



M.J.C. de MONTBAZIN Tableau des Activités de la Saison 2024/2025 du 09/09/2024 au 30/06/2025

Responsable administratif : Cyril Goussakowsky. **Secrétaire :** Yvon Stubert ; Maison des associations A. Le Hétêt 04.67.78.55.91 01/08/2024

<https://mjc-montbazin.blog4ever.com/>

<https://facebook.com/MJCMontbazin>

Adhésion MJC : 15€ obligatoire (tarif famille 15€ pour l'ensemble du foyer) Inscription et paiement obligatoire au 2ème cours

ACTIVITES SPORTIVES	PUBLIC	ANIMATEUR	JOUR	HORAIRES	LIEU	COTISATIONS +15€ ADHÉSION
SALLE DE REMISE EN FORME	ADULTES	ACCÈS LIBRE REFERENTE S.BIDAN diplômée	JOURS D'OUVERTURE MAISON DES SPORTS	HORAIRES OUVERTURE MAISON DES SPORTS	MAISON DES SPORTS 1ER ÉTAGE	Gratuit pour les adhérents MJC 20€ pour les extérieurs
ENTRETIEN MUSCULAIRE	ADOS ET ADULTES	SOPHIE BIDAN	MARDI	9H30 / 10H30	SALLE DE Danse	1 SÉANCE/sem 130€
CARDIO/ ABDOS/ FESSIERS		SOPHIE BIDAN	VENDREDI	18H30 / 19H30	SALLE DE Danse	
PILATES	ADOS ET ADULTES	SOPHIE BIDAN	LUNDI	18H30 / 19H30	SALLE DE Danse	
CHIBALL	ADOS ET ADULTES	SOPHIE BIDAN	LUNDI MARDI	19H30 / 20H30 10H45 / 11H45	SALLE DE Danse DOJO	2 SÉANCES/sem 180€
FELDENKRAIS	ADOS ET ADULTES	SOPHIE BIDAN	JEUDI	9H30 / 10H30	DOJO	
YOGA / STRETCHING	ADOS ET ADULTES	SOPHIE BIDAN	JEUDI	10H45 / 11H45	DOJO	3 SÉANCES/sem 230€
YOGA / PILATES	ADOS ET ADULTES	SOPHIE BIDAN	SAMEDI	11H00 / 12H00	DOJO	
PILATES/ABDOS FESSIERS / FELDENKRAIS	ADOS ET ADULTES	SOPHIE BIDAN	VENDREDI	10H30 / 11H30	DOJO	
RELAXATION EN PLEINE CONSCIENCE	ADULTES	SOPHIE BIDAN	VENDREDI	9H30 / 10H15	DOJO	
RANDONNÉE	ADULTES	C. GOUSSAKOWSKY bénévole	1 DIMANCHE tous les 15 jours 2/3 WEEK-END par an-TREK de fin de saison			15€
L 'INITIATION à LA SALLE DE REMISE EN FORME est assurée par Sophie BIDAN le MARDI de 9h30 à 9h45 et le LUNDI et le VENDREDI de 18h15 à 18h30						



M.J.C. de MONTBAZIN Tableau des Activités de la Saison 2024/2025 du 09/09/2024 au 30/06/2025

Responsable administratif : Cyril Goussakowsky. **Secrétaire :** Yvon Stubert ; Maison des associations A. Le Hétêt 04.67.78.55.91

01/08/24

<https://mjc-montbazin.blog4ever.com/>

<https://facebook.com/MJCMontbazin>

ACTIVITÉS CULTURELLES CRÉATRICES	PUBLIC	ANIMATEUR	JOUR	HORAIRES	LIEU	COTISATIONS+15€ ADHÉSION
ANGLAIS conversation formule salon	ADULTES	Co-animation	MARDI	17H30-19H00	MAISON DES SPORTS SALLE 1	15€
ESPAGNOL conversation	ADULTES	MME SANCHEZ bénévole	LUNDI	17H00-19H00	MAISON DES SPORTS SALLE 1	15€
INFORMATIQUE	TOUT PUBLIC	C. GOUSSAKOWSKY	LUNDI	14H00-16H00	MAISON DES SPORTS SALLE 2	VOIR AVEC ANIMATEUR
FORMATIONS MJC	CADRES et ADHERENTS MJC	C. GOUSSAKOWSKY bénévole	SAMEDI	10H00-12H00	MAISON DES SPORTS SALLE 1	EN FONCTION DE LA FORMATION
PATCHWORK et DIVERS TRAVAUX D'AIGUILLES	ADULTES	S.GOUSSAKOWSKY bénévole	LUNDI	14H00-17H00	MAISON DES SPORTS SALLE 1	10€
GUITARE 30MN DE COURS	TOUT PUBLIC	S.GOBBI	MERCREDI AUTRE JOUR	14H00-19H00 Horaire à préciser	MAISON DES SPORTS SALLE 2	390€ ÉLÈVES MAJEURS 335€ ÉLÈVES MINEURS
PIANO 30MN DE COURS	TOUT PUBLIC	M.NATALE	LUNDI MERCREDI JEUDI	14H00-20H00 9H00-12H00 à préciser	MAISON DES SPORTS SALLE 2 ET SALLE 3	390€ ÉLÈVES MAJEURS 335€ ÉLÈVES MINEURS
ACCORDÉON 30MN DE COURS	TOUT PUBLIC	M.NATALE	LUNDI	18H30-20H30	MAISON DES SPORTS SALLE 3	390€ ÉLÈVES MAJEURS 335€ ÉLÈVES MINEURS
VIOLON ORCHESTRE en partenariat avec "Una Storia"	TOUT PUBLIC	V.ALLIX	VENDREDI	18H00-20H15	SALLE DU STADE	VOIR ANIMATRICE
MONTBAZARBAND ET LES ENCOMBRANTS	ADO ADULTES	P. BRAQUART bénévole	MERCREDI	20H00-23H00		30€
ENSEMBLE ACCORDÉONS	ADO ADULTES	M.NATALE	LUNDI	1fois/MOIS 18h45 / 19h45	MAISON DES SPORTS SALLE 3	30€ ÉLÈVES 50€ EXTÉRIEURS