



Ateliers enfants/ados

2-4 ans	ÉVEIL MUSICAL	Lundi	17h00-17h45	Annexe MJC	185 €
5-12 ans	INITIATION A LA MUSIQUE		18h00-18h45		185 €
4 ans	CIRQUE	Samedi	9h30-10h20	Grand dojo	185 €
5 ans			10h30-11h20		190 €
6 ans			11h30-12h20		190 €
7 ans et +			13h30-15h00		200 €
18 mois - 3 ans	EXPRESSION CORPORELLE au travers de la danse africaine	Samedi 2/mois	9h45-10h15	Orangerie MJC	60 €
3-5 ans		Samedi	10h30-11h15 11h15-12h00		185 €
6-9 ans		Jeudi	17h30 - 18h30		200 €
6-14 ans	DESSIN	Jeudi	17h30-18h30	Annexe MJC	200 €
6-11 ans	ARTS PLASTIQUES	Mercredi	16h00-17h00	Annexe MJC	200 €
À partir de 8 ans	GUITARE UKULÉLÉ BASSE	Mercredi	10h00-11h00	Orangerie MJC	250 €
		Vendredi	18h00-19h00 19h00-20h00 20h00-21h00		
		Samedi	9h00-10h00 10h00-11h00 11h00-12h00		
11 ans et +	Initiation SEVILLANA FLAMENCA	Mardi	17h30-18h45	Orangerie MJC	190 €
8-12 ans	ZUMBA KIDS	Mercredi	17h30-18h15	Salle Hervé de Guerdavid	180 €
7-10 ans	THÉÂTRE KIDS	Lundi	17h00-18h00	Orangerie MJC	190 €
11 ans et +			18h00-19h15		200 €
6-11 ans	YOGA KIDS	Jeudi	17h00 - 18h00	Orangerie MJC	190 €

Ateliers ados/adultes

ANGLAIS CONVERSATION	Mercredi	18h00-19h00	Orangerie MJC	230 €
CHORALE	Mardi	20h30-22h00	Salle Hervé de Guerdavid	140 €
COUTURE	Lundi 2/mois	19h00-20h30	Annexe MJC	Forfait de 5 ateliers 100 €
	Mercredi 2/mois	14h00-15h30		
BRODERIE, TRAVAUX D'AIGUILLES	Vendredi	À partir de 14h00	Annexe MJC	30 €
DO IT YOURSELF Cartonnage, bijoux, déco ...	Vendredi 2/mois	À partir de 19h30	Annexe MJC	30 €
ENCADREMENT	Vendredi 2/mois	9h30-12h00	Annexe MJC	30 €
	Jeudi 2/mois	14h00 - 16h30 Débutants		
GÉNÉALOGIE	Vendredi 2/mois	9h30-11h30	Orangerie MJC	30 €
GUITARE UKULÉLÉ BASSE	Mercredi	10h00-11h00	Orangerie MJC	250 €
	Vendredi	18h00-19h00 19h00-20h00 20h00-21h00		
	Samedi	9h00-10h00 10h00-11h00 11h00-12h00		
GYM TONIC	Mercredi	19h30-20h30	Grand dojo	130 €
MÉDITATION	Dimanche	9h30-11h30 Suivant Planning	Salle Mandela	A la séance ou au forfait de 7 ou 5 séances
MOSAÏQUE	Mardi 2/mois	19h00 - 21h00	Annexe MJC	Forfait 6 ateliers 100 €
PEINTURE SUR PORCELAINE	Lundi	14h00-17h00	Annexe MJC	45 €
	Lundi 1/mois	9h00-17h00		

MJC Rabastens Couffouleux
2 impasse de Toulza- 81800 Rabastens
09 52 19 61 43 – mjcrabascouf@free.fr

PEINTURE SUR SOIE	Mardi	À partir de 14h	Annexe MJC	30 €
PHOTOGRAPHIE NUMÉRIQUE	Lundi 2/mois	20h15-21h45	Orangerie MJC	30 €
POTERIE	Jeudi	19h00-21h30	Annexe MJC	250 €
QI-GONG	Vendredi	12h30-13h45	Orangerie MJC	250 €
PILATES	Vendredi	10h45-11h45	Salle Hervé de Guerdavid	230 €
SEVILLANA FLAMENCA	Mardi	19h00-20h15 16 ans et +	Orangerie MJC	250 €
THÉÂTRE	Jeudi	19h30-21h30	Salle Mandela	280 €
	Mardi	18h00 -19h15	Salle Mandela	
	Mercredi	10h00-11h15	Orangerie MJC	
Jeudi	10h00-11h15			
YOGA Muriel	Mercredi	18h45-20h00	Salle Mandela	250 €
ZUMBA KUDURO FIT	Mercredi	18h30-20h00	Salle Hervé de Guerdavid	215 €
ROCK'N SWING SALSA BACHATA	Lundi	20h00-21h00	Salle Mandela	170 € par pers. 250 € par couple

Adhésion à la MJC : 18€
Enfants-sans emploi-étudiants : 10 €

