

Conditions :

Carte annuelle d'adhérent obligatoire :

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

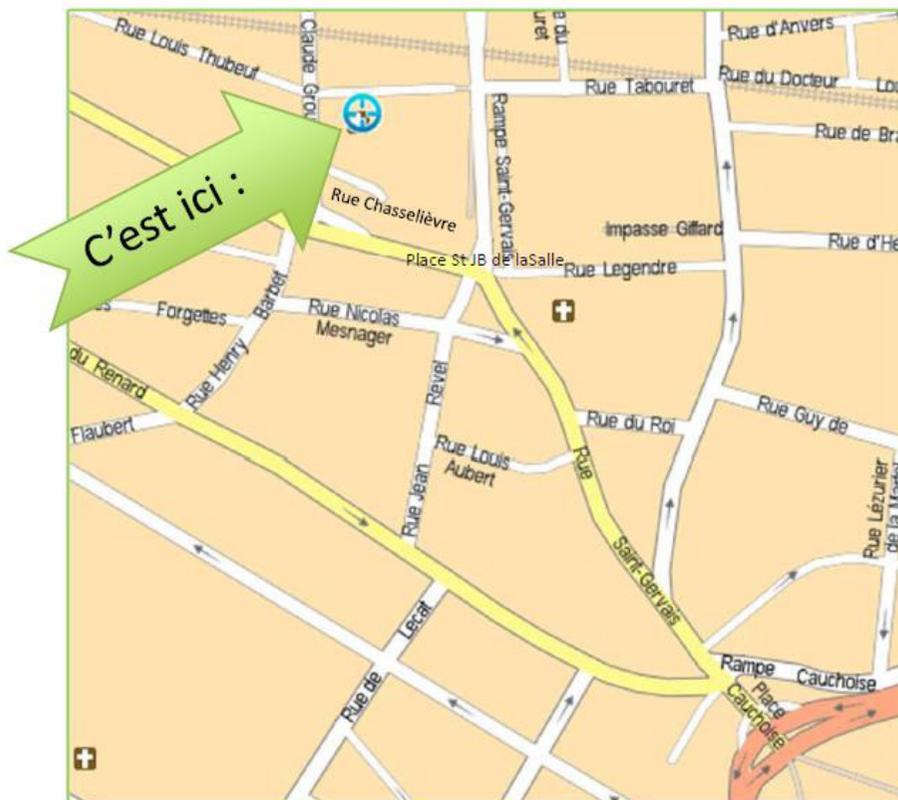
Toute participation à l'activité suppose le paiement préalable de l'adhésion et de la cotisation annuelle (en 1 ou 3 versements).

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 2019- 2020

Association Loi 1901



Inscriptions le **vendredi 13 Septembre 2019 de 16h00 à 20h00**

Reprise des activités le **lundi 16 Septembre 2019.**

Aucune possibilité de participer à un cours sans inscription préalable.

Consultez notre site internet pour toute information complémentaire :

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

Piano ▶ Mercredi, Jeudi soir et Vendredi

Guitare Classique, folk, électrique... ▶ Mardi

Flûte traversière dès 6 ans ▶ Mardi



Randonnée (entre 8 et 10 km)

▶ Un dimanche par mois, à **14h00**
Gratuit pour tous les adhérents.
Départ depuis la MDL puis covoiturage.

1^{ère} rando : **29 Septembre 2019**

NOUVEAU !

ACTIVITES JEUNES

Théâtre Enfant / Ado 160 €/an

CE2 – CM1 ▶ Lundi 17h00 – 18h30
CM2 – 6^{ème} – 5^{ème} ▶ Mardi 17h00 – 18h30
Troupe les Démoniaques ▶ Mardi 18h30 – 20h
Ados ▶ Mercredi 18h30 – 20h00

Street Jazz 150 €/an

8 – 10 ans ▶ Mardi 17h00 – 18h00
11 – 13 ans ▶ Mardi 18h00 – 19h00
+ de 14 ans ▶ Mardi 19h00 – 20h00



Danse classique 150 €/an

Débutant, 7 ans ▶ Vendredi 16h45 – 17h45
Préparatoire, 8 ans ▶ Vendredi 17h45 – 18h45
Élémentaire, à partir de 9 ans ▶ Vendredi 18h45 – 19h45

NOUVEAU !

ACTIVITÉS DU MERCREDI : Matin et Après-midi

150 € pour une activité – 2 activités pour le même enfant : 250 €

Arts plastiques et dessin

9h15 – 10h15 ▶ 4 – 5 ans	13h30 – 14h30 ▶ 8 – 9 ans
10h15 – 11h15 ▶ 6 – 7 ans	14h30 – 15h30 ▶ 6 – 7 ans
11h15 – 12h15 ▶ 8 – 10 ans	15h30 – 16h30 ▶ 4 – 5 ans
	16h30 – 17h30 ▶ 10 ans et plus

Danse classique

9h15 – 10h15 ▶ Cours d'éveil 1^{ère} année (4 – 5 ans)
10h15 – 11h15 ▶ Cours d'éveil 2^{ème} année (5 – 6 ans)
11h15 – 12h15 ▶ Initiation Danse classique (6 ans et +)

Gymnastique

14h30 – 15h30 ▶ 5 ans
15h30 – 16h30 ▶ 6 – 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 210 €/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 18h15 – 19h45

Conversation anglaise 150 €/an

Groupe d'une dizaine de personnes ▶ Lundi 18h00 – 19h00
▶ Lundi 19h00 – 20h00

Chorale 85 €/an ▶ Lundi 19h30 – 21h00

ACTIVITÉS SPORTIVES

150 €/an pour 1 heure, 120 €/an par heure supplémentaire

Gym douce Lundi 9h00 – 10h00 ou Lundi 17h00 – 18h00

NOUVEAU !

Gym + Cardio Lundi 10h00 – 11h00

Gym + Cardio + LIA + Step Lundi 18h00 – 19h00

Renforcement musculaire + stretching

Lundi 19h00 – 20h00
Vendredi 10h00 – 11h00
Jeudi 19h00 – 20h00

Vendredi 12h15 – 13h15

NOUVEAU !

Street Jazz Mardi 19h00 – 20h00

Yoga

Mercredi 18h30 – 19h30
Jeudi 18h00 – 19h00

Initiation Pilates

Mercredi 17h30 – 18h30
Jeudi 17h00 – 18h00

NOUVEAU !

Gym d'entretien senior Vendredi 11h00 – 12h00