



MJC Lumbin

Programme 2022-2023

Inscriptions

Les réinscriptions et inscriptions se font désormais en ligne via un formulaire web disponible sur notre site internet ou directement accessible depuis ce QR Code :



- **Lundi 23 août :** réinscriptions ouvertes (via formulaire web).
- **Samedi 3 septembre :** inscriptions ouvertes (via formulaire web) ou directement à notre stand au **forum des associations de Lumbin, cour de l'école de 9h à 12h ce jour-là.**
- **ATTENTION les inscriptions à la randonnée, randonnée confort et la Marche nordique auront lieu le **mardi 6 et jeudi 8 septembre** de 18h à 20h (salle La Cure).**
- **Jeudi 15 septembre :** Assemblée Générale de l'association (info à suivre).
- **Lundi 26 septembre :** début des activités.

ACTIVITES	HORAIRES	TARIFS	LIEUX
SPORTS			
Gym Douce (Axel Bayoud)	Lun : 09h15 - 10h15	1 cours/sem : 130€/an	Salle Icare
Gym Entretien (Axel Bayoud)	Lun : 10h20 - 11h20		
Gym Entretien (Romain Clavel)	Lun : 19h15 - 20h15		
Pilates (Alicia Germain)	Mar : 19h30 - 20h30	2 cours/sem : 180€/an	
Gym Cardio-Training (Axel Bayoud)	Mer : 18h30 - 19h30		
Gym Entretien (Axel Bayoud)	Mer : 19h40 - 20h40	3 cours/sem : 230€/an	
Gym Zumba (Agnès De Buttet)	Jeu : 18h30 - 20h00		
Qi Gong (Maryline Lefebvre)	Mar : 18h45 - 20h00	180€/an	Salle Ariane
Yoga n°1 (Olivier Mondon)	Ven : 18h00 - 19h15	180€/an	
Yoga n°2 (Olivier Mondon)	Ven : 19h30 - 20h45	180€/an	
Randonnée (M. Millerioux, C. Coué)	Jeu, Sam, Dim 8h00 - 16h00	25€/an	
Rando Confort (M. Millerioux, C. Coué)	Ven : 8h00 - 12h00	25€/an	
Marche Nordique (Joan Monteiro)	Sam : 9h00 - 12h00	25€/an	Départ parking de l'Attero
MUSIQUE			
Guitare Enfants (Sylvain Achard)	Lun : 18h45 - 19h45	225€/an	La Terrasse
Guitare Adultes n°1 (Sylvain Achard)	Lun : 20h00 - 21h00	250€/an	
Guitare Adultes n°2 (Sylvain Achard)	Lun : 21h00 - 22h00		
ARTS ET LOISIRS			
Art Floral (1 fois/mois) (JL Rialle)	Lun : 18h30 - 20h00	15€/an	Salle La Cure
Dessin-Peinture Adultes (Sandrine Sartoris) (24 séances)	Mar : 13h45 - 16h15	250€/an	Salle La Cure
Peinture Ados (>10 ans) (Sandrine Sartoris)	Mar : 18h30 - 20h00	180€/an + 10€ matériel	
Dessin-Peinture Enfants (Sandrine Sartoris)	Ven : 16h45 - 18h15	170€/an + 10€ matériel	
Théâtre Enfants (7-11 ans) (Camille Fabre)	Mar : 17h15 - 19h15	220€/an	Salle Icare
Aquarelle (atelier libre)	Ven : 13h30 - 17h00	5€/an	Salle Cnossos
Jeux de société (Pascale Roffet)	Mar : 20h00 - 22h30	15€/an	Maison des assoc.
Oenologie (sommelier professionnel)	Mer : 19h30 - 21h30	40€/séance	Salle La Cure
Photographie (ado et adultes, 1 fois / mois) (Marie-Charlotte Bard)	Mer : 20h - 21h30	180€/an	Salle La Cure
Maintenir le fonctionnement du cerveau (Nathalie Rambaud)	Mer : 19h30 1 semaine sur 2 Sam : 10h - 11h30	140€/ trimestre (10 ateliers)	Salle La Cure

Renseignements pratiques :

Adhésion familiale et annuelle obligatoire : 15€

Les activités sont ouvertes aux lumbinois et non-lumbinois.

Des stages seront proposés en cours d'année : peinture, gym, photo, BD, activités sportives... Si vous souhaitez partager une idée ou une nouvelle activité, n'hésitez pas à nous contacter !

Retrouvez toutes les informations sur notre site internet.

Email : mjclumbin@gmail.com

Site internet : <http://www.mjc-mpt-gresivaudan.fr>

Boite aux lettres : Place de la mairie—38860 Lumbin

Nous recherchons des bénévoles pour assurer la pérennité de l'association