

REGIE COMMUNALE AUTONOME DES BONS-VILLERS
DIVISION : COMPLEXE SPORTIF



Rue J.B. Loriaux, 3/a - 6210 Frasnes-lez-Gosselies ; Tél. / Fax : 071/85.25.82 ; e-mail :
complexe.sportif.lbv@skynet.be

N° d'entreprise : 0886 662 647, N°compte Belfius : BE12068-2448830-92 BIC : GKCCBEBB

Mis à jour, le 25/10/2019

LE COMPLEXE SPORTIF VOUS PROPOSE ...

Football (RES Frasnois) : Football prairie
pour les filles entre 6 et 14 ans et les garçons
Entre 6 et 17 ans. Pour les garçons entre 17 et 40 ans.
Mr Chominiatycz Michel 0479/67 48 45
Mr Vanlandschoot Stéphane 0473/40 10 44
Site internet : www.resfrasnes.be

Futsal, Basket, Volley : Location de la salle omnisports 071/85.25.82.

Ecole de Jeunes Futsal (intérieur) :

- o **MFC Real Frasnes** : Le lundi de 20h00 à 21h00, le mardi de 17h30 à 19h00, le mercredi de 16h00 à 18h00, le jeudi de 17h00 à 19h00, le vendredi de 16h30 à 18h30 et de 22h30 à 23h30, le samedi de 18h00 à 19h00 et le dimanche de 15h à 20h00.
Catégorie d'âges : Accessible dès l'âge de 6 ans de diabolins à juniors. P3, vétérans et dames.
Madame Henry Patricia : 0485/07.14.95

Atelier peinture : l'atelier peinture permet d'exprimer par son dessin et activer une faculté qui agit sur l'ensemble de notre potentiel. Le jeudi de 13h30 à 16h00.
Mme Kerckhove Chantal 071/82.31.72 ou 0479/36.61.77 (Cafétéria)

Sophrologie : Le mardi de 09h30 à 10h30
Mme Kerckhove Chantal 071/82.31.72 ou 0479/36.61.77

Tennis : Location de terrain de tennis extérieur 071/85.25.82.
Adultes : 13,00 € / heure / terrain ; Etudiants : 11,00 € / heure / terrain
Abonnements : contacter Jonathan Rucquoy au 0477/30.70.71
Site internet : www.villersport.blogspot.be

Cours de tennis extérieur : (d'avril à octobre) Le jeudi de 18h à 22h (Intra-club)
Le samedi de 09h à 15h (3-5 ans, 6-9 ans, 10-15 ans et ados-adultes)
Mr Rucquoy Jonathan 0477/30.70.71
Site internet : www.villersport.blogspot.be

Cours de tennis Indoor : le jeudi de 16h00 à 17h00 et le samedi de 09h à 13h00
Sauf pendant les vacances scolaires.
Mr Rucquoy Jonathan 0477/30.70.71
Site internet : www.villersport.blogspot.be

Badminton : le jeudi de 19h à 22h et de 22h à 23h une semaine sur deux et le dimanche de 10h30 à 12h30.
Mr Vanackere Philippe 0496/10 98 01-Mr Lothier Jean-Marc 0477/74.44.95

Multisports : Le mercredi de 14h00 à 16h00 accessible aux enfants entre 5 et 13 ans
(sauf pendant les vacances scolaires). Mr Wattiaux Olivier 0477/94.98.62

Psychomotricité : Le mercredi de 14h00 à 16h00, accessible aux enfants entre 3 et 5 ans
(sauf pendant les vacances scolaires). Mr Wattiaux Olivier 0477/94.98.62

Babyfoot : Apprentissage des bases du football. Amélioration de la psychomotricité à l'aide du football.
Le lundi de 16h30 à 18h00. (sauf pendant les vacances scolaires).
Accessible de 4 à 5 ans.
Mr Wattiaux Olivier 0477/94.98.62

Jutai-Energy : Le Jutai-Energy est la recherche du bien-être physique et mental et un anti-stress
Pour la vie de tous les jours.
Le vendredi de 19h à 20h00, accessible à partir de 10 ans (sauf pendant les vacances scolaires)
Mr Ruy Jean 071/70.14.32 ou 0478/91.44.56

Karaté : le karaté est un « art de combat » et un apprentissage humble pour se défendre à main-nue.
Le mercredi de 18h45 à 19h45 pour les enfants entre 5 et 12 ans et le mercredi de 19h45 à 21h15,
accessible à partir de 13 ans. A partir du 04/09/2013 (sauf pendant les vacances scolaires).
Mr Feron Olivier 0478/32.02.62

Tae-Kwondo : le Tae-Kwondo est un art martial coréen le plus pratiqué au monde. C'est une
technique de combat à base de coups de pied et coups de poing.
Le lundi de 18h30 à 20h30 et le dimanche de 10h30 à 12h30, accessible à partir de 8 ans.
Mr Baire 0479/73.39.01

Jiu-jitsu : Auto défense, contrôle de soi, prise de confiance, techniques simples et efficaces.
Accessible aux enfants à partir de 5 ans (sauf pendant les vacances scolaires).
Le mardi de 17h à 18h (enfants) et de 18h à 19h30 (adultes)
Le mercredi de 16h à 17h (enfants et adultes)
Mr Hermans Pascal 0496/69.57.17

Turbokick Power : Turbo kick power méthode d'entraînement cardio vasculaire en musique basée sur la
combinaison de mouvements provenant de la boxe et des arts martiaux adaptée au fitness.
Amélioration de la coordination, de l'agilité et de l'équilibre. Renforcement de l'estime et
confiance en soi. Augmentation de la force, perte de poids, ...
Le jeudi de 20h à 21h30
Mr Dieu Frank : 0476/22.76.47
Site internet : www.simbateam.com

Krav Maga : Le mardi de 19h30 à 21h00.
Mr De Heinzelin 0472/60 55 10

Renforcement musculaire + swissball : Le vendredi de 18h00 à 19h00 (renforcement musculaire)
Mme Dardenne Sarah 0478/03 52 36

Séance de méditation : Pour les adultes : le dimanche de 16h00 à 17h00
Pour les enfants : le dimanche de 15h00 à 16h00
Julie : 0489/26 34 06

Pétanque : « Les gais pétanqueurs » (terrains intérieurs et extérieurs), un jeu dans lequel la boule se défoule
Le mardi, jeudi et samedi de 13h30 à 17h, accessible à partir de 14 ans.
Mr Vanbeneden René 0474/66.10.08

Course à pied : Apprentissage de la course à pied à différents niveaux.
Section FLG de Union Athlétique Châtelineau.
Le lundi et le jeudi à 18h30.
Mr Ferauche : 071/85 45 80
Adresse e-mail : jmf.uac@skynet.be

Marche nordique : Tonifie les muscles, améliore la forme cardiovasculaire et respiratoire, préserve les
articulations, affine et sculpte la silhouette, rectifie la posture pour un meilleur maintien,
favorise la bonne coordination des mouvements, anxiolytique et relaxant.
Le lundi et le jeudi à 18h30.
Accessible à tous de 12 à 120 ans.
Mr Axel Ballant : 0491/74 43 73
Adresse email : axel.ballant@gmail.com