

SAISON
2022
-
2023



MJC

De La Chamouss'



Saint-Laurent-de-
Chamousset
MONTS DU LYONNAIS

CONTACTEZ-NOUS À MJCHAMOUSS@GMAIL.COM
ET RETROUVEZ-NOUS SUR WWW.MJCHAMOUSS.FR

72 RUE DE LYON - 69930 SAINT LAURENT DE CHAMOUSSET

IPNS, Ne pas jeter sur la voie publique

RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Salle des Arts Martiaux

Lundi 18h15-19h15
Maud BREUL

Mardi 9h30-10h30
Emilien LEGRAIN

Tarif : 152€ (adhésion incluse)
1 chèque de 56€ et 2 chèques de 48€

JUDO

Salle des Arts Martiaux

Vendredi : 3 groupes de niveau
17h15-18h15
18h15-19h15
19h15-20h45

Thierry PRAT

Tarifs :

- 16 ans : 135€ (adhésion incluse)
1 chèque de 55€ et 2 chèques de 40€
+ 16 ans : 155€ (adhésion incluse)
1 chèque de 61€ et 2 chèques de 47€

BADMINTON - LOISIR

Salle Pluriactivités

Lundi 20h30-23h

Bruno TURPIN

Tarif : 36€ (adhésion incluse)

PHILATELIE

Salle à l'ETAIS

3ème mardi du mois
20h30
Joseph BRAS

Tarif : adhésion uniquement (12€)

GYM DOUCE

Mardi 10h30-11h30
Salle des Arts Martiaux
St Laurent de Cht

Jeudi 9h15-10h15 et 10h45-11h45
Salle du Cinéma / Salle des Arts Martiaux
Longessaigne / St Laurent de Cht

Emilien LEGRAIN

Tarif : 150€ (adhésion incluse)
1 chèque de 58€ et 2 chèques de 46€

DOUBLE DANCE

(Rock, danses latino, danses de salon, en duo)
Salle du Mille Club

Jeudi 20h-21h

Catherine GERBOUD

**Tarif : 185€ par couple
(soit pour 2 personnes)
(adhésion incluse)**
1 chèque de 73€ et 2 chèques de 56€

FITNESS

(Anciennement Body Tonic)
Salle des Sports (salle Annexe)

Jour et horaire non défini

En cours de recrutement d'un animateur

Tarif : 152€ (adhésion incluse)
1 chèque de 56€ et 2 chèques de 48€

HATHA-YOGA

Salle des Arts Martiaux

Lundi 17h-18h
Maud BREUL

Tarif : 130€ (adhésion incluse)
1 chèque de 48€ et 2 chèques de 41€

YOGA

Salle des Arts Martiaux

Mardi 19h30-21h
Jean-François BOURCIER

Tarif : 112€ (adhésion incluse)
1 chèque de 46€ et 2 chèques de 33€



BABY GYM

&

GYM ENFANTS - LOISIR

Salle de Psychomotricité

- 3 ans : mardi 16h30-17h15
- 4 ans : mercredi 16h15-17h15
- 5 ans : mercredi 17h15-18h15

Maud BREUL

- 6-11 ans : vendredi 18h - 19h

Gaëlle THEALET

Tarifs :

3 à 7 ans : 115€ (adhésion incluse)
1 chèque de 47€ et 2 chèques de 34€
8 à 15 ans : 120€ (adhésion incluse)
1 chèque de 48€ et 2 chèques de 36€

PILATES

Salle de Psychomotricité

Mardi :
17h30 - 18h15
18h30 - 19h15

Fanny CHANAVAT

Tarif : 180€ (adhésion incluse)
1 chèque de 80€ et 2 chèques de 50€



La MJC, Comment ça marche ?

• ADHÉSION & INSCRIPTIONS

- Carte d'adhésion obligatoire pour tous au prix de 12€ (comprise dans la cotisation)
- Inscription obligatoire et définitive à réception :
 - *du règlement total de la cotisation,
 - *d'une attestation de votre bon état de santé (par signature lors de l'inscription)

• REPRISE DES COURS

La reprise des cours aura lieu la **semaine du lundi 12 Septembre**.

Certaines activités sont susceptibles d'être annulées selon le nombre de participants.

• MODALITÉS DE PAIEMENTS

Le paiement de la cotisation est obligatoire par trimestre (soit en 3 fois) avant participation à votre activité, sans quoi l'admission en cours de l'adhérent sera refusé.

A VOS AGENDAS !

Forum des associations à l'Esplanade du Grand Cèdre
(à côté du sens giratoire Croix Blanche) :
Samedi 3 Septembre de 10h à 13h

Permanences au local de la MJC (sous le restaurant scolaire) :
Samedi 17 & 24 Septembre de 9h à 12h

 **Matinée Boudin & Beaujolais Nouveau --> Samedi 19 Novembre 2022**

 **Bal de la MJC --> Samedi 01 Avril 2023**



Assemblée Générale :
le Samedi 15 Octobre 2022 à 10h00

Responsable des activités : Lucas BLANC - 06 19 06 06 88