

## ANIMATIONS

○ **Noël de la MJC :**

Samedi 9 Décembre 2017

○ **Extrême Danse :**

Samedi 10 Mars 2018

○ **Fête de la MJC :**

Samedi 23 Juin 2018

○ **Carnaval de la Ville 2018 :**

Vendredi 30 Mars 2018

(Reporté au Vendredi 06 Avril si mauvais temps)

**Occasionnellement en cours d'année :**

- Diaporamas : Soirées animées par Henri AUSSAGUES.
- Vous avez des envies, des idées de stages, n'hésitez pas à nous contacter pour nous en faire part.

## INFOS PRATIQUES

□ **ACCUEIL MJC :** Myriam TORRES  
Animatrice MJC

**Accueil du Public :**

- Vendredi : de 10h00 à 12h00
- Mardi & Jeudi : de 14h00 à 17h00

□ **ADHESIONS :**

L'adhésion à la MJC permet l'accès aux activités et l'implication dans la vie de l'association.

Assurant les adhérents pendant les activités, elle est valable du 1er septembre 2017 au 31 août 2018.

**Tarifs :**

- Enfants / Jeunes (-18ans) : 7€
- Adultes (+ de 18ans) : 22€

BIEN ETRE / SPORT	Public	Jours	Horaires	Tarifs	Animateurs	Salles
Tennis de Table	Tout public	Mercredi	18h00-19h30	Cot 50€ + Adh 7€	Isabelle LACHOQUE	M.J.C Salle M. BERTHET
		Jeudi	18h30-20h00			Gymnase
	Compétiteurs	Vendredi	18h30-20h30	A voir avec le club		M.J.C M.BERTHET
	Tout public	Samedi	10h30-12h00			
Majorettes & Majors	Majors / Majorettes	Mercredi	18h30-20h00	Cot 50€/ an	Alain MELLET	MJC Gymnase
		Vendredi	20h00-21h30			
Zumba	Zumba Gold	Mardi	09h45-10h45	1 Carte de 12 séances à 45€ Ou 5€ la séance + Adh MJC 30 € pour les moins de 16 ans Ou 2,50€ la séance + Adh MJC	Jessica BROWN	MJC Gymnase
	Tout public	Jeudi	19h45-20h45			
Samedi		10h00-11h00				
Vie Restore	Tout public	Mardi	19h30-20h30		Jessica BROWN	Mermoz
Pilate	Ados/Adultes	Mardi	10h45-11h45			
		Mercredi	19h00-20h00		MJC Gymnase	
		Samedi	11h00-12h00			
Bootcamp	Adultes	Mercredi	20h00-21h00		Phill BROWN	Mermoz
Vie Fitness Fuslon	Adultes	Jeudi	19h00-19h45		Jessica BROWN	MJC Gymnase
Coaching personnalisé à la demande	Tout public	Le Mardi ou le Jeudi (selon les demandes)			1h à 45 €	Antoine BIARD
Renforcement	Ados/Adultes	Mardi	19h00-20h00	1 carte de 10 séances à 70 €	Antoine BIARD	MJC Salle M. BERTHET
		Jeudi	19h00-20h00			
DANSES	Public	Jours	Horaires	Tarifs	Animateurs	Salles
Danse Modern' Jazz	4-6 ans	Mardi	17h00-17h45	Cot 80€/an + Adh 7€	Françoise SERRES	M.J.C Salle M.BERTHET
	7-9 ans		17h45-18h30			
	10-14 ans		18h30-19h15			
	Ados /Adultes		19h15-20h00	Cot 80€/an + Adh Mjc		
Toutes Danses Valse/ Tango, Quickstep.....	Débutant	Lundi	19h00-20h00	Couple 200€/an + Adh Mjc	Rose & Carlos LAMEGO	MJC Gymnase
	Avancée		20h00-21h00			
Salsa / Batchata	Salsa Débutant	Lundi	19h00-20h00	Couple 200€/an + Adh Mjc	Rose & Carlos LAMEGO	M.J.C Salle M.BERTHET
	Salsa Intermediaire		20h00-21h00			
	Salsa Avancée		21h00-22h00			
	Bachata Débutant		21h00-22h00			

CREATIVITE	Public	Jours	Horaires	Tarifs	Animateurs	Salles
Arts Créatifs	Adultes	Lundi	14h00-17h00	Cot 20€/ an + Adh 22€	Yvette MEYER	MJC E. PISON
		Samedi	14h00-17h00			
Couture	Adultes	Mardi	14h00-17h00	Adh 22€	Michèle AUTHIER	MJC E. PISON
EXPRESSION	Public	Jours	Horaires	Tarifs	Animateurs	Salles
Espéranto	Adultes	Vendredi	16h30-18h00	Cot 35€ / an + Adh 22€	Georges COMTE	MJC E. PISON
Théâtre	Adultes	Mardi	20h30-22h30	Adh 22€	Jean-Claude AUTHE	MJC Gymnase
Généalogie	Adultes	Lundi	20h00-22h00	Adh 22€	Michel VIE	MJC FOYER
		Mercredi				

BIEN ETRE / SPORT	Public	Jours	Horaires	Tarifs	Animateurs	Salles
<b>Judo</b>	3-5 ans	Lundi	17h00-17h45	100€ / an	Thomas MUNOZ	DOJO
	6-7 ans		17h45-18h45	130€ / an		
	8-10 ans	18h45-19h45	130€ / an			
	6-7 ans	Judi	16h45-17h45	130€ / an		
	8-10 ans	Judi	17h45-18h45	130€ / an		
<b>Self Défense</b>	Adultes	Mardi & Jeudi	19h00-21h00	1 fois/sem 60€/an + 35€	Joseph LAMBERT	DOJO
				2 fois/sem 100€ + 35€		
<b>Pom'mobs</b>	Ados / Adultes	Mercredi	14h00-18h00	Adh MJC	Gérard VTEIRA	Ateliers Pom'mobs
		Samedi	14h00-18h00			
<b>Badminton</b>	Adultes	Mardi	19h00-20h30	Adh MJC		MJC Gymnase
<b>Gym Tonic</b>	Adultes	Mardi & Jeudi	18h00-19h00	Cot 90€/an + Adh 22€	Marie-Elise RODRIGUES	MJC Gymnase
<b>Relaxation Dynamique</b>	Adultes	Vendredi	18h30-20h00	Cot 60€/an + Adh 22€	Anne LONG	BILLARD
	Tout public	Lundi	18h30-19h45	Cot 120€/an + Adh 22€	Annouhka GUEZ	BILLARD
Avancé		20h00-21h30				
Débutant		09h00-10h00				
<b>Yoga</b>	Tout public	Mercredi	10h15-11h45			