



# Horaires Permanence Bureau

Lundi 15h - 18h

---

Mardi 15h - 18h

---

Mercredi 14h - 19h

---

Jeudi 15h - 18h

---

Vendredi 15h - 18h



## Nous contacter



4 rue de l'Horte  
09400 Tarascon-sur-Ariège



05 61 05 16 90  
07 49 02 65 71



contact.mjctarascon@gmail.com



mjctarascon



# Tarascon

## Clubs d'activités Saison 2024-2025

Reprise le 16 septembre

Tarifs & Horaires  
*avec le soutien de :*



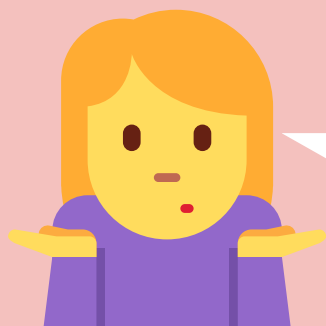
Version numérique :

# Tarifs Adhésion 2024 - 2025

Mineur  
**12€**

Majeur  
**18€**

Asso  
**20€**



## A quoi sert l'adhésion ?

Adhérer à l'association est obligatoire pour participer aux activités, vous permettant d'être assuré en cas d'accident dans vos activités et nous soutient financièrement (matériels, professionnels, assurance...).

Pour plus de détails, rejoignez-nous lors de la prochaine assemblée générale !

## Infos à retenir :

Essayer avant de s'engager ! Vous bénéficiez de 2 séances d'essai pour tous les clubs d'activité de la MJC (excepté calligraphie et associations partenaires).

Les inscriptions se font au bureau de l'association MJC.

Les activités et horaires présentés sont susceptibles d'évoluer en cours de saison. La MJC se réserve le droit d'annuler un club si le nombre de participants est insuffisant.

Possibilité de régler en plusieurs fois.  
N'hésitez pas à prendre contact avec nous.



# Danses

## Lieu & Horaires

## Tarifs

### Tango argentin

Pratique

**Salle Germa**

Jeudi 20h00 - 22h30

**35€ + adh**

### Initiation

5 - 8 ans

**Salle Germa**

Mardi 17h00 - 18h00

**125€ + adh**

### Modern Jazz : Cours

+8 ans Niveau 1\*

Mercredi 14h00 - 15h15

**130€ + adh**

Enf Niveau 2\*

Mercredi 16h45 - 18h15

**140€ + adh**

Ado Niveau 3\*

Vendredi 18h15 - 20h00

**160€ + adh**

Adultes

Mardi 19h30 - 21h15

**160€ + adh**

*\*Groupes de niveau définis par le professeur*

### Modern Jazz : Atelier Création **Salle Germa**

A partir de 12ans

**Nouveau**

Vendredi 20h00 - 21h30

**150€ + adh**

### Classique

+8 ans Niveau 1\*

Mercredi 15h20 - 16h40

**140€ + adh**

Ado-Adultes Niveau 2\*

Mercredi 18h30 - 20h15

**160€ + adh**

*\*Groupes de niveau définis par le professeur*

## Intervenants :

**Tango argentin** - Jacqueline NAVARRO (bénévole)  
& Robert MILAN (bénévole)

**Initiation / Modern Jazz / Classique enfants** - Anaïs MARIN  
& Nelly GUINOT (assistante bénévole)

**Modern Jazz / Classique / Création** - Anaïs MARIN

## Envie de vous engager autrement ?

Que vous soyez parents, adhérents ou bénévoles l'association est à la recherche de gens motivés pour faire vivre localement ses valeurs au travers d'actions événementielles telles que :

- Volonté de mettre en place des animations culturelles dans des moments phares de la ville.
- Organisation de rencontres avec d'autres clubs du département.
- Aide à la mise en place sur ses propres évènements annuels (fête MJC, gala danse, open judo ...)

Si vous souhaitez ouvrir une nouvelle activité, n'hésitez pas à nous contacter !

N'hésitez pas à vous manifester auprès des membres de l'association ou des responsables d'activités, nous serons très heureux de vous compter parmi nous !

.....

### Membres du Bureau / Saison 2023-24

Présidente : Claude ROQUES GONZALEZ

Vice-présidente : Nelly GUINOT

Trésorière : Sandrine FERREIRA

Trésorière adjointe : Jacqueline NAVARRO

Secrétaire : Dominique BOUCHARD

Secrétaire adjointe : Dorine JAREMCZUK



# Arts Créatifs

## Lieu & Horaires

## Tarifs

### Poterie

16 - 18 ans et adultes

### Salle Sepia

Lundi 14h30 - 16h30

110€ + adh

### Calligraphie

Tout public

1 Samedi par mois 14h00 - 18h00

### Salle Bernadac

25€ séance

50€ / trim

135€ + adh

### Atelier Dessin animé

6 - 12 ans

**Nouveau**

Mercredi 17h00 - 18h30

### Salle Bernadac

Adh MJC

+ Tarifs

Animagination

### Atelier Dessin et graphisme

12 - 17 ans

**Nouveau**

Mercredi 15h00 - 16h30

### Salle Bernadac



# Langues

### Anglais

Niveau Intermédiaire

Niveau Débutant

### Salle Bernadac

Lundi 17h15 - 18h45

Mardi 16h00 - 17h30

135€ + adh

135€ + adh

### Espagnol

Niveau Intermédiaire

### Salle Bernadac

Lundi 15h30 - 17h00

135€ + adh

## Intervenants :

**Poterie** - Conception BRAVO (bénévole)

**Calligraphie** - François LEROY

**Dessin animé** - Mariia & Alexei BATOUSSOV

Partenariat Asso Animagination

**Langues** - Catherine LANNOY



# Sports

Soumis au questionnaire de santé

## Lieu & Horaires

## Tarifs

### Zumba

### Gymnase MJC

Kids 6 - 8 ans : Groupe 1\*

Jeudi 18h15 - 19h00

95€ + adh

Kids 9 - 12 ans : Groupe 2\*

Jeudi 19h00 - 19h45

95€ + adh

13 - 18 ans et adultes

Jeudi 20h00 - 21h00

125€ + adh

\*Groupes définis par l'instructeur

### Cross-Training

### Gymnase MJC

+16 ans : Horaire 1

**Nouveau**

Lundi 18h00 - 19h00

50€ / trim

+16 ans : Horaire 2

**Nouveau**

Lundi 19h00 - 20h00

135€ année  
+ adh

### Judo affilié FFJDA

### Dojo Municipal

3,5 - 5 ans

Lundi 17h15 - 18h00

90€ + adh

6 - 9 ans

Mardi 17h15 - 18h15

Jeudi 17h15 - 18h15

95€ + adh

10 - 18 ans et adultes

Mardi 18h15 - 19h15

Jeudi 18h15 - 19h15

125€ + adh

### Taïso

### Dojo Municipal

16 - 18 ans et adultes

Mardi 19h20 - 20h30

125€ + adh

### Capoeira

### Dojo Municipal

16 - 18 ans et adultes

**Nouveau**

Jeudi 20h00 - 21h30

150€ + adh

## Intervenants :

**Zumba** - Mylène FERNANDEZ-ROUAN (bénévole)

**Cross Training** - Robin VANCHERI

**Judo / Taïso** - Marcel BOONAERT (bénévole)

**Capoeira ados / adultes** - Aurélien CAMOZ



# Sports

## Gym. Rythmique RCCFM

Loisirs 1 (nés 2016 à 2018)

Baby (nés 2019 à 2021)

## Lieu & Horaires

### Salle Germa

Samedi 09h00 - 10h15

Samedi 10h15 - 11h15

## Tarifs

**Adh MJC  
+ Tarifs RCCFM**



# Arts du Cirque

## Atelier Cirque

3 - 5 ans

6 - 12 ans

### Salle Germa

Jeudi 17h00 - 18h00

Jeudi 18h15 - 19h45

**125€ + adh**

**135€ + adh**



# Bien-être

## Yoga Chakra

+12 ans et adultes

### Salle Germa

Mardi 18h00 - 19h30

**50€ / trim**

**135€ année  
+ adh**

## Taï Chi Chuan

Adultes

### Gymnase MJC

Mardi 18h15 - 19h45

**Adh MJC  
+ Tarifs Taichi  
Saurat**

## Intervenants :

**GR** - Partenariat RCCFM Montgailhard

**Arts du Cirque** - Aurélien CAMOZ

**Yoga Chakra** - Iain BARRON

**Taïchi Chuan** - Hervé POUVILLON

Partenariat Taïchi Chuan de la Vallée de Saurat