

Les tarifs varient selon les clubs, pour plus d'informations, n'hésitez pas à nous contacter !

Pour accéder aux clubs d'activités une adhésion à la MJC est demandée :

Adhésion plein tarif	20€/an
Demandeurs d'emploi, RSA, - 18ans	11€/an

Les clubs sont animés par des animateurs qualifiés pour chaque discipline, qui, en plus de leurs compétences, partagent les valeurs de l'association : solidarité, épanouissement des individus, ouverture culturelle...

Votre participation financière aux clubs d'activités permet de rémunérer les intervenants et permet à la MJC de financer l'organisation de ces clubs (gestion administrative, information, inscriptions, organisation des salles, courriers, conventions....)

Merci à vous.



Vous recherchez une activité de loisirs, vous aimez être en groupe, échanger, apprendre, vous détendre ?

Vous trouverez à la MJC un accès à des clubs variés et conviviaux !



Plus d'informations :
www.mjc-st-gaudens.org
05 61 94 66 45
info@mjc-st-gaudens.org

MJC

ACTIVITÉS
**FAITES LE PLEIN
D'ACTIVITÉS**
AVEC LA MJC
DU SAINT-GAUDINOIS



DÉTENTE



Yoga

avec Christine Marchillie
Les Jeudis de 17h à 18h30 et
de 18h30 à 20h

Relaxation - Méditation

avec Mangala Ammari
Les Samedis de 11h à 12h

Sophrologie

avec Sophie Bonaud
Les Mercredis de 18h15 à 19h15



SPORT

Gym douce

avec Pascal Monfort
Les Mardis de 18h30 à 19h30



Canoe Kayak

avec Jean-Pierre Guyonneau
Les Vendredis de 21h à 22h30

EXPRESSION

Portugais

avec Isabel Dos Santos
Les Lundis de 18h à 19h30
Niveau débutant
Les Mardis de 18h à 19h30
Niveau Intermédiaire
Les Mardis de 19h30 à 21h
Niveau Avancé
Les Samedis de 10h à 11h
Spécial enfants



Espagnol

avec Isabel Dos Santos
Les Jeudis de 18h à 19h30
Niveau débutant
Les Jeudis de 19h30 à 21h
Niveau Intermédiaire
Les Samedis de 9h à 10h
Spécial enfants

Italien

avec Valéria Marra
Les Lundis de 12h à 13h30
Niveau débutant et avancé

Occitan

avec Mathieu Faure
Les 1er et 3ème Vendredis
de 18h à 19h30
Niveau débutant
Les 2ème et 4ème
Vendredis de 18h30 à 19h30
Niveau intermédiaire

Gospel

avec Yves Heran
Les Mardis de 19h à 21h

Anglais

avec Nazarine Martin
Les Mardis de 18h15 à 19h45
Niveau débutant
Les Mercredis 18h15 à 19h45
Niveau avancé

Conversation Franco-Anglais

avec Nazarine Martin
2 Samedis / mois
de 10h à 12h



CRÉATION

Art floral

avec Sandrine Sanchez
1 Vendredi/mois de 18h à 20h



Couture

avec Joannah Kohler-Temps
Les Lundis de 13h30 à 15h30
et de 15h30 à 17h30
Les Jeudis de 17h15 à 19h15



Scrapbooking européen

avec Marielle Rigal
2 Jeudis/mois de 18h15 à 19h45

Créa'Web

avec Mickaël Buscato
Les Mercredis de 14h à 16h