

# MJC de Blâmont – Activités régulières

Pour toutes les activités, les personnes débutantes sont les bienvenus !  
2 séances découvertes offertes

Activités	Public	Jour(s)	Horaire(s)	Coût annuel	Intervenant
EVEIL JUDO	4/6 ans	Mardi	17h15 18h00	95 €	B. Fady
JUDO	6/8 ans	Mardi	18h00 19h00	95 € + licence	B. Fady
JUDO	+ de 9 ans	Mardi	19h00 20h00	95 € + licence	B. Fady
JUDO	6/8 ans + de 9 ans	Jeudi	17h00 18h30	95 € + licence	A. Cousin
AÏKIDO	Adultes Enfants	Vendredi	20h15 22h00	Adultes 120 € + licence 33 € Enfants 95 € + licence 23 €	A. Scheuer
KARATE	Adultes	Mercredi	19h00 20h30	120 € + licence	S. Hovhanessian

**Pour le JUDO :** les enfants peuvent participer aux cours du mardi et du jeudi pour la même cotisation annuelle.

**Toutes les activités régulières sportives se déroulent à présent à la Salle des Pompes, 2 rue de Gogney à Blâmont, près de l'hôtel de ville.**

**Sauf le Yoga, le Country, le Modern Jazz et les activités ponctuelles au 2<sup>nd</sup> étage de la Maison des Associations 20 rue Traversière.**

**Permanences à la Salle des Pompes : le lundi 12 et 19 de 16h15 à 16h45, le mardi 13, 20 et 27 et le jeudi 15 et 22 de 16h45 à 18h15, le vendredi 16 et 23 de 16h15 à 16h45.**

**Pour tous les clubs 15 minutes avant le début de l'activité.**

## Projet « Théâtre » pour les enfants

Activités	Public	Jour(s)	Horaire(s)	Coût annuel	Intervenant
EVEIL CORPOREL - EVEIL A LA GYM	3/4 ans – 5/6 ans – 7/9 ans –	Lundi Vendredi Vendredi	16h30 – 17h30 16h30 – 17h30 17h30 – 18h30	95 € + licence	E. Pierron
YOGA	Adultes	Lundi	14h30 - 16h00 17h30 - 19h00 (enfants à partir de 10 ans)	120 €	P. Clavière
GESTION DU STRESS ET RELAXATION	Adultes	Lundi	20h00 21h00	100 €	P. Clavière
GYM SENIORS	Seniors	Vendredi	9h15 10h30	120 € + licence	E. Pierron
GYM ADULTES	Adultes	Jeudi	20h15 21h30	120 € + licence	E. Pierron
AEROBIC	Adultes Adolescents	Mardi	20h00 21h00	Adultes 120 € Ados 95 €	B. Fady
COUNTRY	Enfants à partir de 8 ans Adultes	Mercredi	18h00 19h15	Enfants 60 € Adultes 100 €	F. Munier
COUNTRY	Adultes	Vendredi	20h15 21h30	100 €	F. Munier
MODERN JAZZ	Enfants à partir de 8 ans Adolescents	Samedi	15h00 16h00	80 €	N. Thiesson