

## Les activités de la MJC

Le programme 2021-2022 des activités de la MJC a été établi et se présente ainsi.

**Lundi** : Gym d'entretien de 17 h à 18 h, salle de danse, avec Betty Soares ; cross training de 19 à 20 h, salle de danse avec Christelle Moreau ; badminton adultes, de 20 h 30 à 22 h 30, au gymnase, avec Guillaume Nargil ; qi-gong de 18 h 30 à 20 h, salle de la Marquisette avec Isabelle Monferrier ; anglais de 18 h 30 à 19 h 30 et de 19 h 30 à 20 h 30 avec Karen Ross.

**Mardi** : Pilates à 17 h 30 et à 19 h 30, salle de danse, avec Nathalie Jeay ; stretching à 18 h 30, salle de danse, avec Nathalie Jeay.

**Mercredi** : Danse jazz ados à 14 h 30, salle de danse, avec Antoinette Marquet-Dusienne ; danse jazz initiation 5-7 ans à 15 h 30, danse jazz débutants 8-10 ans à 16 h 30, danse jazz moyens 11-14 ans à 17 h 30 ; yoga kundalini à 18 h 45-20, salle de la Marquisette, avec Blandine Schneider ; tonique abdo-fessiers à 19 h, salle de danse, avec Virginie Conan ; step à 20 h 15, salle de danse, avec Stacy Watteli ; baby gym 3-4 ans à 10 h, salle de danse, avec Paul Gantin ; éveil sportif 5-6 ans à 11 h.

**Jeudi** : Zumba à 9 h 15, salle de danse, avec Betty Soares ; circuit training à 19 h et à 20 h, salle de danse, avec Louis Fabre Louis ; danse de salon à 18 h 30, salle de la Marquisette, avec Babeth Ourliac ; sophrologie-relaxation à 20 h 30, à la maison Alice de Séganville, avec Ghislain Cabrol ; badminton adultes à 20 h 30, au gymnase avec Guillaume Nargil ; Pilates à 17 h 45, salle de danse, avec Donovan Ransseau ; théâtre enfants à 16 h 45, salle Marquisette avec Marie François.

**Vendredi** : Tarot à 20 h 30, maison Alice de Séganville, avec Didier Raynaud.

**Samedi** : Hip-hop débutants à 10 h, salle de danse, avec Christelle Moreau ; hip-hop confirmés à 11 h ; tir à l'arc adultes et enfants, à 13 h 30, au gymnase, avec Alexandre Julien.

**Randonnées pédestres** : Lundi, mardi, jeudi, vendredi et dimanche, avec Jacques Bonnel et Alain Gimeno.

**Inscriptions** : Le samedi 28 août, de 10 heures à 12 h et de 14 h à 17 h, à la salle de danse près de l'école, avec certificat médical de moins de 3 mois. Début des activités le lundi 6 septembre.

Vendredi: 27/08/2021

01-135-31