

Informations

Carte MJC

Adultes (+ de 25 ans) : 20,00 €

Enfants/étudiants/chômeurs : 14,00 €

La carte d'adhésion est obligatoire pour pratiquer une activité. L'adhésion est valable du **1^{er} septembre 2022 au 30 juin 2023**

Tarifs spéciaux et règlements :

De 25 à 50 % dès la 2^{ème} activité.

Sont acceptés comme règlements, prélèvements, espèces, CB, chèques, coupons sport ou chèques vacances.

Remboursement

Le remboursement s'effectue selon les modalités fixées dans le règlement intérieur, affiché dans le hall de la MJC.

Modification du programme :

La MJC se réserve le droit, en cas de nécessité, de procéder à toute modification de programme, de date, ou d'annuler une activité si le nombre d'inscrits est insuffisant.

Animations enfants de 6 à 12 ans pendant les périodes de vacances scolaires et les mercredis après-midis.

Stages

- Danses de Salon
- Salsa Cubaine Date déterminée en début de saison, Renseignements au secrétariat
- Yoga ...

Évènements

1,2,3 Mâcon : 3 et 4 septembre 2022.

Gala MJC : Samedi 24 juin 2023 (salle pavillon)

Fermetures des jours fériés :

Toussaint : Mardi 1er novembre 2022

Armistice : Vendredi 11 novembre 2022

Pâques : lundi 10 avril 2023

Fête du travail : lundi 1er mai 2023

Victoire 1945 : lundi 8 mai 2023

Ascension : jeudi 18 au samedi 20 mai 2023

Pentecôte : lundi 29 mai 2023

Fermetures vacances :

Du Vendredi 23 décembre 2022 au
Dimanche 1 janvier 2023 inclus.

Arrêt des cours le Samedi 1 juillet 2023.
(musculation : 13 juillet 2023).

MJC DES BLANCHETTES
Chemin des Moulins
71000 Mâcon
www.mjcb Blanchettes.fr



REGION
BOURGOGNE
FRANCHE
COMTE



MJC Blanchettes



SPORT & CULTURE

PRIX ASSOCIATIF

Saison 2022/2023

FITNESS • GYM DOUCES • MUSCULATION • ARTS MARTIAUX • DANSES • ACTIVITÉS ARTISTIQUES • YOGA • ETC

www.mjcb Blanchettes.fr
mjcb Blanchettes@orange.fr
03.85.38.07.86



FITNESS



Step	Lundi *	12h15-13h15
Pilâtes	Lundi *	19h30-20h30
Stretching	Mardi *	12h15-13h15
Stretching	Mardi *	16h30-17h30
Cardio-Sculpt	Mardi *	18h15-19h15
Postural Ball	Mercredi *	12h15-13h15
Pilâtes	Jeudi *	11h10-12h10
Renforcement musculaire	Jeudi *	12h15-13h15
Pilâtes confirmés	Vendredi *	12h15-13h15
Brul'Calo Express	Vendredi *	12h30-13h00

MUSCULATION*



LUNDI au VENDREDI de 10h00 à 20h00*

SAMEDI * 10h00 à 12h00

ACTIVITÉS ARTISTIQUES



Poterie Mosaïque	Lundi *	18h30-20h30
Contemporaine	Mardi *	16h30-18h30
Début des cours de poterie le lundi 3 octobre 2022		
Dessin Peinture	Lundi *	16h00-18h00
Harmonica enfants	Mercredi	17h30-18h30
Harmonica adultes		18h30-19h30

LANGUES



Anglais	Mercredi	Débutants	18h30-19h30
		Confirmés	19h30-20h30

GYM DOUCES



Pilâtes Séniors débutants	Lundi *	10h30-11h30
Yoga	Mardi	12h15-13h15
Pilâtes Séniors confirmés	Mercredi *	11h00-12h00
Feldenkrais	Jeudi	11h30-13h00
Yoga	Jeudi	18h30-19h45
Gym douces	Vendredi *	10h30-11h30



ARTS MARTIAUX (ADULTES)

Qi Qong	Lundi	9h30-10h30
Qi Qong	Lundi	10h45-11h45
Capoeira	Lundi *	19h30-21h00
Boxe Anglaise Mixtes	Lundi Jeudi	19h30-20h45
Chanbara	Lundi Vendredi*	19h30-21h00
Aïkido +14 ans	Mardi	19h45-21h15
Qi Qong	Mercredi	18h30-19h30
Tai Chi Chuan	Mercredi	19h30-20h30
Self défense femmes +14 ans	Jeudi *	19h30-21h00



DANSES (ados/adultes)

Danses cubaines	Mercredi	Débutants	18h30-20h00
Danses de Salon	Vendredi	Débutants	19h00-20h00
		Confirmés	20h00-21h00

CLUB

Atelier partage des savoirs	Vendredi	14h00-17h00
Jeu Pyramide	Mercredi *	20h00-22h00

ACTIVITÉS ENFANTS

DANSES



Hip-Hop / Break dance Freestyle + Chorée	Lundi	Débutants	17h15-18h15
		Confirmés	18h15-19h15
Zumba Kids	Mercredi	+ 6 ans	14h00-15h00

CULTURE

Théâtre	Mercredi	+ 6 ans	15h00-16h30
---------	----------	---------	-------------

GYM

Baby Gym	Mercredi	+ 3 ans	10h00-11h00
----------	----------	---------	-------------



ARTS MARTIAUX (enfants)

Boxe Anglaise	Lundi Jeudi	+ 6 ans et ados	18h15-19h15
Capoeira	Lundi *	+ 7 ans	19h30-21h00
Judo	Lundi Jeudi	+ 6 ans	18h00-19h30
Chanbara	Mercredi	+ 8 ans	17h00-18h00
	Vendredi		18h00-19h30

* Cours maintenus pendant les vacances scolaires