

BEAULIEU SUR DORDOGNE

L'association Familles Rurales de Beaulieu accueille petits et grands et propose :

ATELIER PEINTURE : lundis de 17h à 19h salle des Ursulines à Beaulieu
Tél Nicole : 06.88.33.32.30

YOGA : jeudis de 10h à 11h30 salle des Ursulines à Beaulieu
Tél Lucie : 05.55.91.07.96.

GYMNASTIQUE (Step et renforcement musculaire) : Mercredis de 19h à 20h à **Sioniac**
Tél Denise 05.55.91.08.32.

GYMNASTIQUE (Gymnastique douce et Équilibre) : Vendredis de 10h30 à 11h30 salle du Bessol à Beaulieu
Tél Simone : 05.55.91.52.80.

ZUMBA : Samedis de 17h à 18h et de 18h à 18h30 Ecole primaire (sous le préau) à Beaulieu
Tél Laurence : 06.82.25.67.87.

GYMNASTIQUE VOLONTAIRE : Lundis de 19h à 20h à **Tudeils** (salle des fêtes)
Tél Sandrine : 06.81.77.40.37.

IKEBANA (Arrangement floral japonais) : un samedi par mois de 14h à 16h salle des Ursulines à Beaulieu
Tél Lucette : 05.55.91.29.78.

SOPHROLOGIE CAYCEDIENNE : 8 séances (reprise octobre, novembre) salle Sauliere à **Liourdres**
Tél Véronique : 05.55.91.19.58.

ACTIVITÉS ENFANTS ATELIER POTERIE : Mercredis de 16h30 à 18h salle des Ursulines à Beaulieu
Tél Lindsay 06.74.92.17.26.

GYMNASTIQUE DÉCOUVERTE ENFANTS (3 à 6 ans) :

- Mercredis salle des Fêtes à **Tudeils** de 14h à 14h45
- Mercredis salle des Fêtes à **Sioniac** de 15h30 à 16h15

Tél Sandrine : 06.81.77.40.37.

ATELIER CRÉATIF ENFANTS (à partir de 4 ans) : Mercredis de 14h30 à 16 h
Tél 06.74.92.17.26.

Ponctuellement :

- Atelier photos : comment bien utiliser son appareil photos (diaphragme, Zoom.....) Tél 06.88.33.32.30.
- Ateliers cuisine
- Atelier floral
- Causeries sur différents sujets
- Voyages
- Sorties cinéma, sorties poney etc.....

L'association accueille volontiers toutes les nouvelles idées et ceux qui les proposent