

Découverte des Activités

DU 3 AU
15 JUIN 2019

KARATÉ : lundi 3 | Dojo
COURS OUVERTS
8/12ANS : 18/19H
13ANS ET + : 19/21H
PRÉVOIR UNE TENUE DE SPORT

JUDO : mercredi 5 | Dojo
POSSIBILITÉ D'ASSISTER AUX
COURS EN TANT QUE SPECTATEURS 5/10ANS : 14/18H
DÉMONSTRATION ET ESSAI TOUT PUBLIC : 18/19H
PRÉVOIR UNE TENUE DE SPORT

VIENS CRÉER TON SPECTACLE :
mercredi 5 | MJC
POSSIBILITÉ D'ASSISTER À LA
RÉPÉTITION GÉNÉRALE DU SPECTACLE 8/10ANS : 10/12H

VANNERIE : lundi 3 | MJC
POSSIBILITÉ D'ASSISTER AU COURS
EN TANT QUE SPECTATEUR 7/12ANS :
16H45/17H45

STREET ART & GRAFF : mercredi 5 | MJC
COURS OUVERTS
9/12ANS : 14/15H
13/17ANS : 16/17H
PRÉVOIR DES VÊTEMENTS DE PROTECTION

CIRQUE : mercredi 12 | Salles des Cherchères
COURS OUVERTS
4/6ANS : 15H45/16H45
7/10ANS : 16H45/17H45
11/15ANS : 18/19H
PRÉVOIR UNE TENUE DE SPORT

ACTIVITÉS ENFANTS/ADOS

MJC SAINT MARTIN EN HAUT

NOUVEAUTÉS 2019/20

- | Relaxation
- | Tennis de table Enfants
- | Ateliers « Au Naturel » : cosmétiques & hygiène responsables
- | Couture Enfants/Adolescents
- | Etirement
- | Ateliers Parents/Enfants : Cuisine/Yoga
- /Récup créative



Saint Martin en Haut

ACTIVITÉS ADULTES

KARATÉ : lundi 3 | Dojo

COURS OUVERT 13ANS ET + : 19/21H

PRÉVOIR UNE TENUE DE SPORT

RELAXATION : lundi 3 & jeudi | MJC

INITIATION

LUNDI 3 : 18/20H

JEUDI 6 : 9:11H30

PRÉVOIR UNE TENUE DE SPORT

COUTURE : mardi 4 | MJC

COURS OUVERT : 19/22H

PEINTURE : Mar 11/Mer 12/Jeu 13/ Sam 15 juin | MJC

COURS OUVERTS

MARDI 11 : 13H30/15H30

MERCREDI 12 : 20H30/22H30

JEUDI 13 : 13H30/15H30

SAMEDI 15 : 10:12H

JUDO : mercredi 5 | Dojo

DÉMONSTRATION ET

ESSAI TOUT PUBLIC : 18/19H

PRÉVOIR UNE TENUE DE SPORT

QI QONG : jeudi 6 & Samedi 8

| Dojo & MJC

COURS OUVERTS

JEUDI 6 - DOJO : 16H45/18H15

SAMEDI 8 - MJC : 9/11H > INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES

AUPRÈS DE LA MJC

PRÉVOIR UNE TENUE DE SPORT

BATUCADA : jeudi 6 | MJC

COURS OUVERT : 19H30/21H30

RUNNING & PRÉPARATION PHYSIQUE : samedi 15 juin | Lac d'Yzeron

COURS OUVERT : 10/11H30

PRÉVOIR UNE TENUE DE SPORT

RENDEZ-VOUS À 9H50 SUR

LE PARKING DU LAC D'YZERON

CONTACTS :

perisco.activite.mjcstmart@gmail.com

Place du plon 69850 St Martin en haut - 04 78 48 51 27