

Pour la rentrée: toutes les activités sur le Causse (artistiques, sportives, ludiques ... adultes, jeunes...)

Atelier Customisation Textile, Familles Rurales du Causse
le 1er et 3ème jeudi du mois, de 10h à 12h

Friperie, Vaour

Transformer, détourner, enjoliver des vêtements, sacs, plaid ou tout autre support textile. Deux expertes en customisation vous accompagnent dans vos travaux. Munissez-vous d'un vêtement ou d'un sac à customiser, de bouts de tissus fins, dentelles, fils à broder, laines à broder, perles, boutons... et d'une trousse à couture minimum (bons ciseaux, aiguilles variées, crayon à papier, épingles, dés etc). L'atelier possède également un fond de matières diverses et du matériel de couture pour ceux qui en seraient dépourvus. Les dons de matériel et matériaux sont les bienvenus pour enrichir les créations! (Reprise jeudi 21 septembre)
Machines à coudre à disposition. Ouvert à tous, débutants, confirmés... Tarif: 2€ la séance
Info: afrv@vaour.net ou 05 63 56 39 23

Cours de yoga, Familles Rurales du Causse

Yoga traditionnel le mardi et le jeudi, de 19h à 20h30, Ecole, Vaour

Yoga doux le jeudi de 15h à 16h, Salle de la mairie, Vaour

Louise Riley, professeure diplômée, enseigne le yoga traditionnel et le yoga doux c'est à dire un yoga sur chaise ne nécessitant pas de postures au sol, mais tout aussi exigeant et rigoureux.
Tarifs: 2 € par séance + adhésion annuelle de 25 €. Info 05 63 56 39 23 ou afrv@vaour.net

Ateliers de musique, Vaour Loisirs +++

le mercredi, à l'école, Vaour

Ateliers proposés aux enfants et aux adultes:

- Piano (à partir de 7 ans)
- Little Orchestra (atelier collectif pour les enfants, à partir de 6 ans)
- Solfège adultes
- Initiation flûte traversière

Réunion d'information/inscriptions : mercredi 13 septembre à 17h00 à l'école de Vaour.

Reprise des cours: le mercredi 20 septembre. Info: Geneviève Focroulle au 05 63 56 34 06 ou genevieve.focroulle@gmail.com

Séances de Gymnastique sensorielle

le mercredi, de 17h30 à 19h, Salle du conseil de la mairie, Vaour

A mi-chemin du soin et de l'éducation, le but de ces séances est de ré-accorder le corps et le psychisme pour qu'ils fonctionnent en harmonie, sans prédominance de l'un sur l'autre.

Séances animées par Mihaly Valentin, somato-psychopédagogue. Tarifs: 7 € la séance ou 60 € les 10 séances (première séance gratuite). (Reprise le mercredi 13 septembre)

Info: 06 61 16 68 85 ou mihalyspp@gmail.com

Cours de Danse de Salon, Vaour Loisirs +++

le mardi, de 20h30 à 21h30, Salle des fêtes, Vaour

Salsa débutant et Bachata débutant avancé.

Tarifs: 70€ couple - 40€ individuel

Infos et réservation 06 14 88 17 86 ou viguie.christannie1@gmail.com (reprise le 25 septembre)

Cours de Pilate niveau avancé, Body Expressions
le lundi de 17h30 à 18h30, Salle du conseil de la Mairie, Vaour

Cours de renforcement musculaire pour adultes. Tarif trimestriel : 80 euros. Le cours débutant aura lieu le jeudi ou le vendredi, à déterminer en fonction des disponibilités de la salle.
Info 06 84 56 89 03 ou bodyexpressions81@yahoo.com

Marche active et Marche nordique, Horizonforme
le mercredi

L'association Horizonforme propose deux types marches, en alternance, un mercredi sur deux : la marche active (sur terrain plat une activité cardio pour tous) à 10h au départ de Les Cabannes et la marche nordique (tout terrain, avec des bâtons), à 14h30 sur différents secteurs autour de Cordes et Vaour.

Info 06 23 83 33 46 ou horizonforme.assoc@laposte.net (reprise le mercredi 13 septembre)

Tennis-Badminton, Association Sportive de Penne
Terrains sportifs de St Paul de Mamiac, Penne

Cours, entraînements, animations, pour adultes et enfants de plus de 6 ans.

Info pour le tennis 06 70 72 62 15, pour le badminton 06 38 02 86 92 ou <http://association-sportive-penne.org/>

Entraînements et matchs de foot, Football Club Vaourais
le vendredi soir et dimanche, Stade, Vaour

Club de foot à 7 sur demi-terrain, ouvert aux joueurs de + de 16 ans. Info 06 10 48 89 53 ou fcvaourais@gmail.com

Chorale, Compagnie Corps et Arts
le mardi de 18h30 à 20h, Ancienne salle de l'école, Penne

Chorale accessible à tous, au répertoire varié (tarif annuel : 10 euros). Reprise des cours le 5 septembre.

Info 06 95 21 08 79 ou www.la-compagnie-corps-et-arts.fr

Groupe de chant "Et si on chantait?"
2 mercredis par mois de 18h30 à 20h30, Vaour

Groupe de chant sous la direction de Cathon, un mercredi sur deux. Reprise en octobre.
Info 05 63 56 35 79

Conservatoire de Musique du Tarn, Ecole primaire, Cordes

Une antenne du Conservatoire de Musique propose des cours de guitare, piano, flûte traversière et des séances de formation musicale (solfège). L'éveil musical et le violon seront mis en place si un nombre d'élèves suffisant s'inscrit, et des cours de violoncelle sous condition.

Tarifs: Frais de cours 300€, pour lesquels les Communes de Penne et Vaour peuvent accorder une aide, sous conditions de ressources

+ droits d'inscription compris entre 252 et 394€, en fonction des ressources.

Réunion de rentrée le jeudi 14 septembre, à 18h à l'école primaire de Cordes. (reprise des cours le 18 septembre)

Info: Thierry Cazals 05 63 36 99 24 ou thierrycazals@yahoo.fr ou 05 63 56 18 80

<http://cmdtarn.fr/>

Rencontres jeux de société, le Club du Sourire,
le 1er et 3ème mercredi du mois, Salle des fêtes, Penne

Après-midi ouverts à tous.

Le 5 à 7, un dimanche par mois, Penne

Aux beaux jours, à Penne Mirabilia et aux frimats, dans la Salle de la mairie, le 5 à 7 nous invite à réfléchir et à échanger sur un thème, chaque mois.

Visites commentées du jardin, Jardin d'Emerveille
le mercredi et le samedi, de 16h à 17h30, à Vaour

Pour découvrir ce jardin cultivé en permaculture.

Prix libre. Info : 05 63 53 37 41 ou 06 17 67 40 36 ou remi.kulik@laposte.net

<http://remikulik.wixsite.com/lejardindemerveille/animations>

Temps d'accueil parents - enfants, Jardin d'enfants
un mercredi par mois, de 9h à 12h, Milhars

Pour rompre le train-train quotidien, rencontrer des parents et permettre aux enfants de jouer dans un espace bienveillant : accueil gratuit l'équipe d'animatrices, ouvert à tous. Réservation préalable indispensable. Planning 2017-2018: 13 sept, 11 oct, 15 nov, 13 dec, 17 jan, 7 fév, 14 mars, 4 avril, 16 mai, 20 juin.

Info : 05 63 56 30 11 ou <http://enfantsdemilhars.eclablog.fr/>

Club Nature pour les enfants, le Jardin d'Emerveille
le mercredi, de 14h à 17h, à Vaour

Activités pour enfants de tout âge, fonction de la saison et du temps: cuisine, jardinage, construction de cabane, jeux et activités de pleine nature, création d'aménagement de jardins, observation de la faune du jardin, balade à la découverte de la faune et de la flore sauvages.... Tarifs Club Nature : Adhésion à l'année de 10 € + 7 € par mercredi après-midi (reprise mercredi 6 septembre).

Info : 05 63 53 37 41 ou 06 17 67 40 36 ou remi.kulik@laposte.net ou

<http://remikulik.wixsite.com/lejardindemerveille/club-nature>

Accueil de loisirs Arc-en-Ciel, Les Cabannes

L'association accueille les enfants de 3 à 14 ans, les mercredis après-midis de 12h00 à 18h00 ainsi que pour les vacances scolaires, de 7h45 à 18h00.

Au programme: Ateliers de création et d'expression, détente, sport, nature, jeux collectifs et coopératifs, ateliers de cuisine, etc. L'apprentissage de la vie en collectivité, du respect d'autrui fait partie des priorités de l'association.

Des ateliers d'Initiation au cirque pour les tous petits et de danse Hip-hop pour les plus grands sont proposés les mercredis après-midi, si un nombre d'enfants suffisant s'inscrit.

Renseignements et inscriptions au 05 63 56 19 11 ou arcenciel81170@live.fr

Foyer des jeunes de Vaour
face à la Salle des fêtes

Ce foyer est un lieu ouvert qui fonctionne en cogestion, destiné aux jeunes ayant plus de 10 ans. Un réfrigérateur où chacun peut amener des boissons non alcoolisées et des jeux de société sont à disposition. Une réunion pour mettre en place des projets d'animation pour l'année est prévue au mois de septembre.

Info: Bernard Oderlé 05 63 55 38 75