

❖ Animations en 2025-2026

Vide-Grenier : Dimanche 14 Septembre 2025

Assemblée Générale : Vendredi 10 Octobre 2025 - 20h00
- Salle Polyvalente

Foire de l'Artisanat : Samedi 11 et Dimanche 12 Octobre 2025

Séance Cinéma des Enfants : Un mercredi en Décembre 2025
aux Forges de Fraisans

Spectacle Grand Public : Mars 2026 (date à préciser)

Tournoi de Judo : Avril 2026 (date à préciser)

Gala de l'école de Théâtre : Mai 2026

Participation à la fête du village : Fin Juin 2026

❖ Location de matériel

Le Foyer Rural loue du matériel (liste, tarifs et conditions sur le site).
Contact : 06 72 92 84 02 ou reservation@frd39.org

❖ Renseignement

Le Foyer Rural recherche toute personne désireuse d'aider dans les diverses activités et manifestations ou participer à la vie de l'association.

❖ Vie de l'association

L'assemblée générale du Foyer Rural de Dampierre se tiendra le **vendredi 10 Octobre à 20h00** à la salle des associations (à côté de la salle polyvalente) de Dampierre. Cet évènement, ouvert à tous, est le moment privilégié pour participer à la vie de l'association. Vous êtes toutes et tous les bienvenus(e)s.

❖ Actualités du Foyer

Abonnez-vous à notre lettre mensuelle d'informations sur notre site, ou sur la page Facebook ou par courriel à : foyrural.dampierre39@frd39.org

édition août 2025



Retrouvez notre actualité sur www.frd39.org
Ne pas jeter sur la voie publique !

Foyer rural DAMPIERRE

Association laïque, culturelle et sportive

www.frd39.org

Saison 2025-2026

Association Loi 1901 - Fondée en 1963 - Agrément Jeunesse et Education Populaire

ACTIVITES 2025-2026



Rock N'Roll & Danse en ligne Adulte/Ado* 130€*

Contact : Joss Bernard 06 71 62 06 98

Professeur : Patricia RICHARDET

Danse sociale en ligne : Mercredi 19h30 - 20h30

Rock N'Roll évolutif : Mercredi 20h30 - 21h30

Reprise le 24/09 - Découverte & Inscriptions (2 séances offertes) - Salle des fêtes - Dampierre

Atelier théâtre : 195€ / Adulte : 219€

Contact : Anna BRONNENKANT 06 32 47 10 03

Enfants (à partir de 5 ans/Collégiens) : Mercredi après-midi Orchamps

Adultes / Lycéens : 1 samedi après-midi toutes les 3 semaines

Réunion d'informations & Inscriptions : mercredi 10/09 - 18h00
à la Carotte à Orchamps (à côté de la poste) - Reprise le 17/09

Atelier photographie (adultes) 60€*

Contact : Georges PICARD 06 52 86 93 39

Lundi - 20h30 - Salle des associations (à côté salle des fêtes)

Reprise le 15/09 - Découverte & Inscriptions

Gym d'entretien & Activité Physique adaptée (adultes) 95€*

Contact : Patricia POIRIER 06 87 33 81 30

Animatrice : Johanna SCHNEIDER

Mercredi - 19h00 - salle judo (au-dessus médiathèque)

certificat médical obligatoire

Reprise le 10/09 - Découverte & Inscriptions (2 séances offertes)

Judo (enfants - adolescents) 153€+ 3€*

Contact : Sandrine FAIVRE 06 60 28 50 80

Professeur : Didier COLIN 06 43 80 57 20

Jeudi - 18h00 ou 19h00 (selon groupe) - salle judo (au-dessus médiathèque) - Reprise le 11/09 Découverte & Inscriptions

Peinture, dessin (adultes) 77€* /par trimestre

Contact : Dominique COMTE 06 81 95 78 52

Professeur : Myriam GROSSO

Jeudi - 19h00 - salle des associations (à côté salle des fêtes)

Réunion d'informations & Inscriptions : Jeudi 11/09 - 20h00

Pétanque loisirs (adultes) 10€*

Contact : Gilbert SUREAU 06 83 53 83 46

Mardi, Jeudi & Samedi après-midi - boulodrome de Dampierre.

Reprise & Inscriptions à compter du 02/09

Piscine ludique (enfants -adultes) 5€ / séance (bus + entrée)

A la recherche d'un bénévole responsable

En liaison avec le Foyer Rural de Fraisans (informations à venir)

6 séances en mai/juin 2026 - Enfant sachant nager ou accompagné d'un parent !

Tennis de table (enfants +8ans / adultes) 45 à 100 €*

Contact : Dominique DHOTE 06 63 35 17 20

Daniel POIRIER 06 64 61 39 11

Enfants : Lundi 18h00 - 19h00

Adultes : Lundi 19h00 - 20h30 - Loisirs & Compétitions

Adultes : Mercredi 19h00 - 21h00 - Vendredi 19h00 - 21h00

Gymnase de Fraisans / certificat médical obligatoire

Reprise : 08/09 (enfants) ou 01/09 (adultes) - Découverte & inscriptions

Yoga (adultes) 224€*

Contact : Patrick CRETTE 06 72 92 84 02

Mardi - 17h15 et 19h00 - salle judo (au-dessus médiathèque)

Vendredi - 18h30 - salle judo (au-dessus médiathèque)

Séance démonstration le vendredi 05/09 à 18h30

Reprise les 09/09 ou 12/09 (Inscription sur place).

Zumba / Bodyfit (enfants 10 ans et + / adultes)

Contact : Florence DESTAING 06 61 24 01 08

Bodyfit 80€* : 19h30 (45 min) / Zumba 125€* : 20h15 (1h00)

Pack Form (Zumba + Bodyfit) 195€* : 19h30 (1h45)

Mardi - 20h00 - salle des fêtes Dampierre

Reprise : 09/09 découverte & Inscriptions (2 séances découverte)



Chèques-vacances et coupons sports acceptés !

Possibilité de paiement en plusieurs fois

* Tarif pour une année / adhésion non comprise (adulte : 7€ / -16 ans : 3€)

Complément d'informations sur www.frd39.org



Foyer Rural de Fraisans



Tous Bridge Méditation-Sophrologie-Routine énergétique Volley Sophrologie (adolescents) Gymnastique Pilates Tennis Couture (niveau confirmé)
 Marche rapide Gymnastique douce Sophrologie (enfants) Gymnastique enfants Qi Gong Randonnée santé Badminton Gymnastique ados/adultes
 Randonnée

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9h00	Bridge 9h00 – 12h00 Mairie de Fraisans		Marche rapide 9h30 – 12h00	Randonnée santé		Randonnée 9h00 – 11h30 Place de l'Écluse Fraisans
10h00		Méditation- Sophrologie- Routine	Gymnastique douce 10h45 – 11h45	9h30 – 11h30 Place de l'Écluse Fraisans		
11h00		Routine énergétique	Sophrologie (enfants) 10h45 – 11h45			
12h00		Sophrologie (adolescents)				
13h00		12h15 – 13h15 * pour et hommes à re-	Gymnastique enfants 13h30 – 18h45			
14h00		Gymnastique Pilates	Salle de gym du gymnase de Fraisans			
15h00		14h15 – 15h15 Mairie de Fraisans				
16h00						
17h00			Qi Gong 17h45 – 18h45	Badminton 17h30 – 20h00		
18h00	Méditation- Sophrologie- Routine	Tennis 18h15 – 22h30	Gymnastique Pilates 18h30 – 19h30	Gymnastique ados/adultes		
19h00	Routine énergétique	Grande salle du gymnase de Fraisans	Qi Gong 19h00 – 20h00	18h45 – 19h45 Mairie de Fraisans		
20h00	Volley 20h30 – 23h00	Couture (niveau confirmé)		Gymnastique Pilates		
21h00	Grande salle du gym- nase de Fraisans	20h00 – 23h00 Mairie de Fraisans				
22h00						

Contact Marlène LINGLOIS : Mail : foyer rural@fraisans@outlook.fr

KARATÉ



KARATÉ à Saint-Vit

Tous les jeudis de 18h à 20h

Erfants et Adultes / complexe sportif Michel Vautrot

Alexis Labbaci : 06 68 36 63 00

Alain Chagué : 06 40 73 67 07



FÉDÉRATION
FRANÇAISE
KARATÉ