Foyer communal Bavilliers

FCB

Rentrée 2023

Version du 18 septembre 2023

Bavilliers
la douceur de ville

VILLE DE
BELFORT
BELFORT.FR

Territoire de Belfort
Le Département

Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
MINISTÈRE
DE LA VILLE,
DE LA JEUNESSE
ET DES SPORTS
CNDS
CENTRE NATIONAL
POUR LE
DÉVELOPPEMENT
DU SPORT

Qui sommes-nous

Le Foyer Communal de Bavilliers connu sous le sigle FCB a pour vocation de dispenser l'Education Populaire sous toutes ses formes, en particulier :

- Des séances d'éducation physique et sportive des jeunes et des adultes afin de maintenir ou d'améliorer leur santé physique et morale.
- Des activités éducatives, artistiques ou techniques susceptibles d'épanouir la personnalité de chacun.
- Des excursions, des voyages éducatifs, des visites d'entreprises industrielles ou artisanales, des visites d'écoles professionnelles ou d'Université.
- Des séjours à caractère sportif.
- Des fêtes, spectacles, conférences, expositions, manifestations à caractère culturel ouverts au public, gratuitement ou contre paiement d'un droit d'entrée.

Pour toute demande (questions diverses, propositions d'activités), n'hésitez pas à contacter le FCB.

Permanence secrétariat
(voir page 5)

lundi de 17h à 18h30
mercredi de 17h à 18h30
hors vacances scolaires

Contact
Foyer Communal Bavilliers
5 place Jean Moulin
90800 BAVILLIERS
03.84.22.77.79
fcb90800@gmail.com

Site FCB

https://www.foyercommunal-bavilliers.fr/

A consulter pour connaître les nouvelles activités proposées

Inscription

Pour s'inscrire à une ou plusieurs activités du FCB, il est obligatoire

1. De prendre une carte d'adhérent :
   L'adhésion est indispensable pour s'inscrire à une ou plusieurs sections et couvre l'assurance « Responsabilité Civile ».
2. De choisir la (ou les) section(s) qui vous intéresse(nt) et d'en régler la cotisation annuelle[1].

Les montants des adhésions et cotisations sont fonction de la catégorie :

1. Adulte : 16 ans et plus
2. Enfant : moins de 16 ans

L'inscription est faite en remplissant une fiche d'inscription soit:

1. Par Internet sur le site FCB
2. Par courrier
3. Ou directement au secrétariat lors des permanences.

Le règlement : adhésion + cotisation(s) + éventuellement licence peut être fait soit

1. Par Internet lors de l'inscription via le site FCB
2. Par courrier (ne pas oublier de joindre une enveloppe timbrée pour recevoir la carte d'adhérent).
3. Ou directement au secrétariat (carte, chèque, liquide)

L'inscription n'est effective qu'après règlement de la somme due

Il est possible de faire un essai dans une section avant enregistrement définitif. S'inscrire au secrétariat.

[1] Tarif annuel forfaitaire, fixe, non remboursable ni totalement ni partiellement.

Infos 2023 – 2024

Informations et Inscriptions

Une réunion d'information générale et d'inscription aura lieu

Le **Samedi** 2 septembre 2023
Au Centre Jean Moulin
De 9h30 à 12h00

Une réunion d'information et d'inscription sur l'Escalade aura lieu

Le **Mardi** 5 septembre 2023
Au Gymnase Diderot à Belfort
De 18h00 à 20h00
Avec Laurent PERNEL

Une réunion d'information et d'inscription sur la Randonnée Pédestre aura lieu

Le **Jeudi 7** septembre 2023
Au Centre Jean Moulin Salle de la Douce
De 20h00 à 22h00
Avec Claude PICHET

En cas de modifications (dates / lieux / etc.) après parution du livret papier, seules les informations du site FCB font foi.

- ## Montant adhésion

  20 euros pour les Adultes nés avant **le 01/01/2008**

  10 euros pour les Enfants nés à compter du **01/01/2008**

- ## Montant cotisation

  Voir dans les pages suivantes les valeurs des cotisations.

- ## Permanence secrétariat

du 04 septembre au 18 octobre 2023	**Lundi** et **Mercredi** 17h à 18h30
du 08 novembre au 20 décembre 2023	**Mercredi** 17h à 18h30
les 10 et 24 janvier 2024	**Mercredi** 17h à 18h
le 07 février 2024	**Mercredi** 17h à 18h
les 06 et 20 mars 2024	**Mercredi** 17h à 18h

- ## Licence judo

  La licence sportive devra être signée au secrétariat.

- ## Sécurité enfants

  Le responsable de l'enfant doit s'assurer de la présence de l'animateur et le confier à celui-ci.
  En cas d'absence de l'animateur 15 minutes après l'horaire normal du cours, l'activité est annulée
  La responsabilité de l'Association s'arrête à la fin des cours.
  Les parents sont dans l'obligation de venir chercher les enfants dans la salle.
  La sortie d'un enfant avant la fin de l'horaire doit être demandée par écrit.

- ## Covid-19

  Pour des raisons sanitaires, les adhérents des activités « entretien corporel » et autres devront se munir de leur propre tapis.

La carte d'adhésion devra être en possession de chaque adhérent et présentée lors des contrôles

Activités 2023 / 2024

Activités sportives sans licence 9

Activités sportives avec licence 11

Culture Loisirs 12

Danses 13

Entretien corporel 17

Loisirs créatifs 20

Salles

- ## La Douce

  Où Centre Jean Moulin, entrée côté rivière
  Quoi Dentelle de Luxeuil

- ## Salle d'activités

  Où Centre Jean Moulin, entrée sur la droite du bâtiment premier étage
  Quoi Atelier Peinture - Aquarelle, Couture – Tricot, Crochet Amigurimi

- ## Grande Salle

  Où Centre Jean Moulin
  Quoi Country intergénérationnelle, Danse en ligne, Danse Modern'Jazz, Danse de salon – Rock'n Roll, Gym douce, Gym remise en forme, Gym tonique, Stretching, Zumba, Hatha Yoga

- ## Les Ricochets

  Où Centre Jean Moulin, entrée côté rivière
  Quoi Danse Country, Danses du Monde

- ## Les Copains d'abord

  Où Rue des Ecoles Bavilliers, entrée derrière le gymnase
  Quoi Danse Classique, Danse Modern'Jazz, Gym remise en forme Hatha Yoga, Maintien corporel, Qi Gong, Relaxation - Sophrologie

- ## Gymnase Bavilliers

  Où Rue des Ecoles Bavilliers
  Quoi Handball, Judo, Tennis de Table, Volley Loisirs

- ## Gymnase Diderot

  Où Rue de Zaporojie Les Résidences Belfort
  Quoi Badminton, Escalade

- ## Dojo Bartholdi

  Où 6 Rue de Londres Les Résidences Belfort
  Quoi Judo

- ## Atelier Reliure

  Où Centre Jean Moulin, entrée sur la droite du bâtiment premier étage
  Quoi Reliure Dorure

Activités sportives sans licence

- ## Badminton

  C'est une discipline olympique, elle se pratique à deux ou quatre joueurs, avec raquette et volant.

- ## Escalade

  Après un apprentissage sur un mur artificiel, l'activité se pratique en extérieur dès les beaux jours.

- ## Marche détente

  Amoureux de la nature, nous nous retrouvons les mardis pour une marche de deux heurs sur les jolis chemins des alentours.

- ## Randonnée pédestre

  Cette section vous propose de découvrir les sentiers de la région le dimanche ou le jeudi. Elle organise également au cours de l'année de 2 à 4 séjours de plusieurs jours.

Randos du dimanche	programme disponible au secrétariat et sur le site
	mars à décembre par journée entière
	décembre à mars par demi-journée
Randos du jeudi	(éventuellement raquettes)
	les adhérents sont prévenus par mail

- ## Tennis de table

  Cette activité de loisir, ouverte aux filles et aux garçons à partir de 6 ans et aux adultes, est animée par un éducateur diplômé.

- ## Volley loisirs

  2 équipes du Foyer Communal sont engagés dans un championnat « VOLLEY LOISIR » à Belfort, Montbéliard et leurs environs regroupant 24 équipes répartis dans 3 poules de niveau.

Badminton

reprise le 5 septembre

Qui à partir de 10 ans

Où Gymnase Diderot

Quand **Mardi** 20h à 22h
Vendredi 20h à 22h

Coût Adulte 50 euros
Enfant 40 euros

Avec Cécile **Jobard-Sommer**

Escalade

reprise le 5 septembre

Qui à partir de 8 ans

Où Gymnase Diderot

Quand **Mardi** 18h à 20h
Mercredi 18h à 20h
Vendredi 18h à 20h (adultes)

Coût Adulte 90 euros
Enfant 75 euros

Avec Laurent **Pernel**

Marche détente

reprise le 5 septembre

Qui à partir de 16 ans

Où Stade Bavilliers

Quand **Mardi** 14h

Coût Adulte 30 euros

Avec Françoise **Klinger**

Randonnée pédestre

reprise le 10 septembre

Qui tous

Où dimanche **:** Parking maternelle
jeudi : parking du foot

Quand **dimanche** programme disponible au secrétariat et sur le site FCB
jeudi programme par mail

Coût Adulte 30 euros
Enfant 0 euros

Avec Claude **Pichet**

Tennis de table

reprise le 7 septembre

Qui à partir de 6 ans

Où Gymnase Bavilliers

Quand **Jeudi** 17h30 à 18h30
Jeudi 18h45 à 19h45

Coût Adulte 60 euros
Enfant 45 euros

Avec Stéphane **Laily**
animateur diplômé

Volley Loisirs

reprise le 4 septembre

Qui à partir de 16 ans

Où Gymnase Bavilliers

Quand **Lundi** 20h15 à 22h30
Vendredi 20h15 à22h30

Coût Adulte 40 euros

Avec Laurent **Hanriot**

Activités sportives avec licence

- ## Judo

  Cette activité est ouverte aux filles et aux garçons à partir de 4 ans.

Judo Bartholdi

reprise le 13 septembre

Qui de 4 à 15 ans

Où Gymnase Bartholdi

Quand 4/5 ans
Mercredi 15h30 à 16h30
5/6 ans
Mercredi 14h30 à 15h30
7/12 ans
Mercredi 13h30 à 14h30
13/15 ans (et confirmés)
Vendredi 18h30 à 20h30

Coût Enfant 65 euros + Licence (53 €)

Avec Emilien **Chaverot**
Ghislain **Lemaire**

Judo Bavilliers

reprise le 11 septembre

Qui de 4 à 15 ans

Où Gymnase Bavilliers

Quand **lundi** 17h30 à 18h30
lundi 18h45 à 19h45

Coût Enfant 65 euros + Licence (53 €)

Avec Erzo **Brunat**

Culture Loisirs

- ## Sorties Découvertes

  Cette section s'adresse aux préretraités et retraités. Elle propose une sortie par mois (en principe le jeudi), souvent en autocar et est destinée à la découverte de musées, châteaux, entreprises, spectacles, séjours et autres. Une participation aux frais est demandée aux participants : elle varie en fonction des sites visités.

Sorties Découvertes

reprise le 6 septembre

Qui à partir de 16 ans

Où Sorties annoncées par courrier

Quand Un **Jeudi** par mois

Coût Adulte 27 euros

Avec Chantal **Lavaux**

Danses

- ## Danse Classique

  La danse classique est une discipline artistique qui permet à chacun de s'exprimer, traduire des émotions, partager une passion. Cette activité est animée par une professeur diplômée.

- ## Danse Country

  Trente-deux pas de base vous permettront de réaliser diverses et innombrables chorégraphies nécessaires pour évoluer sur cette musique populaire du Sud des Etats-Unis.

- ## Danse Country Appalache

  Cette danse est née des montagnes Appalaches (18e siècle) se danse en ligne (parfois en couple) et égaiera vos fins d'après midi par de formidables musiciens et chanteurs qui vous ensorcelleront par le violon et la guitare.

- ## Danse Country Enfants NOUVEAU

  Cours de Danse Country réservé aux enfants de 9 à 13 ans.

- ## Danse de salon

  Initiation à la valse, au tango, au cha-cha-cha, au paso-doble.

- ## Danse en ligne

  Apprentissage de danses en ligne simples sur la base du madison, du twist, du cha-cha-cha…
  Pour le plaisir de danser avec ou sans partenaire, mais toujours en groupe. Bouger et se dépenser en musique tout en faisant travailler sa mémoire et sa coordination.

- ## Danse Modern'Jazz

  La Danse Modern'Jazz est issue d'une culture afro-américaine. Cette danse de liberté et d'expression est souvent pratiquée au théâtre, au cinéma ou encore dans des clips télévisés.

- ## Danses du Monde

  De 10 à 80 ans, venez découvrir et partager des moments de joie, de convivialité, de rassemblement en apprenant les danses du monde : Israël, Georgie, Italie, USA, Irlande, Grèce, Mexique, etc.

- ## Rock'n Roll

  Initiation (et perfectionnement) au Rock'n Roll.

- ## Zumba

  La Zumba, originaire de Colombie, cocktail de danses latines (Salsa, Sumba, Bachata et autres) alliée à des mouvements de fitness est idéale pour se défouler et décompresser pendant 45 minutes avec une animatrice diplômée.

Danse Classique

reprise le 6 septembre

Qui à partir de 5 ans

Où Les Copains d'abord

Quand initiation
Mercredi 17h30 à 18h30
moyens
Mercredi 18h45 à 19h45
adultes
Mercredi 20h00 à 21h00

Coût Adulte 130 euros
Enfant 110 euros

Avec Laurence **Plain-Perros**
professeur diplômée

Danse Country

reprise le 29 août

Qui à partir de 10 ans

Où Les Ricochets

Quand débutants
Mardi 20h30 à 21h30
initiés
Mardi 21h30 à 22h30

Coût Adulte 65 euros
Enfant 45 euros

Avec Isabelle **Klein**

Danse Country Appalache

reprise le 5 septembre

Qui à partir de 8 ans

Où Grande Salle

Quand **Mardi** 16h à 17h (débutants)
Mardi 17h à 18h (initiés)

Coût Adulte 65 euros
Enfant 45 euros

Avec Denise **Niglis**

Danse Country Enfants

démarrage le 14 septembre

Qui de 9 ans à 13 ans

Où Les Copains d'abord

Quand 9 ans à 10 ans
Jeudi 17h30 à 18h30
11 ans à 13 ans
Jeudi 18h30 à 19h30

Coût Enfant 45 euros

Avec Denise **Niglis**

Danse de salon

reprise le 7 septembre

Qui à partir de 16 ans

Où Grande Salle

Quand **Jeudi** 18h30 à 19h30

Coût Adulte 100 euros

Avec Daniel et Malika **Mercet**

Danse en ligne

reprise le 8 septembre

Qui à partir de 16 ans
Où Grande Salle
Quand **Vendredi** 14h à 16h
Coût Adulte 30 euros
Avec Sylviane **Klein**

Danse Modern'Jazz

reprise le 4 octobre

Qui à partir de 7 ans
Où Grande Salle
Quand **Mercredi** 16h30 à 17h30
enfants à partir de 7 ans
Mercredi 17h30 à 18h30
ados débutants
Mercredi 18h30 à 19h45
confirmés
Coût Adulte 130 euros
Enfant 110 euros
Avec Claudine **Weber**
professeur diplômée

Danses du monde

reprise le 11 septembre

Qui à partir de 10 ans
Où Les Ricochets
Quand **Lundi** 19h30 à 21h00
Coût Adulte 70 euros
Enfant 50 euros
Avec Christelle **Fenix**

Rock'n Roll

reprise le 7 septembre

Qui à partir de 16 ans
Où Grande Salle
Quand débutants
Jeudi 19h30 à 20h30
confirmés
Jeudi 20h30 à 21h30
Coût Adulte 100 euros
Avec Daniel et Malika **Mercet**

Zumba

reprise le 4 septembre

Qui à partir de 16 ans
Où Grande Salle
Quand **Lundi** 19h45 à 20h30
Coût Adulte 90 euros
Avec Emmanuelle **Duquet**

Une réduction de 35 euros est accordée à tout adhérent qui s'inscrit simultanément aux 2 sections *Danse de salon et Rock'n roll.*

Entretien corporel

- ## Gym douce

  Activité de détente pour votre corps avec respiration, étirements, assouplissements dans une ambiance conviviale.

- ## Gym remise en forme

  Activité de remise en forme basée sur l'endurance et le renforcement musculaire.

- ## Gym tonique

  Cette activité vous permet de vous sentir plus à l'aise dans votre vie quotidienne. Pratique de divers exercices de renforcement musculaire (abdo, fessiers) et d'assouplissement avec ou sans matériel.

- ## Hatha Yoga

  Le Yoga est une discipline qui permet de prendre conscience de son corps et de sa respiration. Il s'adresse aux personnes désirant améliorer leur vitalité et leur bien-être. Pour le confort, ne pas oublier de prendre un plaid.

- ## Maintien corporel

  Activité d'entretien pour Adultes et Seniors : assouplissements, étirements, endurance, équilibre, travail musculaire (tonification), relaxation et coordination.

- ## Qi Gong NOUVEAU

  Art énergétique multi millénaire chinois. Il fait partie de la médecine traditionnelle chinoise au même titre que l'acupuncture. Il travaille sur les grands circuits de l'énergie du corps et agit sur les 3 plans physique , mental et émotionnel .

- ## Relaxation Sophrologie

  L'atelier SOPHROLOGIE vous propose par des exercices de respiration et quelques stimulations, de vous détendre, d'évacuer vos tensions corporelles, de retrouver confiance, énergie et tonicité.

- ## *Stretching*

  Idéal après une journée de travail, le stretching délie les tensions physiques par des étirements adaptés à chaque articulation et muscle. Il est particulièrement conseillé aux personnes désirant reprendre une activité sportive, mais également en complément de tous les sports.

Gym douce

reprise le 6 septembre

Qui à partir de 10 ans
Où Grande Salle
Quand **Mercredi** 9h à 10h
Coût Adulte 80 euros
Enfant 70 euros
Avec Armelle **Michaud**

Gym remise en forme Armelle

reprise le 6 septembre

Qui à partir de 10 ans
Où Grande Salle
Quand **Mercredi** 10h15 à 11h15
Coût Adulte 80 euros
Enfant 70 euros
Avec Armelle **Michaud**

Gym remise en forme Fabienne

reprise le 15 septembre

Qui à partir de 16 ans
Où Les Copains d'abord
Quand **Vendredi** 9h15 à 10h15
Coût Adulte 80 euros
Avec Fabienne **Kolb**

Gym tonique

reprise le 4 septembre

Qui à partir de 10 ans
Où Grande Salle
Quand **Lundi** 18h30 à 19h30
Coût Adulte 80 euros
Enfant 70 euros
Avec Armelle **Michaud**

Hatha Yoga

reprise le 11 septembre

Qui à partir de 16 ans
Où Les Copains d'abord / Grande Salle
Quand Les Copains d'abord
Lundi 9h à 10h
Lundi 10h15 à 11h15
Mardi 9h15 à 10h15
Grande Salle
Mardi 18h15 à 19h15
Coût Adulte 1 séance 80 euros
Adulte 2 séances 130 euros
Avec Magali **Corbet**

Maintien corporel

reprise le 15 septembre

Qui à partir de 16 ans
Où Les Copains d'abord
Quand **Vendredi** 10h15 à 11h15
Coût Adulte 80 euros
Avec Fabienne **Kolb**

Qi Gong

reprise le 4 septembre

Qui à partir de 16 ans

Où Les Copains d'abord

Quand **Mardi** 18h à 19h30

Coût Adulte 80 euros

Avec Sylvie **Chenail**

Stretching

reprise le 4 septembre

Qui à partir de 10 ans

Où Grande Salle

Quand **Lundi** 17h à 17h45
Lundi 17h45 à 18h30

Coût Adulte 80 euros
Enfants 70 euros

Avec Armelle **Michaud**

Relaxation Sophrologie

reprise le 4 septembre

Qui à partir de 16 ans

Où Les Copains d'abord

Quand **Lundi** 18h à 19h
Lundi 19h30 à 20h30
Jeudi 9h à 10h
Jeudi 10h30 à 11h30

Coût Adulte 1 séance 80 euros
Adulte 2 séances 130 euros

Avec Isabelle **Bruhl-Bastien**

Une réduction de 30 euros est accordée à tout adhérent qui s'inscrit simultanément à 2 sections différentes du groupe d'activités *entretien corporel.*

section	lundi		mardi		mercredi		jeudi		vendredi	
	matin	après-midi	matin	après-midi	matin	après-midi	matin	après-midi	matin	après-midi
gym douce					9h00					
remise en forme Armelle					10h15					
remise en forme Fabienne									9h15	
gym tonique		18h30								
Hatha Yoga	9h00 10h15		9h15	18h15						
Qi Gong				18h00						
maintien corporel									10h15	
sophrologie		18h00 19h30					9h00 10h30			
stretching		17h00 17h45								

Loisirs créatifs

- ## Atelier Peinture – Aquarelle

  Les techniques seront au choix des participants : fusain, pastel, aquarelle, etc.

- ## Couture – Tricot

  Apprenez à coudre,
  Venez vous perfectionner avec une couturière professionnelle, dans une bonne ambiance, en petits groupes.
  Machines à coudre à disposition.

- ## Crochet Amigurimi NOUVEAU

  Les **amigurimis** sont des petits jouets pour enfant, faits à la main, et plus précisément au crochet.

- ## Luxeuil - Hardanger

  Apprentissage et perfectionnement de la dentelle de Luxeuil et de la broderie Hardanger (réalisation de nappes, napperons, boîtes à mouchoirs, etc…).

- ## Reliure Dorure

  Vous pourrez relier revues, livres anciens, etc. grâce aux conseils de l'animateur.

Atelier Peinture - Aquarelle

reprise le 13 septembre

Qui à partir de 16 ans
Où Salle d'activités
Quand **Mercredi** 17h00 à 19h00
Coût Adulte 90 euros
Avec Gabrielle **Mourey**

Couture - Tricot

reprise le 4 septembre

Qui à partir de 16 ans
Où Salle d'activités
Quand **Lundi** 14h à 17h
Mardi 19h30 à 22h
Coût Adulte 1 séance 85 euros
Adulte 2 séances 120 euros
Avec Elisabeth **Gigant**

Crochet Amigurimi

reprise le 8 septembre

Qui à partir de 16 ans
Où Salle d'activités
Quand **vendredi** 14h à 17h
Coût Adulte 30 euros
Avec Fabienne **Peyramaure**

Luxeuil - Hardanger

reprise le 11 septembre

Qui à partir de 16 ans
Où La Douce
Quand **Lundi** 14h à 17h
Coût Adulte 30 euros
Avec Monique **Schwebel**

Reliure Dorure

reprise le 12 septembre

Qui à partir de 16 ans
Où Atelier Reliure
Quand **Mardi** 14h30 à 17h30
Mercredi 20h 22h
Jeudi 14h à 17h
Coût Adulte 45 euros
Avec Jocelyn **Cametti**

Conseil d'Administration FCB

Bureau	Chantal THOMAS	**Présidente**
	Philippe DEICHELBOHRER	**Vice-présidents**
	Gilbert ZANNE	"
	Cécile DAVID HENRIET	**Secrétaires**
	Germaine GUYOT	"
	Françoise KLINGER	"
	Chantal LAVAUX	"
	Elisabeth MURAT	"
	Sylviane KLEIN	**Secrétaire de séance**
	Henri CAVAGNA	**Trésorier**
	Marie-Thérèse HUZJAN	**Trésorière adjointe**
Membres	Camille BRUCHON	
	Jean LACROIX	
	Patrick ROYER	
	Gérard RUEZ	

Crédit Mutuel

BELFORT SUD

BAVILLIERS – DANJOUTIN - TREVENANS

BANQUE – ASSURANCE – TELESURVEILLANCE - TELEPHONIE

Bavilliers

- Mardi de 9h30 à 12h et de 13h30 à 18h
- Mercredi de 9h30 à 12h (sur rendez-vous) et de 13h30 à 18h
- Jeudi de 10h à 12h (sur rendez-vous) et de 13h30 à 18h
- Vendredi de 9h30 à 12h (sur rendez-vous) et de 13h30 à 18h
- Samedi de 8h30 à 12h30

Un Guichet Automatique de Banque est à votre disposition 7j/7

Téléphone : 03.84.46.55.00 Mail : 07012@creditmutuel.fr

rovil

LEADER EN SOLUTION DE REPROGRAPHIE

Contact : repro@rovil.com

ROVIL
73c Grande Rue - 90400 TREVENANS
03 84 90 12 40

http://www.rovil.com/