

Début des cours : semaine 38 du 16 au 20 septembre



La MJC est en recherche constante de bénévoles souhaitant intégrer le Conseil d'Administration. N'hésitez pas à vous manifester auprès du référent d'activité pour plus d'informations.

Randonnée pédestre

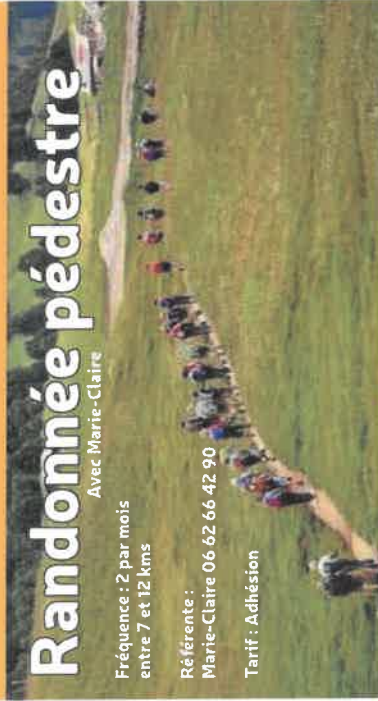
Avec Marie-Claire

Fréquence : 2 par mois
entre 7 et 12 kms

Référente :

Marie-Claire 06 62 66 42 90

Tarif : Adhésion



Éveil Théâtral et théâtre

Avec Patrick

Mercr. 16h45-17h30 enfants 3-6 ans - 80€
mercredi 17h30-18h30 enfants 7-14 ans - 80€
Lundi 18h-19h30 ados - 100€
Mardi 18h-19h30 adultes 120€

Salle des Fêtes de Burelles
Référente : Jennifer 06 61 14 95 15



Peinture

Pour adultes
(8 personnes max)

1 samedi/mois de 10h00 à 12h00

Salle près du Collège
de Tilly-sur-Seules
Tarif : adhésion

Référente : Pauline 06 28 63 41 31



Cotisation obligatoire d'adhésion : 10€ par adhérent

La MJC se réserve le droit d'annuler une activité ou de supprimer certains créneaux dans le cas d'un nombre insuffisant d'inscriptions

Réduction famille de 10% à partir de la seconde inscription pour un même foyer fiscal et ce sur l'activité la moins onéreuse.

Les activités peuvent faire l'objet d'un essai qui ne garantit pas l'inscription ultérieure si le cours a été complété.

Modalités d'inscription en ligne ou par bulletin

Certaines inscriptions peuvent se faire en ligne par HelloAsso à partir du site de la MJC Val de Seules.

Sinon elles se feront par bulletin disponible au Forum des Associations du samedi 7 septembre de 13h00 à 17h00 à Tilly-sur-Seules ou lors des permanences suivantes :

- mercredi 11 septembre de 18h00 à 20h00 à la mairie d'Audrieu

- samedi 28 septembre de 10h à 12h (réservé aux confirmations d'inscriptions après essais) au local de la MJC, 15 rue du Moutier à Audrieu

Dans ce cas l'inscription à une activité ne sera validée que si le paiement est effectué et le règlement intérieur accepté par l'intéressé.



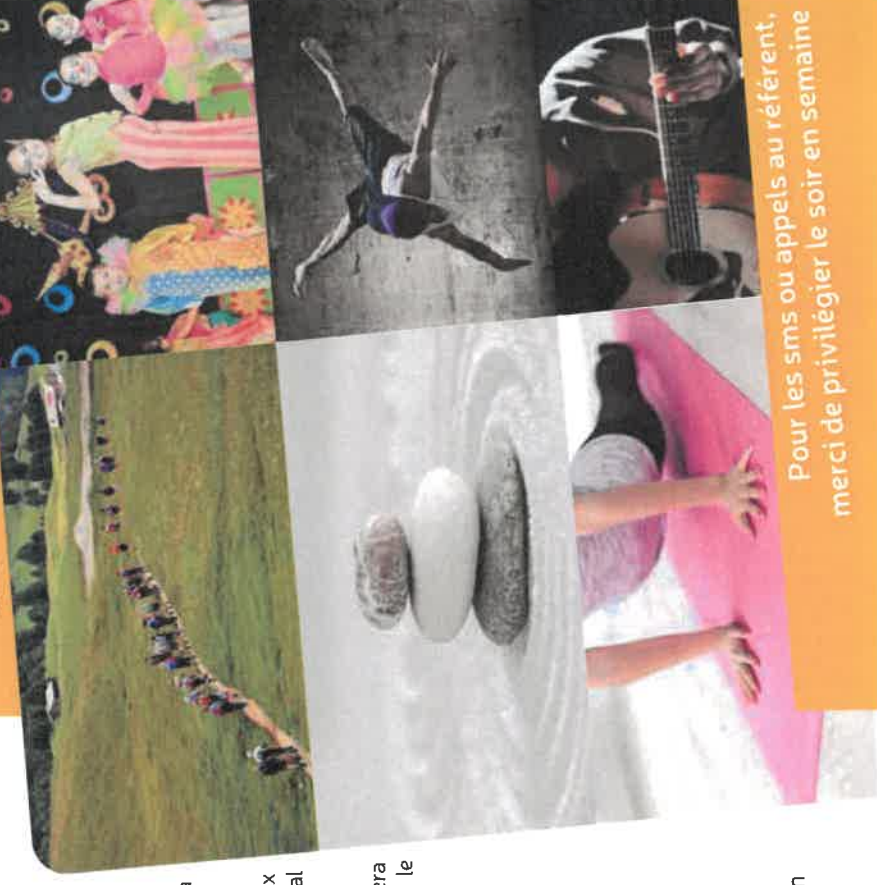
15 rue du Moutier 14250 Audrieu

Email : mjc.valdeseules@gmail.com

Site : mjc-valdeseules.fr



La MJC du Val de Seules est une association loi de 1901 gérée uniquement par des bénévoles



Pour les sms ou appels au référent,
merci de privilégier le soir en semaine



Zumba Kids
Avec Noémie

Enfants de 5 à 12 ans
(12 enfants max pour les 5-7 ans et 15 pour les 8-12 ans)

Lundi de 16h45 à 17h45 pour les 5-7 ans

Lundi de 17h45 à 18h45 pour les 8-12 ans

à la Salle cadence de Tilly-sur-Seuilles. 90 €/an

Référente : Jennifer 06 61 14 95 15



Baby Mouvement
Avec Alexis

Équilibre, jeux d'opposition et d'équipe

Enfants de 3 à 5 ans (12 enfants max)

Lundi 17h00 à 17h45 pour les 3 ans

17h45 à 18h30 pour les 4-5 ans

Salle multi associative d'Audrieu 75 €/an

Référente : Jennifer 06 61 14 95 15



Gymnastique acrobatique
Avec Alexis

Mouvements gymniques chorégraphiés et acrobatiques au sol avec sauts

Enfants de 6 à 14 ans (14 enfants max)

Lundi 18h30 à 19h30 pour les 10-14 ans

Mercredi 10h00 à 11h00 pour les 6-7 ans

9h00 à 10h00 pour les 8-10 ans

11h00 à 12h00 pour les 8-10 ans

Salle multi associative d'Audrieu 90 €/an

Référente : Jennifer 06 61 14 95 15



Gymnastique Tonique
Avec Alexis

Ados et adultes (25 personnes max)

Lundi 19h30 à 20h30

Salle multi associative d'Audrieu - 110 €/an

Référente : Angélique 06 23 87 39 32



Qi Gong

Avec Élisabeth

Pour adultes (20 personnes max)

Mercredi de 10h30 à 11h30 et de 19h00 à 20h00

Salle des Fêtes de Loucelles - 125 €/an

Référente : Sylvie 07 61 16 02 49



Modern Jazz
Avec Marie

Salle cadence de Tilly sur Seuilles 90€/an pour les enfants

140€/an pour les adultes

100€/an pour le perfectionnement

Référente : Raphaëlle 06 61 00 07 11

Pour tous à partir de 4 ans le mercredi

14h00 à 14h45 éveil (enfants nés en 2019-2020)

14h45 à 15h45 initiation (enfants nés en 2017-2018)

16h00 à 17h00 débutant (enfants nés en 2015-2016)

17h00 à 18h00 élémentaire (enfants nés en 2014-2015)

18h15 à 19h15 Intermédiaire (enfants nés en 2013 et avant)

19h15 à 20h30 adulte

20h30 à 21h15 perfectionnement adulte



Break Dance
Avec Tanguy

Pour les 7/18 ans (20 personnes max)

Le jeudi de 18h-19h (7-11 ans)

19h-20h (12-18 ans)

Salle Cadence de Tilly-sur-Seuilles - 90 €/an

Hip Hop

Avec Naoures

Pour tous à partir de 7 ans (20 personnes max)

Jeudi de 17h à 18h

Salle Cadence de Tilly-sur-Seuilles - 90 €/an

Référente : Michelle 06 73 56 19 08



Yoga Hatha & Vinyasa
Avec Elise

Pour adultes (20 personnes max)

Tapis non fourni - 150€/an

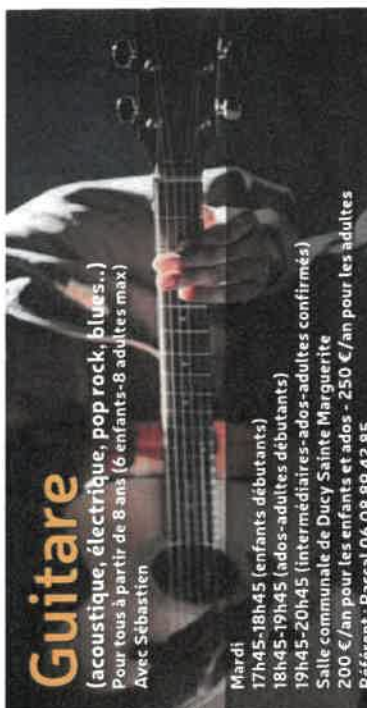
Yoga Hatha & Vinyasa

Hatha Yoga doux

Jeudi 10h-11h30

Salle multi associative d'Audrieu

Référente : Lucie 06 65 69 94 50



Guitare
(acoustique, électrique, pop rock, blues...)

Pour tous à partir de 8 ans (6 enfants-8 adultes max)

Avec Sébastien

Mardi 17h45-18h45 (enfants débutants)

18h45-19h45 (ados-adultes débutants)

19h45-20h45 (intermédiaires-ados-adultes confirmés)

Salle communale de Ducy Sainte Marguerite

200 €/an pour les enfants et ados - 250 €/an pour les adultes

Référent : Pascal 06 08 89 42 85



Pilates
Avec Sandra

Pour adultes (25 personnes max)

mardi 18h-19h30

salle multi associative d'Audrieu

Référente : Sandrine 06 82 46 42 44

jeudi 18h-19h30 et 19h30-21h

salle multi associative d'Audrieu

Référente : Maryline 06 51 10 82 34

150 €/an



Djembe
Avec Didier

(possibilité d'emprunter un Djembe)

Pour tous à partir de 9 ans (10 personnes max)

Salle près du Collège à Tilly-sur-Seuilles

140 €/an pour les enfants et ados

170 €/an pour les adultes

Référente : Christine 06 09 03 17 04

Lundi 18h00 à 19h00 débutants

19h00 à 20h00 confirmés



Sophrologie
Avec Nicolas

Pour adultes (12 personnes max)

Jeudi de 18h à 19h

Salle des Fêtes de Bucéals

145 €/an

Référente : Sylvie 07 61 16 02 49