PROGRAMME 2017-2018

soual

Maison des Jeunes Et de la Culture

MAISON DES JEUNES ET DE LA CULTURE

SPONSORS

LA MJC DE SOUAL
PRÉSENTATION

La Maison des Jeunes et de la Culture, association loi 1901 est un lieu de rencontres, d'échanges entre tous les publics : enfants, jeunes et adultes.

La «carte astuce» est obligatoire pour l'adhésion et l'assurance à l'association. Cette carte permet aussi aux adhérents d'obtenir des tarifs préférentiels pour certains spectacles et chez des commerçants de la région.

Bouquet gagnant

L'adhésion et la participation aux activités ne sont pas remboursables, quelque soit le motif.

Accueil et secrétariat :

De 14h à 18h, du lundi au vendredi
Rue des jardins - 81580 Soual
Tél. : 05 63 75 51 98
Mail : mjc.soual81@orange.fr
Retrouvez toutes les infos de votre MJC sur ***mjcsoual81.blogspot.fr***

Tarif : *voir au dos de la couverture*

MODALITÉS

Un certificat médical est obligatoire pour les activités à caractère sportif.

La MJC se réserve le droit de modifier les tarifs ou d'annuler une activité si le nombre d'adhérents est insuffisant.

Vous pouvez venir gratuitement à une séance d'essai.

ACTIVITÉS ENFANTS

À PARTIR DU 11/09/2017

BADMINTON — 20€/AN

Animé par Pierre Salles et Nicolas Claude

Mercredi - 17h30/18h30

JUDO — 150€/AN

Animé par Virginie L'Hermitte

Pour les 4 ans :	**Mardi** - 16h45/17h30
Pour les 5 ans :	**Mardi** - 17h30/18h15
Pour les 6-8 ans :	**Mardi** - 18h15/19h15
Pour les 9 ans et plus :	**Mardi** - 19h15/20h15

ATELIER DANSE — 150€/AN

Animé par Vanessa Baudoing

Pour les 3/4 ans :	**Mercredi** - 16h15/17h00
Pour les 5/6 ans :	**Mercredi** - 15h30/16h15
Pour les 7/8 ans :	**Mercredi** - 14h30/15h30
Pour les 9 ans et plus :	**Mercredi** - 17h00/18h00

ÉVEIL À LA MUSIQUE ET CHANTS — 150€/AN

Animé par Nicolas Petit

Mardi - 17h30/18h30

BABY GYM — 80€/AN

Animé par Vanessa Baudoing

De 18 mois à 3 ans, 18 cours dans l'année : **Samedi** - 10h30/11h15

ÉVEIL GYMNIQUE — 80€/AN

Animé par Vanessa Baudoing

De 3 à 6 ans, 18 cours dans l'année : Samedi - 11h15/12h00

HIP HOP — 150€/AN

Animé par Dany Xiong - À partir de 8 ans

Débutants : **Lundi** - 17h30/18h30
Deuxième année : **Vendredi** - 18h30/19h30
Initiés : **Vendredi** - 19h30/20h30

GUITARE — 150€/AN

Animé par Nicolas Dougados

À partir de 7 ans : **Mardi** - 18h45/19h30
À partir de 12 ans : **Mardi** - 19h30/20h30

ARTS PLASTIQUES DESSIN - PEINTURE - GRAF — 150€/AN

Animé par Julien Guinet

À partir de 6 ans : **Mercredi** - 14h00/15h30

NOUVEAU

ACTIVITÉS ADULTES

À PARTIR DU 11/09/2017

MULTIGYM — 150€/AN

Animé par Mireille Moley

Jeudi - 10h30/11h30

GYM PILATE — 150€/AN

Animé par Mireille Moley

Lundi - 19h30/20h30

GYM MAINTIEN — 150€/AN

Animé par Mireille Moley

Jeudi - 18h45/19h45

GYM STRETCHING ET PILATE — 150€/AN

Animé par Mireille Moley

Mardi - 9h00/10h00

GYM MINCEUR, RENFORCEMENT MUSCULAIRE — 150€/AN

Animé par Nicolas Pauzies

Samedi - 9h30/10h30

GYM STEP — 150€/AN

Animé par Nicolas Pauzies

Samedi - 10h30/11h30

GYM SENIOR — 150€/AN

Animé par Dominique Robert

Mercredi - 18h15/19h15

QI GONG — 160€/AN

Animé par C Mouneron et E Drouilleau

Jeudi - 17h30/18h45

NOUVEAU

SOPHROLOGIE, RELAXATION — 150€/AN

Animé par Ghislaine Cabrol

Lundi - 18h30/19h30

ATELIER FLORAL — 60€/AN

Animé par Vanessa Baudoing

Une fois par mois - dates et horaires à définir

INTERNET - INFORMATIQUE — 60€/AN

Animé par Frederic Ralliere - 10 séances

Débutants : **Lundi** - 17h30/19h00
Initiés : **Jeudi** - 17h30/19h00

PATCHWORK, COUTURE TRICOT, BRODERIE — 20€/AN

Mardi - 14h00/16h00

ATELIER MOSAÏQUE — 60€/TRIMESTRE

Animé par Nuria Perez

Mardi - 18h00/20h00

YOGA — 160€/AN

Animé par Brigitte Siguier

Vendredi - 17h00/18h15

GUITARE — 150€/AN

Animé par Nicolas Dougados

Débutants : **Mardi** - 19h30/20h30
Initiés : **Mardi** - 20h30/21h30

RANDONNÉE — 12€/AN

Voir programme à la MJC

ATELIER MÉMOIRE — 10€/AN

Jeudi - 14h00/16h00

SELF DÉFENSE — 150€/AN

Animé par Virginie L'Hermitte

Adulte et + de 12 ans
Mardi - 20h30/21h30

AÉROMODÉLISME

Voir modalité auprès de la MJC et du club...

BADMINTON — 20€/AN

Animé par Eric Servoin et Alfred De Oliveira

Adulte et + de 14 ans
Mercredi - 20h45/22h45
Samedi - 17h00/19h00

ATELIER BOULANGERIE PÂTISSERIE — 18€/COURS

Animé par Alexandre Louette

1 samedi par mois - 9h00/12h00

TRAVAILLER SA MÉMOIRE EN BOUGEANT — 40€/STAGE

Animé par Dominique Robert - Stage de 12 semaines (octobre à décembre)

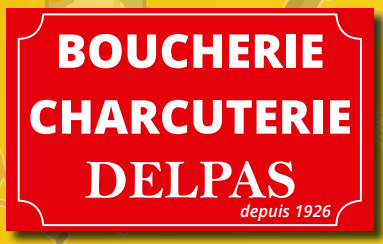
Mardi - 10h15/11h15

LA MJC DE SOUAL

EN IMAGES !

MAISON DES JEUNES ET DE LA CULTURE

SPONSORS



MAISON DES JEUNES ET DE LA CULTURE

SPONSORS

NORD
MIDI-PYRÉNÉES
BANQUE ET ASSURANCES

AGENCE DE SOUAL
10, Place de la Mairie - 81580 SOUAL
Tél. 05.63.82.10.58 - Fax 05 63 82 11 41
contact@ca-nmp.fr
CAISSE RÉGIONALE DE CRÉDIT AGRICOLE
MUTUEL NORD MIDI-PYRÉNÉES

Bureau Vallée
Le discount est dans notre nature
49 Route de Toulouse
81100 Castres
Horaires :
Du lundi au samedi
09:00-12:15
13:45-19:00
Tél : 05 63 59 40 08

LES TARIFS

Frais associatifs :	**5 €**
Carte adulte :	17 €
Moins de 18 ans, étudiant, demandeur d'emploi :	10 €
Pour 3 personnes de la même famille, la carte enfant est à :	8 €

Possibilité de paiement échelonné

La MJC de Soual accepte les tickets MSA ainsi que les chèques vacances ANCV

05 63 75 51 98 **mjc.soual81@orange.fr**

Création Freshcore -