Salle Polyvalente 47440 PAILLOLES	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 Rivierettes 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 47210 VILLERÉAL	Adulte	Jeudi	19h30	220€ l'adhésion à l'année. Séance d'essai offerte	RAISE Cécile +33 6 50 37 56 62 cess.pilates78@gmail.com https://www.cess-pilates.fr/
CLUB DU SOURIRE - Gymnastique Salle des Rivierettes 47210 VILLERÉAL	Vétérans	Mardi	14h	Cotisation annuelle : 12€	Arlette CLERC +33 5 53 36 60 56
DANSE	Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'entraînement(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
STUDIO DANSE CANCON Salle de danse Marie-Claire 47190 CANCON	Line dance, classe, step, jazz, éveil corporel, latino, renforcement, hip-hop, tabate gainage, rythmo.			-	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	17h30 - 20h	37€/mois, cours illimités	Béatrix HIBERT +33 6 80 57 14 13 ou +33 5 53 36 81 61 beatrrixhibert@yahoo.fr
		Samedi	14h - 20h		
CLUB DE DANSE ÉCOSSAISE Salle des Fontaines 47330 CASTILLONNÈS	Tous niveaux	Un jeudi sur deux	18h - 20h	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
TROUBADOURS DE GUYENNE Salle du jumelage, Rue Saint-James 47210 VILLERÉAL	De 7 à 99 ans (dances traditionnelles)	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
ZUM & LINE - Line Dance Nouvelle salle des fêtes 47210 PARRANQUET	-	Mercredi (line dance) Jeudi (zumba)	19h - 20h30	Cotisation annuelle : 50€	Jocelyne DANGREMONT +33 6 20 58 55 72 jossedede@gmail.com
SAUVETAT COUNTRY 47 Salle des fêtes 47150 LA-SAUVETAT-SUR-LÈDE	Tous niveaux	Mardi	19h - 21h30	Cotisation annuelle : 55€	Didier PUYTHORAC +33 7 70 07 90 05 sauvetatcountry47@gmail.com http://sauvetatcountry.e-monsite.com/

OBJECTIF DANSE « Viale-Bas » 47210 VILLERÉAL	Classique, Moderne, Lady dance, Accro, Ragga, House, Hip-Hop, Tap Dance.			Non précisé	Sylvie Claude +33 7 86 97 15 05 Facebook : Objectif Danse
FOYER RURAL (Compagnie Akor'Danse) Salle des Rivierettes 47210 VILLERÉAL	Gym enf.et ados	Mercredi	14h - 19h	150€ la licence (assurance comprise) Séance d'initiation offerte	Nicole RAYMOND +33 5 53 63 15 38 ou +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	9h - 12h 14h -16h		
CHANT	Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'entraîne ment(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
CHORALE MÉLI-MÉLO Maison des associations 47190 CANCON	Tous âges	Samedi	10h - 12h	Non précisé	Pierre CHANUT +33 6 88 79 76 80 pierre.chanut47@gmail.com
ÉCOLE DE MUSIQUE INTERCOMMUNALE Cancon, Castillonès, Monflanquin	Tous publics	Contacter pour les horaires		Non précisé	Édouard KONIECZNY +33 6 60 03 72 23 e4cbastides47@gmail.com

ACTIVITÉS LUDIQUES ET ARTISTIQUES

COURS DE LANGUES	Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'entraînement(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
COURS D'ANGLAIS MJC avec Margaret Chruszcz - MJC 47150 MONFLANQUIN	-	Mercredi	18h - 19h45	Cotisation annuelle : 22€	Fan LEMAIRE - MJC +33 5 53 71 20 25 ou +33 6 08 17 48 16 mjc47150secretariat@wanadoo.fr
COURS DE FRANÇAIS MJC avec Sophie Carlier - MJC 47150 MONFLANQUIN	-	Mercredi Jeudi	17h - 19h 16h - 19h30	Cotisation annuelle : 22€	
LA FORGE DE PAULHIAC - Français langue étrangère La Forge 47150 PAULHIAC	Tous niveaux	Mardi & Jeudi Lundi	10h30 - 12h 14h30 - 16h	Non précisé	Christiane ROUSSEL +33 6 49 57 82 62 cathfox2@hotmail.com
MY ENGLISH KIDS CLUB Cours d'anglais « Maury », 134 Route de Castelnaud 47440 PAILLOLES	À partir de 5 ans	Contacter pour les horaires		8€ par cours	Vicky WOOD +33 6 72 25 94 03 myenglishkidsclub47@gmail.com Facebook : My English Club

ACTIVITÉS MANUELLES	Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'entraînement(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
ACTIVITÉS ET LOISIRS Jeux et couture Rue nationale 47290 CANCON	Adultes - Seniors	Mardi Mercredi Jeudi	14h - 17h	Cotisation annuelle : 20€	FORBAS Pierrette +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 contact@soleil-de-mai.fr
GÉNÉRATION MOUVEMENT – LOUS CADENAÏRES - Loisirs créatifs Salle des Fêtes 47330 LALANDUSSE	Adulte - Senior	Jeudi	14h - 17h	Cotisation annuelle : 14,50€	Monique FERRANTE +33 5 53 36 87 08 monique.ferrante@gmail.com
ARCHÉOLOGIE MJC MJC - Maison Césarini 47150 MONFLANQUIN	-	Samedi	Après-midi	Cotisation annuelle : 22€	Fan LEMAIRE - MJC +33 5 53 71 20 25 ou +33 6 08 17 48 16 mjc47150secretariat@wanadoo.fr
POTERIE MJC avec Françoise Faurie Rue Saint-Pierre 47150 MONFLANQUIN	-	Mercredi	10h		
ACTIVITÉS D'ÉCRITURE	Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'entraînement(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
SOUS LES ARCADES - rédaction d'un journal local 1 ^{er} étage de la MJC, 43 place des arcades 47150 MONFLANQUIN	Tous âges	Une fois par mois (fin du mois). Contacter pour les dates et horaires		5€ l'adhésion à l'association	Antoine +33 6 74 42 35 12 Béatrice +33 6 44 39 50 07 Lucile +33 6 85 81 32 01 associationsouslesarcades@gmail.com
THÉÂTRE	Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'entraînement(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
LA TROUPE DES PABLOS Salle de la rue du marché 47330 CASTILLONNÈS	Adultes	Jeudi	20h - 22h	Contacteur pour les tarifs	Philippe MANOU +33 6 82 04 02 05 philippe.manou@orange.fr
THÉÂTRE MJC avec Colette Corge Salle des Consuls 47150 MONFLANQUIN	-	Mardi	20h	Cotisation annuelle : 22€	Fan LEMAIRE - MJC +33 5 53 71 20 25 ou +33 6 08 17 48 16 mjc47150secretariat@wanadoo.fr

JEUX	Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'entraînement(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
LES JOYEUX CANCONNAIS Maison des associations 47290 CANCON	Seniors	1 ^{er} mardi et 3 ^{ème} mercredi du mois : belote	14h - 18h	Cotisation annuelle : 10€	Sylvie BALENGHIEN +33 6 83 18 70 20 sylvie0830@club-internet.fr
		2 ^{ème} vendredi et 4 ^{ème} jeudi du mois : Loto	14h - 18h		
		Vendredi : mémo tonic	14h30		
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	Mercredi Jeudi	14h30	Cotisation annuelle : 15€	Michèle PATRAS +33 5 53 36 81 98
GÉNÉRATION MOUVEMENT - LOUS CADENAÏRES - Jeux Salle des Fêtes 47330 LALANDUSSE	Adulte - Senior	Mercredi	15h30 - 17h30	Cotisation annuelle : 14,50€	Monique FERRANTE +33 5 53 36 87 08 monique.ferrante@gmail.com
BRIDGE MJC avec Raymond Bec MJC 47150 MONFLANQUIN	-	Lundi Jeudi	13h45	Cotisation annuelle : 22€	Fan LEMAIRE - MJC +33 5 53 71 20 25 ou +33 6 08 17 48 16 mjc47150secretariat@wanadoo.fr
SCRABBLE MJC avec Patrick WEICK MJC - Salle 1 ^{er} étage 47150 MONFLANQUIN	-	Mardi (mois pairs) Mercredi (mois impairs)	14h	Cotisation annuelle : 22€	
CLUB DU SOURIRE Salle du Club, 35 rue du Dropt 47210 VILLERÉAL Salle des Fêtes 47210 RIVES	Seniors	Contacter pour les jours et horaires des activités.		Cotisation annuelle : 12€	Lucette WADOWSKI +33 5 53 36 70 44

DIFFÉRENTES ACTIVITÉS	Catégorie/ Tranche d'âge	Jour(s) d'entraînement(s)	Horaires	Tarif(s)	Contact
ASSOCIATION CDNP Château 47150 GAVAUDUN	Tous publics	Tous les jours sur réservation		Contacteur pour les tarifs	Brigitte FEVRIJ +33 5 53 40 04 16 chateaugavaudun@orange.fr www.chateaugavaudun.com
MONBAHUS POUR TOUS Salle de l'association, Rue du Fort 47290 MONBAHUS	Jeux, danse : le dimanche de 14h à 18h ateliers divers un mercredi par mois, une randonnée par mois le dimanche matin, une soirée par mois pique-nique-jeux Contacter pour les horaires			Cotisation annuelle : 10 euros	Corinne VALLÉE monbahuspourtous@gmail.com www.facebook.com/monbahus.pourtous
VACANCES NATURE Boulevard Jeune 47210 VILLERÉAL	Contacter pour les horaires et les activités proposées.			Non précisé	Vacances Nature +33 5 53 36 35 40 animaborn@wanadoo.fr

RÉSEAU NUMÉRIQUE - MÉDIATHÈQUE - BIBLIOTHÈQUE

RÉSEAU NUMÉRIQUE - MÉDIATHÈQUE - BIBLIOTHÈQUE	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 maison_d_activites_st_europe_born@orange.fr
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 BASTIDES HAUT AGENAIS PÉRIGORD	CANCON Place Centrale : +33 5 53 70 41 12 CASTILLONNÈS 18 Rue des anciens combattants : +33 5 53 01 75 33 MONBAHUS Mairie : +33 5 53 70 96 15 MONFLANQUIN 16 rue Sainte-Marie : +33 5 53 36 54 31 VILLERÉAL Boulevard Bernard Palissy : +33 5 53 36 01 24 SAINT-EUTROPE-DE-BORN Bourg de Born - +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 22/10/2020.

Si vous souhaitez paraître dans l'édition 2021, merci de bien vouloir nous envoyer vos calendriers sportifs et culturels avant le 20/07/2021 par e-mail à contact@coeurdebastides.com