

Conditions :

Carte annuelle d'adhérent obligatoire :

- 20 € pour une personne
- 30 € pour une famille

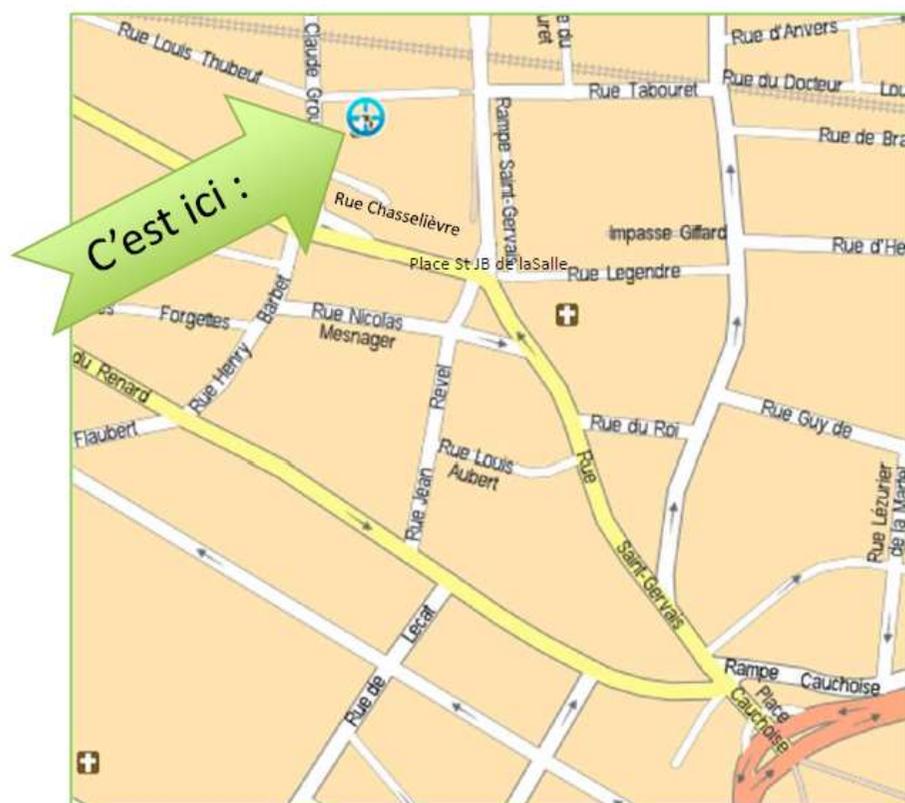
Toute participation à l'activité suppose le paiement préalable de l'adhésion et de la cotisation annuelle (en 1 ou 3 versements).

L'arrêt de l'activité en cours d'année ne pourra donner lieu à un remboursement.

Toute pratique sportive (adulte et enfant) nécessite la remise d'un certificat médical récent

L'association se réserve le droit d'annuler une activité si le nombre minimum de participants n'est pas atteint (les participants seront remboursés).

Pass Jeunes 76 (activités culturelles uniquement), bon Temps Libre, Chèque Vacances acceptés, et possibilité de contrat partenaire jeune sous certaines conditions de ressources (cotisation payée par la mairie).



LA MAISON DES LOISIRS DU QUARTIER SAINT-GERVAIS

Activités pour tous 2021 - 2022

Association Loi 1901



Reprise des activités le **lundi 13 Septembre 2021**

Aucune possibilité de participer à un cours sans inscription préalable.

▶▶▶▶ Envoyez un mail si vous souhaitez vous inscrire

(Permanence le mercredi 25 Août de 15h à 18h30)

Information complémentaire disponible sur notre site :

www.lamaisondesloisirs.fr

Permanence le mercredi de 17h00 à 18h30

1, rue Louis Thubeuf - 76 000 Rouen

tel : 02.35.71.91.09

mail : lamaisondesloisirs@gmail.com



ACTIVITÉS DE 7 À 99 ANS ...

 Cours particuliers tous niveaux, enfants, ados, adultes
15 € la 1/2 heure

Guitare et clarinette

Classique, folk, électrique... ► **Lundi et Mardi**

Flûte traversière dès 6 ans ► **Mardi**

Piano ► Mercredi, Jeudi et Vendredi soir

NOUVEAU ! ► **et Samedi**



Randonnée (8 - 10 km)

► Un dimanche par mois, à **14h**
Gratuit pour tous les adhérents.
Départ depuis la MDL puis
covoiturage.



Club de lecteurs

► Une fois par trimestre.
Gratuit pour tous les adhérents.

ACTIVITES JEUNES

Théâtre Enfant / Ado 180 €/an
CE2 – CM1 – CM2 ► Jeudi 17h00 – 18h30
CM2 – 6^{ème} – 5^{ème} ► Mardi 17h00 – 18h30
À partir de la 4^e ► Mardi 18h30 – 20h



Street Jazz 150 €/an
8 – 11 ans ► Mardi 17h00 – 18h00
+ de 12 ans ► Mardi 18h00 – 19h00



Danse classique 150 €/an
Niveau débutant (6 ans et plus) ► Lundi 17h – 18h
Niveau confirmé ► Lundi 18h – 19h

ACTIVITÉS DU MERCREDI : Matin et Après-midi

150 € pour une activité

Arts plastiques et dessin

9h45 – 10h45 ► 7 – 10 ans **15h30 – 16h30 ► 3 – 4 ans**
10h45 – 11h45 ► 4 – 6 ans **16h30 – 17h30 ► 5 – 7 ans**

DE RETOUR ►

Danse classique

9h45 – 10h45 ► Cours d'éveil 1^{ère} année (4 – 6 ans)
10h45 – 11h45 ► Cours niveau confirmé

Gymnastique

15h30 – 16h30 ► 5 – 7 ans
16h30 – 17h30 ► 3 – 4 ans

ACTIVITES ADULTES



Oenologie 160 € pour 8 séances
► 1 vendredi par mois, 20h15 – 22h15

Atelier peinture (tous niveaux) 240 €/an
► Jeudi 14h30 – 16h30
► Jeudi 18h30 – 20h30



Théâtre 250 €/an ► Mercredi 20h00 – 22h00

Atelier cartonnage et encadrement d'art
200 €/an (petites fournitures comprises) ► Mercredi 17h45 – 20h15



Travaux d'aiguille Tricot, crochet, broderie, couture, ...
150 €/an, fournitures non comprises ► Lundi après-midi



Art Floral 250 € pour 9 séances, fournitures comprises.
Tous niveaux ► Vendredi 18h30 – 20h

Conversation anglaise 150 €/an
Groupe d'une dizaine de personnes ► Lundi 18h00 – 19h00
► Lundi 19h00 – 20h00

Atelier d'écriture créative 80 € pour 10 séances
► Lundi 14h – 16h

ACTIVITÉS SPORTIVES

160 €/an pour 1 heure

Gym douce Lundi 10h00 – 11h00 **ou** Lundi 17h00 – 18h00

Cardio Training Dance Lundi 9h00 – 10h00 **ou** **Jeudi 14h15 – 15h15**
Lundi 18h00 – 19h00

Initiation Hatha Yoga Mercredi 18h30 – 19h30

Initiation Pilates Mercredi 17h30 – 18h30 **ou** Jeudi 17h00 – 18h00

Gym santé **Mercredi 14h30 – 15h30**
Vendredi 14h30 – 15h30

Relaxation stretching Jeudi 18h00 – 19h00

Gym d'entretien Vendredi 10h00 – 11h00 **ou** Vendredi 11h00 – 12h00

Renfo. musculaire / Fitball Lundi 11h00 – 12h00
Lundi 19h00 – 20h00
Lundi 20h00 – 21h00

Renfo. musculaire + stretching Jeudi 19h00 – 20h00
Vendredi 12h15 – 13h15

NOUVEAU ! ►