

INFOS PRATIQUES

Inscriptions

- ◆ **Impérativement pendant les permanences MJC.**
- ◆ Consulter le site internet de la M.J.C. pour connaître les dates de permanences.
- ◆ Possibilité de pré-inscriptions en ligne : mjc-dormans.fr
- ◆ Séance d'essai possible sur demande à la MJC par téléphone ou email.

Règlement

- ◆ Le jour de l'inscription.
- ◆ Sont acceptés : chèques, espèces, bons MSA, bons CAF, chèques vacances, coupons sport ANCV, Pass'sport, chèques ACTOBI.
- ◆ Pas de remboursement pour arrêt personnel de l'activité en cours d'année.
- ◆ **Seules les activités ayant un effectif suffisant seront maintenues.**
- ◆ Un questionnaire de santé est obligatoire pour chaque activité sportive, et est à compléter le jour de l'inscription.
- ◆ Carte M.J.C. indispensable pour toutes les activités.

**Reprise des activités dès le :
jeudi 7 septembre 2023**

M.J.C. Dormans

35 rue Dumont Belcourt

51700 DORMANS

☎ : 06 79 03 82 46

☎ : 03 26 53 77 84

✉: mjc-dormans@wanadoo.fr

Site : mjc-dormans.fr

Facebook : [mjc dormans](https://www.facebook.com/mjc.dormans)



PROGRAMME DES ACTIVITES



Credit photo : Brauns

Saison 2023/2024

« Le bien vivre ensemble »



Planning des activités 2023/2024

Lundi

ACTIVITES	HORAIRES	LIEU
Gym volontaire : 120 €	9h00/10h00	A.F.R.
Marche rapide 1h00	13h30	Verneuil
Marche sportive 1h00	13h45	Verneuil
Marche sportive 2h00	14h00	Verneuil
Yoga Vedanta 1 ^{re} séance : 160 €	17h00/18h30	M.J.C.
Yoga Vedanta 2 ^e séance : 160 €	18h45/20h15	M.J.C.
Basket adultes : 20 €	18h00/20h00	Gymnase
Ashtanga Vinyasa yoga ados/adultes : 160 €	18h15/19h45	Gymnase
Volley loisir : 20 €	20h00/22h00	Gymnase
Bulles de mots : 20 € 1 ^{er} lundi du mois	20h00/22h00	Salle des fêtes

Mardi

ACTIVITES	HORAIRES	LIEU
Peinture, aquarelle* : 20 €	9h00/11h30	Château
Peinture/porcelaine : 100 €	14h00/17h00	M.J.C.
Renf. musc./Stretching : 130 €	17h30/18h30	Gymnase
Zumba ados/adultes : 130 €	18h30/19h30	Gymnase
Capoeira 7 ans et + : 150 €	18h45/20h00	Gymnase

*** Complet : liste d'attente**

Afin de respecter les mesures sanitaires, nous vous remercions d'apporter votre tapis pour toutes les activités au sol.

Mercredi

ACTIVITES	HORAIRES	LIEU
Hatha yoga ados/adultes : 160 €	9h00/10h30	M.J.C.
Yoga enfants 7/12 ans : 105 € (si nombre d'inscrits requis)	11h00/12h00	M.J.C.
Gym. 7/10 ans : 100 €	14h30/15h30	Gymnase
Gym. 4/6 ans : 100 €	15h30/16h30	Gymnase
Théâtre ados 10/15 ans : 20 €	15h30/17h30	M.J.C.
Hatha yoga ados/adultes : 160 €	17h30/19h00	Gymnase
Basket 10/14 ans : 115 €	18h00/19h00	Gymnase
Badminton 10/14 ans : 115 €	19h00/20h00	Gymnase
Sport tonique : 120 €	19h30/20h30	Gymnase
Badminton adultes : 20 €	20h00/22h00	Gymnase

Jeudi

ACTIVITES	HORAIRES	LIEU
Marche rapide 1h00	13h30	M.J.C.
Marche sportive 1h00	13h45	M.J.C.
Marche sportive 2h00	14h00	M.J.C.
Modelage sur argile* : 30 €	14h00/17h00	Local municipal rue du Gault
Informatique multimédia : 100 €	18h00/20h00	Château
Anglais Élémentaire* : 20 €	18h30/19h30	M.J.C.
Tango argentin : 20 €	20h00/21h30	M.J.C. Gymnase
Tennis de table adultes : 20 €	20h30/22h00	Gymnase

Vendredi

ACTIVITES	HORAIRES	LIEU
Scrabble : 20 €	14h00/17h00	Salle des fêtes
Hip Hop 7/9 ans : 130 €	17h30/18h30	Gymnase
Hip Hop 10/13 ans : 130 €	18h30/19h30	Gymnase
Hip Hop 14 ans et + : 210 €	19h30/21h00	Gymnase
Badminton adultes : 20 €	20h00/22h00	Gymnase
Théâtre adultes : 20 €	20h30/22h30	Salle des fêtes

Samedi

ACTIVITES	HORAIRES	LIEU
Marche nordique : 60 € (selon planning)	9h30/11h30	Château
Jeux d'échecs enf./adultes : 100 €	10h00/12h00	M.J.C.
Danse éveil 4/6 ans : 140 €	13h15/14h00	Gymnase
Danse moderne		
6/8 ans : 190 €	14h00/15h00	Gymnase
8/10 ans : 190 €	15h00/16h00	Gymnase
11 ans et + : 190 €	16h00/17h00	Gymnase

Carte MJC : adultes : 10 € - enfants : 5 €

Tout abandon à l'activité souscrite quelle que soit la raison doit impérativement être signalé à la MJC.