



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

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