

A vos agendas !!

- **2 Octobre 2022**  
2ème édition de la course Run'in Vitteaux  
10 kms / 6 kms / course enfants)
- **6 Novembre 2022**  
Vide penderie
- **28 janvier 2023**  
Sortie ski
- **24 Janvier 2023 et 4 Mai 2023**  
Sortie spectacle MONTBARD (co-voiturage)  
**Compagnie Trabucco**  
Contact 03 80 49 62 08
- **Sensibilisation aux gestes qui sauvent**  
**Le Samedi 15 Octobre 2022**  
**Ou le Samedi 4 Février 2023**  
**Ou le Samedi 25 Mars 2023**  
**de 9H à 12 H**  
salle des jeunes espace Guéniot

**et visite du centre de secours**  
**le 22 avril 2023 de 10 H à 12H**  
Contact 06 80 74 88 07

Un petit clin d'oeil dans le  
rétro !!



Rejoignez-nous du facebook  
pour suivre nos actualités



pour toutes demandes d'infos, nous sommes joignables à  
l'adresse [afr21350@gmail.com](mailto:afr21350@gmail.com)

**Familles  
rurales**  
Vivre mieux !

**DÉCOUVREZ**



**LE  
PROGRAMME  
D'ACTIVITES  
2022-2023**



**ASSOCIATION FAMILLES RURALES  
DE VITTEAUX**



NOUVEAU !!

## DANSES

### Salsa, Bachata



1 Samedi par mois de 19 H à 22 H

Avec **Chris PAGGI et sa partenaire**

(champion de France 2016)

Salle de motricité ancienne école maternelle

**1ères dates 24/09 - 29/10 - 26/11**

Tarif par soirée : en solo 30€ et en duo 45€

Contacts 03 80 64 63 89/ 03 80 49 68 92

## RUN'IN VITTEAUX

Course à pieds

Courir ensemble sur Vitteaux et Alentours

**Le Mercredi 19 H**

**et ou le Dimanche 10 H**

**Reprise de l'activité le 21/09**

Parc (aire multimodale)

Adhésion AFR - gratuit

Contact 06 80 74 88 07

facebook Run'in Vitteaux



## POINTS COMPTES

Echange de savoirs et convivialité

Lundi de 14h15 à 16H30

**Reprise de l'activité le 12/09**

Salle des jeunes - espace Guéniot

Adhésion AFR - 20€ les 4 séances

Contact 03 80 49 62 08

## COUTURE



Apprendre à coudre un accessoire  
ou un vêtement

Avec **Christiane Lallemand** - Animatrice

Samedi 9H à 12 H

**Reprise de l'activité le 24/09**

Salle des jeunes - Espace Guéniot

Adhésion AFR - 5€ le cours

ou 30 euros l'année

Contact 06 09 81 19 44

NOUVEAU !!

## LES MARDIS CHANTANTS

**Chorale 3 p'tites notes  
de Vitteaux**

**Registre variété française**



**Chef de chœur : Aymeric Legouge**

Mardi 20H à 21H30

**A partir du 20/09**

Salle basse de la Mairie

Adhésion AFR - 30€ le trimestre

Contact 03 80 49 68 92

[afr21350@gmail.com](mailto:afr21350@gmail.com)

## YOGA



Vendredi tous les 15 jours  
de 9H30 à 11H

avec **Corinne Bourachot** - Animatrice

**Reprise de l'activité le 23/09**

Salle de motricité

ancienne école maternelle

Adhésion AFR - 50€ le trimestre

Contacts 06 06 62 67 16 / 06 31 76 85 21



## PILATES

**Le Lundi avec Patricia Le Pin**

De 18H à 19H ou de 19H15 à 20H15

**Reprise de l'activité le 19/09**

**Le vendredi avec Fabienne Lene**

de 18H à 19H

**Reprise de l'activité le 23/09**

Salle de judo - Espace Guéniot

Adhésion AFR - 50€ le trimestre

Contacts 06 80 74 88 07/ 03 80 49 68 92