

# MPT Chony - Activités 2020/2021

## Confirmées au 26 septembre 2020

**N : nouveau**

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

| ACTIVITES                  |  | Âges           | LUNDI                            | MARDI                    | MERCREDI                 | JEUDI                            | VENDREDI    | SAMEDI      | Prix  |
|----------------------------|--|----------------|----------------------------------|--------------------------|--------------------------|----------------------------------|-------------|-------------|---|
| Expressio                  | ANGLAIS / Discussions Bi-mensuel<br>Gérard TERJMANN  | Adultes        |                                  |                          |                          | 19h30 - 21h                      |             |             | 20 €  |
|                            | THEATRE<br>Anaïs PRAT  | 7 / 12 ans     |                                  |                          | Complet<br>11h - 15h30   |                                  |             |             | 180 €                                       |
|                            | ATELIER ECRITURE CREATIVE<br>Céline BON  | Adultes        |                                  | N 18h - 19h              |                          |                                  |             |             | 150 €                                       |
|                            | GROUPE DE CHANTS<br>Michèle JADE-PRECHEUR  | Adultes        |                                  |                          |                          | 18h30 - 19h30                    |             |             | 120 €                                       |
| CONTEMPO FUN<br>Céline BON | Adultes  |                | 19h30 - 20h45                    |                          |                          |                                  |             | 150 €       |   |
| MIX DANSES<br>Céline BON   | Adultes  | 19h30 - 20h45  |                                  |                          |                          |                                  |             | 150 €       |   |
| Gym - Sport d'entretien    | PILATES<br>Anne-Laure JOUVE  | Adultes        | N 9h - 10h                       |                          |                          | 9h - 10h (avancés)               |             |             | 120 €                                       |
|                            |  | Adultes        |                                  |                          |                          | Complet<br>10h - 11h (débutants) |             |             | 120 €                                       |
|                            | STRETCHING<br>Zsafia CHEVRY  |                |                                  |                          |                          | 14h - 15h                        |             |             |   |
|                            | GYM D'ENTRETIEN<br>Zsafia CHEVRY   | Adultes        |                                  | Complet<br>10h15 - 11h15 |                          |                                  |             |             | 120 €                                       |
|                            | GYM TONIC<br>Zsafia CHEVRY   | Ados - Adultes |                                  | Complet<br>18h - 19h     |                          |                                  |             |             | 120 €                                       |
|                            | URBAN TRAINING<br>Jeffrey GOURDOL  | Ados - Adultes |                                  |                          |                          |                                  | 18h45 - 20h |             | 210 €                                       |
| Relaxation                 | FELDENKRAIS<br>Géraldine WAGNON  | Adultes        |                                  |                          | Complet<br>17h30 - 18h30 |                                  |             |             | 180 €                                       |
|                            | Ateliers FELDENKRAIS :<br>Retrouver le plaisir de bouger<br>en 2020 : 17/10 et 19/12,<br>en 2021 : 20/02, 17/04 et 19/06 | Adultes        |                                  |                          |                          |                                  |             | N 14h - 17h | 130 €<br>ou<br>30 € / Atelier               |
|                            | TAI CHI CHUAN<br>Géraldine WAGNON  | Ados - Adultes |                                  |                          | 18h45 - 19h45            |                                  |             |             | 180 €                                       |
|                            | RELAXATION COREENNE :<br>12/09, 03/10, 07/11 et 05/12<br>30/01, 27/02, 27/03, 10/04<br>01/05, 05/06<br>Céline BON        | Adultes        |                                  |                          |                          |                                  |             |             | N 9h30 - 12h<br>150 €<br>ou<br>20 € / Stage |
|                            | YOGA (*)<br>Katia DIAF   | Adultes        | Complet<br>10h - 11h30           | Complet<br>10h - 11h30   |                          |                                  |             |             | 210 €                                       |
|                            | YOGA (*)<br>Katia DIAF   | Adultes        | Complet<br>18h30 - 20h (avancés) | 14h30 - 16h              | 18h - 19h30              |                                  |             |             | 210 €                                       |
|                            | YOGA (*)<br>Katia DIAF   | Adultes        | Complet<br>20h30 - 21h45         | Complet<br>16h15 - 19h45 |                          |                                  |             |             | 210 €                                       |

**Seules les activités ayant un effectif suffisant ont été maintenues.**

**Remboursement possible :** durant les deux premières semaines d'activité (soit du 14 au 25/09/2020). Au-delà de ces dates, soit vous trouvez une personne qui vous remplace, soit vous fournissez un certificat médical récent (- 1 mois) de contre-indication à la pratique de cette activité.

(\*) : L'activité Yoqa est pratiquée de mi-septembre à fin juin. Les autres activités s'arrêtent après le Gala de la MPT, en début juin.