



Agenda des activités 2010-2011 sur Fréhel

LUNDI	MARDI	MERCREDI
<p>Cours de Cuisine « Cuisinons ensemble » pour adulte, chaque 2ème lundi du mois de 14h à 16h30 à La Grande Abbaye.</p> <p>Tarif : une cotisation annuelle de 4€ et 2€ le cours.</p> <p>Contact : M me Delasalle 06.64.75.24.36</p> 	<p>Bibliothèque de Fréhel de 9h à 12h, prêt gratuit de livres CD et DVD.</p> <p>Contact : 02.96.41.51.12 http://bibliothequefefrehel.over-blog.com/</p> <p>Gym « entretien » Association Gym danse, de 9h15 à 10h15, pour adultes, à la Salle des Fêtes de Fréhel.</p> <p>Tarifs : 115€ l'année.</p> <p>Contact : M me Charoy 02.96.41.49.66 ou 06.84.80.46.14</p>	<p>Cybercommune « ordinateurs à disposition du public » ouvert de 9h à 12h. Cours d'initiation sur rendez-vous.</p> <p>Contact : 02.96.41.51.12 http://cybercommunedefrehel.over-blog.com/</p> <p>Moussaillons et Opti voile papillon « Ecole de Voile de Fréhel » de 14h à 17h découverte de la voile et du milieu marin (enfants de 6 à 10 ans à Sables d'Or les Pins).</p> <p>Contact : 02.96.41.55.47 ecoledevoile.frehel@wanadoo.fr</p> <p>Pour toutes les activités, l'école prend les Ti-Pass, bon CAF, Chèques ANCV.</p>
	<p>Patchwork et Points comptés pour adultes, de 14h à 18h, Salle de la Grande abbaye.</p> <p>Tarif : 32€ l'année.</p> <p>Contact : M me Breton 02.96.41.40.05</p>	<p>Junior Association « Les jeunes en fêtes » pour les 10-20 ans, au local de la Grande Abbaye. De 10h à 12h et 14h à 18h. Tarif : gratuit</p> <p>Contact : Mr Bernard 06.12.79.52.92</p>
<p>Randonnée pédestre « Fréhel multi-sports » tous les lundis de 14h à 16h (6 à 8km). Tarif : 10€ l'année (pour rando lundi et dimanche). Pour savoir le lieu de départ contactez : 02.96.41.51.21 ou la mairie.</p> <p>Nous alternons les sorties en bord de mer et à l'intérieur des terres.</p> <p>De bonnes chaussures de marches sont fortement recommandées pour la sécurité de vos chevilles.</p>	<p>Tir à l'arc « entraînement » « Fréhel Multi-sports » Pour adultes, de 19h30 à 21h au Complexe sportif de la Ville Oie.</p> <p>Tarif : 40€ l'année + kit achat de 40€ prêt RC</p> <p>Contact : Mr et M me Zaletto 02.96.41.51.21</p> <p>Cybercommune « ordinateurs à disposition du public » ouvert de 14h à 16h. Cours d'initiation sur rendez-vous.</p> <p>Contact : 02.96.41.51.12</p>	<p>Tennis de table de Fréhel « loisirs » de 17h à 18h30 au Complexe sportif de la Ville Oie.</p> <p>Tarif : loisirs 23€ à l'année, licenciés : 30€ pour l'année.</p> <p>Contact : Mr Poinsot 06.88.53.78.19</p>
<p>Cybercommune « ordinateurs à disposition du public » ouvert de 14h à 16h. Cours d'initiation sur rendez-vous.</p> <p>Contact : 02.96.41.51.12 http://cybercommunedefrehel.over-blog.com/</p>	<p>Scrabble de 14h à 16h30 à la Salle des Fêtes de Fréhel</p> <p>Contact : 02.96.41.46.79</p>	<p>Les écuries de Fréhel cours sur shetlands pour enfants de 4 à 10 ans (- 10h bon niveau et 11h débutants)</p> <p>Tarif : 15€ de l'heure ou carte de 5h 65€ ou carte de 10h 120€</p> <p>Contact : M me Bouyoux Tel: 06.07.56.13.27</p>
<p>Tennis de table de Fréhel « loisirs » de 17h à 18h30. Adultes, au Complexe sportif de la Ville Oie.</p> <p>Tarif : loisirs 23€ à l'année, licenciés : 30€ pour l'année.</p> <p>Contact : Mr Poinsot 06.88.53.78.19</p>	<p>Club de Tarot pour adultes de 20h à 24h, la Grande Abbaye, local à côté de la Bibliothèque.</p> <p>Tarif : Gratuit</p> <p>Contact : Mr Breton 02.96.41.40.05</p>	<p>Tir à air comprimé et arbalète « école de tir » à partir de 8 ans de 18h à 20h au Complexe sportif de la ville Oie.</p> <p>Tarif : 25€ l'année enfant+ licence 40€ adulte + licence</p> <p>Contact : Mr Le Calvez 02.96.63.69.25</p>

MERCREDI (suite)	JEUDI	VENDREDI
<p>Tir à air comprimé et arbalète « école de tir » à partir de 8 ans de 16h45 à 18h au Complexe sportif de la ville Oie. Tarif : 25€ l'année + licence à 33€ Contact : Mr Le Calvez 02.96.63.69.25</p>	<p>Cybercommune « ordinateurs à disposition du public » ouvert de 14h à 16h. Cours d'initiation sur rendez-vous. Contact : 02.96.41.51.12 http://cybercommunedefrehel.over-blog.com/</p>	<p>Tennis de table de Fréhel « licenciés » de 19h à 21h au Complexe sportif de la Ville Oie. Tarif : loisirs 23€ à l'année, licenciés : 30€ pour l'année. Contact : Mr Poinsot 06.88.53.78.19</p>
<p>Football « Football-club » pour les seniors au terrain de foot de Pléherel-Plage. Contact : Mr Benoît Hervé 07.60.07.18.13</p>		<p>Gym « entretien » Association Gym danse, de 9h30 à 10h30, pour adultes, à la Salle des Fêtes de Fréhel. Tarifs : 115€ l'année. Contact : Mme Charoy 02.96.41.49.66 ou 06.84.80.46.</p>
<p>Bibliothèque de Fréhel de 13h30 à 18h, prêt gratuit de livres CD et DVD. La Grande Abbaye Contact : 02.96.41.51.12 http://bibliothequefefrehel.over-blog.com/</p>		<p>Junior Association « Les jeunes en fêtes » pour les 10-20 ans, au local de la Grande Abbaye. De 20h à 22h30. Tarif : gratuit Contact : Mr Bernard 06.12.79.52.92</p>
<p>Cours de Tennis « école de tennis » Contact : Mr Monnier 06.16.38.41.82 Location du terrain intérieur ou extérieur 7 ou 5€ de l'heure au Cap Tiphaine</p>		<p>Scrabble de 14h à 16h30 à la Salle des Fêtes de Fréhel Contact : 02.96.41.46.79</p>
<p>Les écuries de Fréhel cours sur double poney et chevaux pour enfants à partir de 10 ans et adultes (- 14h petit niveau et 15h 15 moyen niveau 16h15 bon niveau) Tarif : 18€ de l'heure ou carte de 5h 80€ ou carte de 10h 150€ Contact : Mme Bouyoux Tel: 06.07.56.13.27 Site : http://www.ecuriedefrehel.com/</p>		<p>Danse Bretonne « Le Cercle Celtique » reprise mi-octobre. Contact : Mr Balan 06.24.25.73.66</p>
		<p>Cybercommune « ordinateurs à disposition du public » ouvert de 14h à 16h. Cours d'initiation sur rendez-vous. Contact : 02.96.41.51.12 http://cybercommunedefrehel.over-blog.com/</p>



SAMEDI	SAMEDI (suite)	DIMANCHE
<p>Tir à l'arc « entraînement » « Fréhel Multi-sports » Pour adultes, de 10h à 11h30 au Complexe sportif de la Ville Oie. Tarif : 40€ l'année + achat de 4 flèches et palette. Contact : Mr et Mme Zaletto 02.96.41.51.21</p>	<p>Multi-activités « Ecole de Voile de Fréhel » de 14h à 17h30 à partir 14 ans et adultes à Sables d'Or les Pins. Contact : 02.96.41.55.47 ecoledevoile.frehel@wanadoo.fr Pour toutes les activités, l'école prend les Ti-Pass, bon CAF, Chèques ANCV.</p>	<p>Tir à air comprimé et arbalète « entraînement » de 10h à 12h au Complexe sportif de la ville Oie. Tarif : 40€ l'année + licence Contact : Mr Le Calvez 02.96.63.69.25</p>
<p>V.T.T. de 9h30 à 12h, séance d'initiation et d'entraînement ouverte à tous à partir de 9 ans. Contact : Mr Dubot 02.23.21.03.59 ou 06.89.13.53.79 H.R</p>	<p>Tir à l'arc « école de tir » « Fréhel Multi-sports » Pour les jeunes 8 à 15 ans, de 13h30 à 15h au Complexe sportif de la Ville Oie. Tarif : 25€ l'année + achat de 4 flèches et palette. Contact : Mr et Mme Zaletto 02.96.41.51.21</p>	<p>Tennis de table de Fréhel « pour la forme » de 10h30 à 12h au Complexe sportif de la Ville Oie. Tarif : loisirs 23€ à l'année, licenciés : 30€ pour l'année. Contact : Mr Poinsot 06.88.53.78.19</p>
<p>Cybercommune « ordinateurs à disposition du public » ouvert de 9h à 12h tous les 15 jours, ouvert les semaines paires. Cours d'initiation sur rendez-vous. Contact : 02.96.41.51.12 http://cybercommunedefrehel.over-blog.com/</p>	<p>Tennis de table de Fréhel « Entraînement jeunes » de 14h à 15h30 au Complexe sportif de la Ville Oie. Tarif : loisirs 23€ à l'année, licenciés : 30€ pour l'année. Contact : Mr Poinsot 06.88.53.78.19</p>	
<p>Junior Association « Les jeunes en fêtes » pour les 10-20 ans, au local de la Grande Abbaye. De 10h à 12h et 14h à 18h. Tarif : gratuit Contact : Mr Bernard 06.12.79.52.92</p>	<p>Pétanque à partir de 14h, à côté du terrain de foot de Pléherel Plage ou au Complexe sportif de la Ville Oie dès octobre. Tarif : 2€ par joueur + licence Contact : Mr Gautier 06.16.49.51.90 Gratuit pour les enfants</p>	
<p>Bibliothèque de Fréhel de 14h30 à 17h, prêt gratuit de livres CD et DVD. La Grande Abbaye Contact : 02.96.41.51.12 http://bibliothequefefrehel.over-blog.com/</p>	<p>Les écuries de Fréhel balades sur double poney et chevaux pour enfants et adultes même débutants, sur réservation. Tarif : 25€ de l'heure sur la plage ou en campagne. Contact : Mme Bouyoux Tel: 06.07.56.13.27 Site : http://www.ecuriedefrehel.com/</p>	
<p>Cours individuel de Piano et guitare sur Fréhel « Ecole de musique Intercommunale » Adultes ou enfants au local à côté de la mairie. Contact : Emmanuelle PA YS au 02 96 41 26 90 ou par mail : musique.cdc.matignon@wanadoo.fr Site : http://www.pratiquesmusicalespavsdematignon.org</p>	<p>Warhammer pour adultes et enfants, de 9h à 12h Grande Abbaye, local à côté de la Bibliothèque. Contact : Mr Latouche kraft.t@hotmail.fr</p>	
<p>Football « Football-club » pour les enfants au terrain de foot de Pléherel-Plage. Contact : Mr Benoît Hervé 07.60.07.18.13</p>	<p>Cours de Tennis « école de tennis » Contact : Mr Monnier 06.16.38.41.82 Location du terrain intérieur ou extérieur 7 ou 5€ de l'heure au Cap Tiphaine</p>	