

## Cycle de 30 séances de septembre à juin

Toutes les infos complémentaires visibles sur le site web de la MJC de Lagarrigue: [www.mjclagarrigue.com](http://www.mjclagarrigue.com)

### LUNDI

Gym entretien		160€/An	17H45-18H45
Marche nordique		168€/An	9H00-10H15
Marche nordique		168€/An	18H00-19H15
Pilates		160€/An	14H30-15H30
Body Sculpt		160€/An	20H15-21H15
Big Dance débutants		160€/An	19H00-20H00
Big Dance confirmés		160€/An	20H00-21H00
HIIT TABATA		160€/An	19H00-20H00
Groupe musique Aïe Level			19H00-21H00
Théâtre occitan		150€/An	19H00-21H00

### MARDI

Anglais		208€/An	16H45-18H15
Anglais Enfant CE2/CM1/CM2		140€/An	18H15-19H15
Musique La Ruche			15H15-16H15
Guitare ados/ adultes indiv		448€/An	14H00-15H00
Guitare enfant indiv		432€/An	16H30-18H30
Ukulélé ados adultes		160€/An	18H30-19H30
Yoga		160€/An	18H30-19H30
Intimty Dance		160€/An	20H00-21H00
Pratique coll. musique actuelle		235€/An	18H45-20H15
Cuisses abdos fessiers		160€/An	19H00-20H00
Patchwork		30€/An	14H00-17H00
Gym douce séniors		140€/An	14H30-15H30
Groupe musique		118€/An	20H30-22H00

15 séances/an

### MERCREDI

Marche nordique		168€/An	18H15-19H30
Baby Gym		114€/An	10H30-11H30
Badminton		70€/An	19H00-21H00
Manga & BD		150€/An	17H30-18H30
Dessin & peinture		150€/An	16H30-17H30
Ukulélé enfants		150€/An	10H00-11H00
Piano individuel		448€/An	15H00-20H00
Piano individuel		432€/An	15H00-20H00
High- Low		160€/An	19H30-20H30
Pilates au mur		160€/An	20H30-21H30
Méditation		160€/An	20H30-21H30
Stretching		160€/An	18H15-19H15

### JEUDI

Handpan		160€/An	18H30-19H30
Sophrologie séniors		160€/An	14H00-15H00
Yoga Dance		160€/An	10H00-11H00
Qi Gong Séniors		170€/An	14H00-15H00
Reflexologie parent/enfant		70€/An	17H30-18H30
Oenologie		210€/An	19H30-22H30
Atelier cuisine		38€/An	9H30-12H00
Aromathérapie		115€/An	18H30-20H00

un jeudi/mois  
5 séances/an  
10 séances

### VENDREDI

Randonnée		30€/An	RdV 13H30
Balade		GRATUIT	RdV 13H30
Marche nordique		168€/An	18H00-19H15
Yoga Chaise		160€/An	14h15>15H15
Batterie cours indiv.		448€/An	13H00-20H00
Sophrologie Ados /adultes		160€/An	20H30-21H30
Sculpture		30€/An	14H30-17H00
Atelier Percussion		Lostanges	10H30-11H30

Le chéquier collégien est là pour vous donner accès à des activités culturelles, sportives et de loisirs, moins chères.

Pour toute inscription à un club d'activités, l'adhésion à la MJC est obligatoire.

Attention : Tous les clubs d'activités sont interrompus pendant les vacances scolaires.



-25%\*  
sur la  
2ème activité

Applicable sur l'activité la moins coûteuse

Règlement de la cotisation «CLUB» en 3 fois à l'inscription.

Adultes Enfants Adolescents Séniors Personnes en situation d'handicap

Les pictogrammes

\* Hors randonnée, Aromathérapie, Badminton, Baby gym, Oenologie, Patchwork, sculpture, Cuisine, piano, guitare & batterie individuel, réflexologie, balade, atelier cuisine, groupe musique.