

Reprise du 25 mai au 8 juin



Cours sportifs pour les adultes en EXTÉRIEUR (SANS CONTACT)
Cours artistiques pour les adultes en INTÉRIEUR

Activités	Niveaux	Horaires	Lieu
Aikido	Ados/ Adultes	Mardi 19h30-20h45	Jardin
Anglais	Ados/Adultes	Lundi 18h45-20h15	intérieur MJC
Atomic Dance	Ados/ Adultes	Mardi 19h-20h	Parking
Bridge	Adultes	Mercredi 19h30 et jeudi 14h-17h	intérieur MJC
Capoeira	Ados/ Adultes	Jeudi 19h45-20h45	Parking
Créations textiles	Ados/Adultes	Samedi 29 mai 10h30-12h	intérieur MJC
Dessin/peinture	Ados/adultes	Jeudi 18h30-20h30	intérieur MJC
Guitare collectif	Ados/Adultes	Mardi 19h-20h	intérieur MJC
Guitare individuel	Individuel	samedi 12h-12h30 (sauf le 29/05)	intérieur MJC
Gym Seniors	Seniors	Jeudi 10h-11h	Jardin
Gym Seniors	Seniors	Vendredi 9h30-10h30	Jardin
Gym boxing	Ados/ Adultes	Jeudi 19h45-20h45	Jardin
Gym cardio renforcement/STEPS	Ados/ Adultes	Jeudi 17h45-18h45	Jardin
Gym renforcement musculaire	Ados/ Adultes	Lundi 17h45-18h45	Jardin
Gym renforcement musculaire	Ados/ Adultes	Jeudi 9h-10h	Jardin
Judo	Ados/ Adultes	Mardi 19h30-21h	Jardin
Karaté (self)	Ados/ Adultes	Lundi 19h-20h30	Parking
Karaté (Trad)	Ados/ Adultes	Mercredi 19h-20h30	Jardin
Kung Fu Sanda	Ados/ Adultes	Samedi 16h15-17h45	Jardin
Kung Fu wushu	Ados/ Adultes	Samedi 15h30-17h	Jardin
Pilates	Ados/ Adultes	Lundi 18h45-19h45	Jardin
Sculpture	Ados/Adultes	2 Samedi 12/06 + 26/06 10h-13h	intérieur MJC
Self Défense/ Judo	Ados/ Adultes	Samedi 10h-11h30	Jardin
Self Chin-ha	Ados/ Adultes	Mercredi 19h15-20h15	Jardin
Sport au féminin	Ados/ Adultes	Mercredi 16h45-17h45	Jardin
Stretching postural	Adultes	Mercredi 17h45-18h45	Jardin
Tai Chi Chuan	Ados/ Adultes	Jeudi 19h-20h30	Parking
Yoga Dynamique	Ashtanga Vinyasa	Vendredi 19h45-20h45	Jardin
Yoga pilates	Ados/ Adultes	Jeudi 18h45-19h45	Jardin
Yoga pilates	Ados/ Adultes	Mercredi 18h15-19h15	Jardin
Zumba	Adultes	Mercredi 18h30-19h30	Parking
Zumba	Adultes	Mercredi 19h30-20h30	Parking