

# MPT Chony - Activités 2024/2025

**N** : nouveau

Adhésion familiale à la MPT : 9 €  
Supplément Non Bourcain : + 6 €

ACTIVITES		Âges	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE	Prix
Expression - Découverte	THEATRE Enfants Anaïs PRAT	8 / 12 ans			13h45 - 15h15					180 €
	THEATRE Ados Anaïs PRAT	13 / 16 ans			15h15 - 17h15					240 €
	THEATRE Adultes Christophe MIRABEL	Adultes				19h00 - 21h30				340 €
	COUTURE Ados-Adultes - Bi-Mensuel Laetitia GUERRERO	Ados - Adultes				18h00 - 20h00 (Bi-mensuel)				220 €
	COUTURE Ados-Adultes - Mensuel - Laetitia GUERERO 28/09 - 12/10 - 23/11 - 21/12 - 25/01 - 22/02 - 29/03 - 19/04 - 24/05 - 21(28)/06	Ados - Adultes						09h - 12h (Mensuel)		220 €
	ECRITURE CREATIVE - Mensuel - Muriel THORENS 5/10 - 9/11 - 7/12 - 11/1 - 15/2 - 15/3 - 12/4 (jour) - 10/5 - 7/6	Adultes						10h - 12h (Mensuel)		135 €
	ATELIER NUMERIQUE: avec l'association B@SE	Tout public		14h -16h						Gratuit
Danse - Gym - Sport - Entretien	Baby danse Deborah BLACHIER <b>N</b>	Enfants 3-5 ans			10h - 11h					120 €
	Danse du monde - Enfants Deborah BLACHIER <b>N</b>	Enfants 6-10 ans			11h - 12h					120 €
	K-Pop - Enfants-Pré Ados Deborah BLACHIER	Enfants			17h30 - 18h30					120 €
	K-Pop - Ados Deborah BLACHIER	Ados			18h30 - 19h30 <b>N</b>					120 €
	Mouvement et Danse biodynamique Flore BOCQUET <b>N</b>	Adultes	19h00 - 20h30							180 €
	PILATES Anne-Laure JOUVE	Adultes	9h00 - 10h00				9h00 - 10h00 (avancés)			180 €
		Adultes		19h45 - 20h45 <b>N</b> (Intermédiaires)			10h00 - 11h00 (débutants)			180 €
	STRETCHING Zsofia CHEVRY	Adultes					14h00 - 15h00			120 €
GYM D'ENTRETIEN Zsofia CHEVRY	Adultes		10h15 - 11h15						120 €	
GYM TONIC Zsofia CHEVRY	Ados - Adultes		18h00 - 19h00						120 €	
Relaxation	FELDENKRAIS Géraldine WAGNON	Adultes	15h30 - 16h30		17h45 - 18h45					210 €
	TAI CHI CHUAN Géraldine WAGNON	Ados - Adultes	16h45 - 17h45		19h00 - 20h00					210 €
		Adultes	10h30 - 11h45							160 €
	MEDITATION - RELAXATION Stéphanie DEROUX	Adultes	12h15 - 13h15							160 €
		Ados (10 -17 ans)				17h30 - 18h45 <b>N</b>				160 €
	MEDITATION DE PLEINE CONSCIENCE Stéphanie DEROUX	Adultes	19h00 - 21h00 ( Un lundi sur 2 ) <b>N</b>							160 €
	YOGA DU RIRE - Mensuel - Véronique MURAT 14/09, 12/10, 09/11, 14/12, 11/01, 15/02, 08/03, 12/04, 10/05 et 14/06	Adultes						10h - 11h15 (Mensuel)		90 €
	YOGA - VINIYOGA Fabienne LACORRE	Adultes				18h00 - 19h15				210 €
	Adultes				19h30 - 20h45 <b>N</b>				210 €	

Seules les activités ayant un effectif suffisant seront maintenues.

**Remboursement possible :** Durant les deux premières semaines d'activité (soit du 16 au 27/09/2024). Au-delà de ces dates, soit vous trouvez une personne qui vous remplace, soit vous fournissez un certificat médical récent (de moins de 1 mois) de contre-indication à la pratique de cette activité.

Toutes nos activités débutent à partir du 16 septembre et s'arrêtent début juin. Soit environ 30 séances.

Ateliers / Stages hébergés à la MPT : **SAFE et Bien être** : 1 vendredi / mois - 14h: Conseils en nutrition et naturopathie - 16h: Pratique de soins énergétiques REIKI - contact: safe-et-bien-etre@mailo.com

**TITANES** : Stages d'auto défense féminine aux moyens de pratiques physiques et techniques verbales simples : Contact : stages.titanes@gmail.com

**Parent'allez-vous** : Atelier parental et périnatal - samedi 9h - 11h - Contact : parentallezvous@gmail.com