



ACTIVITES 2025 - 2026

**St Laurent de la Cabrerisse
Informations
06 88 41 08 84 – 06 44 22 55 02**

Facebook : Mjcarlequin

Reprise des activités le 15 septembre 2025

2 cours d'essai avant de s'engager

1 heure enfant : 90 €

2 heures enfant ou + : 130 €

1 heure adulte : 120 €

2 heures adulte : 165 €

3 heures adulte et + : 210 €

LUNDI

OBLIGATOIRE
Carte MJC
15 €/enfant
20 €/ adulte
Adhésion annuelle

TENNIS DE TABLE
(LOISIRS Adultes)
17h au foyer

Des stages de tennis de Table seront proposés aux enfants pendant les vacances !

MARDI

Gym Entretien
9h30-10h30
Pilates
Flow et Equilibre
10h30-11h30

BIODANZA
14h30-16h30

Chant Enfants
à partir de 6 ans
17h30 - 18h30

Petite Gym
(3 - 5 ans)
17h15-18h00

Fitness
18h10-19h10

MERCREDI

Nouveau !
YOGA enfants
(5-11 ans)
10h00 - 11h00

Nouveau !
Gym artistique
(6 - 11 ans)
14h00-15h00

Marche rapide
course à pied
17h00-18h00

Stretching
18h00-19h00

TENNIS DE TABLE
(COMPÉTITION Adultes)
17h au foyer

JEUDI

YOGA Adultes
09h15 - 10h15

Nouveau !
Zumba Kids
(6 – 11 ans)
17h15-18h15

Zumba
18h25-19h25
au foyer

3 heures adulte et + : 210 €

Paiement
en 3 chèques
(encaissement au début de chaque trimestre)

Nouveau !

TENNIS DE TABLE
Affiliation Fédération Française
du Tennis de Table
« **MJC T.T. la Cabrerisse** »

LICENCE LOISIRS : 20 €
ou
LICENCE COMPÉTITION : 60 €
+ CARTE MJC 20 €

CALENDRIER DES COMPÉTITIONS
BIENTÔT DISPONIBLE

Renseignements à Claude :
07 58 53 95 52