

M.J.C. de Saint Afrique les Montagnes

Programme  
des activités.....

2018-2019



## Lundi

### **Baby gym (3-5 ans)**

Avec Laëtitia Villajos

Tarif : 105 € + carte

16h45 à 17h45

### **Sophrologie relaxation**

Avec Bénédicte Trento Mylonas

Tarif : 125 € + carte

20h00 à 21h00

## Mercredi

### **Pilate**

Avec Sébastien Giro "Méthode de gym douce permettant de renforcer les muscles profonds".

Tarif : 120 € + carte

18h30 à 19h30

### **Circuit Training**

Avec Sébastien Giro "S'adresse à toutes celles et ceux qui souhaitent retrouver une bonne condition physique et muscler l'ensemble de leurs corps".

Tarif : 120 € + carte

19h30 à 20h30

20h30 à 21h30

## Jeudi

### **Randonnée**

Avec Véronique Fabre

Rendez-vous tous les jeudis devant la MJC pour une balade de 2h à 3h dans le village et ses proches alentours (aucun trajet supplémentaire en voiture à prévoir)

Tarif : carte

Départ 13h30  
de la MJC

## Jeudi suite

---

### Danses de salon - Débutant

Avec Lillian Cathalo "Cha-cha-cha, Tango, Paso-doble et Valse"

Tarif : 175 € + carte

### Salsa cubaine et bachata - Débutant

Avec Lillian Cathalo

Tarif : 175 € + carte

19h00 à 20h00

20h00 à 21h00

## Samedi

---

### Randonnée

Rendez-vous tous les premiers samedis du mois devant la MJC pour découvrir Saint Afrique et ses alentours à travers des randonnées de 8 à 12 km.

*1<sup>er</sup> randonnée le 8 septembre au Pic du Nore avec repas de type auberge espagnole*

Tarif : carte

Départ 8h30  
de la MJC



## INSCRIPTIONS

Les inscriptions de toutes les activités se feront à la MJC :

- Jeudi 6 septembre 2018 de 17h30 à 19h30
- Pour toutes les disciplines : le paiement de la cotisation annuelle et le certificat médical précisant l'activité choisie (hors sophrologie) doivent être obligatoirement fournis avec la fiche d'adhésion.
- Possibilité de retirer la fiche d'adhésion sur le site de la MJC [www.mjc-saint-affrique-les-montagnes.fr](http://www.mjc-saint-affrique-les-montagnes.fr)

**- Début des activités semaines 36 et 37 (du 8 au 14 septembre 2018)**

## TARIFS

- Tarif **CARTE (obligatoire)** : 10 € par famille (vivant sous le même toit)
- **REDUCTION** : A partir du 2<sup>ème</sup> cours par personne ou par famille (vivant sous le même toit)

Les réductions seront **appliquées sur le tarif le moins cher**.

Les réductions ne sont **pas cumulables**

- ▲ 2<sup>ème</sup> cours : - 10 %
- ▲ 3<sup>ème</sup> cours : - 15 %
- ▲ 4<sup>ème</sup> cours : - 20 %

## MODALITES DE PAIEMENT

- Chèque à l'ordre de la MJC St Affrique les Montagnes  
Possibilité de payer en 3 fois (fournir les 3 chèques)
- Chèques Vacances ANCV / Coupons Sport
- Espèces

## REMBOURSEMENT

Le 1<sup>er</sup> cours est un cours d'essai, aucun remboursement ne sera possible en cas d'abandon après cette période.

## ANNULATION

La MJC se réserve le droit d'annuler une activité n'ayant pas un nombre suffisant d'adhérents après la période d'inscription.

**Pour plus d'informations, contacter Amélie Fourès au 06.30.79.50.63**

