

ACTIVITÉS SAISON 2024/2025 DU 9 SEPTEMBRE 2024 AU 4 JUILLET 2025

ADHÉSION À L'ASSOCIATION INDISPENSABLE POUR TOUTES LES ACTIVITÉS



Athlétisme loisirs

Gymnase Michel Pelchat / extérieur avec Pierre

7/10 ans Mardi 16h45 - 18h00 **65,00 €**



Multisports collectifs

Volley, futsal, handball / Gymnase Michel Pelchat avec Pierre

3/5 ans Motricité Mercredi 15h00 - 15h45 **50,00 €**

6/8 ans Mercredi 16h00 - 17h15 **60,00 €**

9/10 ans Vendredi 16h45 - 18h00 **70,00 €**

11/15 ans Lundi 17h30 - 19h00 **70,00 €**

16 ans / adultes Lundi 19h00 - 20h30 **80,00 €**



Multisports raquettes

Crossminton, tennis et tennis de table avec Pierre

8/10 ans Mercredi 17h30 - 18h45 **60,00 €**

11/15 ans Mardi 18h15 - 19h45 **70,00 €**

16 ans / adultes Vendredi 18h15 - 19h45 **80,00 €**



Tir de précision

Salle Louis Pasteur avec Joël, dès 10 ans

Tir à l'arc

Mercredi 16h30 - 18h et 18h - 20h

Avec encadrement et petit matériel **avec** plastron **104,00 €**

Avec encadrement et petit matériel **sans** plastron **94,00 €**

Avec encadrement (si vous avez votre matériel) **56,00 €**



Archers confirmés, salle Louis Pasteur avec Sébastien

Entraînement libre Jeudi 17h30 - 19h **56,00 €**

Les arcs sont confiés la première année contre un chèque de caution.



Sarbacane

Dès 8 ans Lundi 17h30 - 19h

Encadrement et matériel compris **58,00 €**

Venue avec votre matériel **28,00 €**

Réduction de 15€ si prise des deux activités de tir



Gym enfants / ados

Gymnase Michel Pelchat avec Sarah

3 / 5 ans "Eveil" Lundi 17h00 - 17h45 **80,00 €**

Niveau "Débutants" Jeudi 16h45 - 18h00 **120,00 €**

Niveau "Moyens" Lundi 18h00 - 19h30 **120,00 €**

Niveau "confirmés" Jeudi 18h15 - 19h45 **120,00 €**



Gym adultes

Dojo MJC : step / renforcement musculaire / danse "zumbé"

Vendredi 12h00 - 13h00 **85,00 €**

Gym d'entretien Mardi 10h30 - 11h30 **80,00 €**

Vendredi 09h30 - 10h30 **80,00 €**

Gym douce Vendredi 10h45 - 11h45 **80,00 €**

Tarif pour 2 séances / semaine 130,00 €



Judo

Dojo MJC avec Benoît

4 / 5 ans Mercredi 16h30 - 17h30 **121,00 €**

6 / 9 ans Mercredi 17h30 - 18h30 **121,00 €**

10 / 11 ans Mercredi 18h30 - 19h30 **121,00 €**



Taïso

Renforcement musculaire / circuit training / cardio

Dojo MJC avec Benoît

Adulte Mercredi 19h30 - 20h30 **121,00 €**



Danse

Dojo MJC avec Marina

4 / 6 ans Lundi 17h00 - 17h45 **80,00 €**

7 / 10 ans Jeudi 17h00 - 18h00 **100,00 €**

11 / 14 ans Lundi 18h00 - 19h00 **100,00 €**

Adultes (+ 15 ans) Lundi 19h00 - 20h00 **100,00 €**



Cours de natation

A la piscine d'Argentan, transport en mini-bus par un animateur. 8 places maximum

Dès 7 ans 11 séances **180,00 €**

Tous les mercredis matins, 2 cycles à l'année



Aquarelle / Dessin

MJC avec Arnaud, 2 fois / mois les jeudis, selon calendrier

Dessin adulte Jeudi 10h00 - 12h00 **80,00 €**

Aquarelle adulte Jeudi 14h00 - 17h00 **115,00 €**

Option kit de matériel pour démarrage aquarelle **90,00 €**

Journée complète : - 50 % sur le dessin

Dès 9 ans Jeudi 17h15 - 18h15 **45,00 €**



Sophrologie

MJC avec Marielle

Adulte Lundi 10h00 - 11h00 **100,00 €**

Lundi 18h30 - 19h30 **100,00 €**



Anglais

MJC avec Sandrine

Enfants 5 / 7 ans Mercredi 16h00 - 16h30 **56,00 €**

Dès 11 ans "Initiés" Mercredi 16h30 - 17h30 **100,00 €**

Dès 11 ans "Confirmés" Mercredi 17h30 - 18h30 **100,00 €**



Échecs loisirs

MJC avec Pierre

6 ans (CP) à 10 ans Jeudi 16h45 - 17h45 **30,00 €**

11 à 110 ans Jeudi 18h00 - 19h00 **30,00 €**



Tarot

MJC avec Patrice, entraînement tous les lundis à 14h00

Sans licence **11,50 €**

Avec licence 4ème série **30,50 €**

avec licence 3ème série **50,50 €**

Avec licence 2ème série **61,50 €**



Jeux de société *

MJC avec Sophie et Nicolas

1 samedi / mois 15h00 - 22h00

**ADHÉSION
UNIQUEMENT**



Atelier "Prise de parole" *

MJC avec Jacques, dès 16 ans

Tous les 15 jours Jeudi 19h00 - 20h00

Prise de confiance, diction, attitude pour un examen / discours / entretien ou être plus à l'aise à l'oral