



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 **02/10/2024**

<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	ADOS ET ADULTES	ACCÈS LIBRE REFERENTE S.BIDAN diplômée	JOURS D'OUVERTURE MAISON DES SPORTS + Lundi et Vendredi soir	HORAIRES OUVERTURE MAISON DES SPORTS >jusqu'à 19h30	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	<p style="text-align: center;"><u>1 SÉANCE</u> 130€</p> <p style="text-align: center;"><u>2 SÉANCES</u> 180€</p> <p style="text-align: center;"><u>3 SÉANCES et PLUS</u> 230€</p>
CARDIO/ ABDOS/ FESSIERS		SOPHIE BIDAN	VENDREDI	18H30 / 19H30	SALLE DE Danse	
PILATES	ADOS ET ADULTES	SOPHIE BIDAN	LUNDI LUNDI	17H30 / 18H30 18H30 /19H30	SALLE DE Danse SALLE DE Danse	
CHIBALL	ADOS ET ADULTES	SOPHIE BIDAN	LUNDI MARDI	19H30 / 20H30 10H45 / 11H45	SALLE DE Danse DOJO	
FELDENKRAIS	ADOS ET ADULTES	SOPHIE BIDAN	JEUDI	9H30 / 10H30	DOJO	
YOGA / STRETCHING	ADOS ET ADULTES	SOPHIE BIDAN	JEUDI	10H45 / 11H45	DOJO	
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			
L 'INITIATION à LA SALLE DE REMISE EN FORME est assurée par Sophie BIDAN le MARDI de 9h30 à 9h45 le LUNDI de 17h15 à 17h30 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 02:10/2024

<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	JEUDI	9H30-10H30	MAISON DES SPORTS SALLE 1	15€
ESPAGNOL conversation	ADO ADULTES	MME SANCHEZ bénévole	LUNDI	18H00-19H00	MAISON DES SPORTS SALLE 1	15€
INFORMATIQUE	TOUT PUBLIC	C. GOUSSAKOWSKY	LUNDI	14H00-18H00	MAISON DES SPORTS SALLE 2	VOIR AVEC ANIMATEUR
FORMATIONS MJC	CADRES et ADHERENTS MJC	C. GOUSSAKOWSKY bénévole	SAMEDI	9H30-12H00	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 MARDI/VENDREDI	14H00-19H00 18H- 20H	MAISON DES SPORTS SALLE 2	390€ ÉLÈVES MAJEURS 335€ ÉLÈVES MINEURS
PIANO 30MN DE COURS	TOUT PUBLIC	M.NATALE	LUNDI MERCREDI	14H15-20H30 9H00-12H30	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