

La Maison des Jeunes et de la Culture des Fleurs est une association 1901, d'éducation populaire, indépendante, ouverte à tous, démocratique, cogérée par les adhérents, les représentants des collectivités locales et le personnel. Elle est agréée par le ministère de la Jeunesse et des Sports. Elle est signataire de la charte de qualité des centres de loisirs de la CAF. Elle contribue à l'équilibre social des individus et forme des générations de citoyens.

SES OBJECTIFS :

- l'accès aux loisirs
- l'accès à la culture
- l'accès aux sports
- Le débat d'idées
- la formation, l'insertion
- la participation des habitants
- le partenariat

SES IDÉES FORTES :

- « Informer les hommes pour vivre en société »
- « Faire débattre des conceptions sociales contradictoires »
- « Permettre la création, pour mieux s'insérer dans l'ordre social »
- « Former aux responsabilités, pour réduire les inégalités sociales »

Elle est présidée par Patrick GOUËL et dirigée par Olivier PELLURE

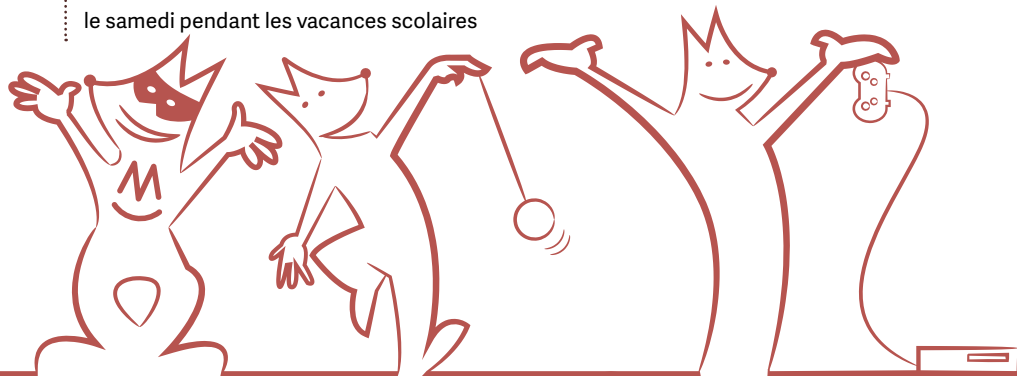
Horaires d'ouverture du secrétariat :
Lundi au Samedi : 9h - 12h et 14h - 18h

Carte d'adhésion MJC obligatoire pour toute activité :
10 € pour les moins de 14 ans
15 € pour les plus de 14 ans

Le Foyer : lieu de vie de la MJC

C'est le lieu de rencontre pour tous les habitants, familles et techniciens d'animations et activités. Lieu d'accueil, ouvert à tous, ses installations offrent un éventail d'activités variées : Salles de réunion, multimédias, tv, cinéma, jeux vidéo, des billards, des baby-foot, bar sans alcool...

Ouvert tous les jours de 9h à 12h et de 14h à 18h30
fermé le dimanche et le samedi pendant les vacances scolaires



BIEN-ÊTRE

Yoga

Le Yoga est un ensemble de techniques basées sur des enchaînements corporels, les postures apportant force, souplesse, maîtrise et détente afin d'éviter les douleurs et problèmes physiques éventuels liés aux mauvais placements. Christine saura vous guider dans ce voyage du corps et de l'esprit, zen, soyons zen...

120€ PAR AN

Heartfulness

C'est une méthode simple de relaxation et de méditation dont la pratique permet de se connecter aux ressources infinies du cœur. La méditation Heartfulness invite à l'introspection, au calme et à la détente et permet de stimuler les sens pour développer des facultés de concentration, d'intuition et de créativité laissant le plein potentiel de chacun s'exprimer.

AMAP Pau Tiron

L'Association pour le Maintien de l'Agriculture Paysanne PAU TIRON s'attache à faire vivre des producteurs locaux et soutenir l'installation de nouveaux producteurs. La distribution hebdomadaire a lieu le lundi de 18h à 19h à la MJC des Fleurs.

Conseil conjugal et familial

Chantal Guillermain propose des entretiens de conseil conjugal et familial aux personnes seules, couples, familles, adolescents, jeunes professionnels, grands-parents traversant des difficultés ou se posant des questions dans les domaines de la vie affective, relationnelle ou éducative. La conseillère offre un lieu confidentiel d'écoute sans jugement et vous aide à : exprimer les émotions (tristesse colère jalousie peur...), rétablir le dialogue dans une relation familiale, amicale ou amoureuse, réfléchir sur le couple et la famille, clarifier une situation, prendre conscience des priorités, prendre des décisions...

Naturopathie

avec Fabienne Sarasza 10€ PAR ATELIER

La naturopathie est une médecine naturelle fondée sur le principe de l'énergie vitale de l'organisme. Naturopathe, Fabienne vous accueille en groupe pour vous faire découvrir comment maintenir votre santé de manière naturelle par le biais d'ateliers à thème (gestion du stress, petits maux de l'hiver, alimentation, respiration...)

LIEN SOCIAL

Un accompagnement vers l'emploi

Développer son réseau, réaliser un CV, une lettre de motivation, préparer son entretien d'embauche ne sont pas des actes faciles et nous vous proposons un soutien dans toutes ces démarches. Au travers de dispositif innovant tel que le Job Social Club visant la mise en réseau des demandeurs d'emploi, il s'agit de décrocher les offres, d'éviter l'isolement des personnes en recherche, et la mise en relation des demandeurs d'emploi avec les entreprises, organismes, associations, etc. Aussi, une permanence sur une demi-journée avec le médiateur emploi permet également d'éclaircir la situation, d'orienter et d'accompagner le demandeur d'emploi vers le professionnel de l'insertion socio-professionnelle le plus pertinent selon la situation énoncée. Des actions et liens privilégiés mis en place avec la Mission Locale et France Travail offrent donc à cet accompagnement un avantage prépondérant dans la mise en relation des personnes en recherche avec les services et les compétences mis à leur disposition.

Ateliers numériques

Ces ateliers sont gratuits et ouverts à tous, animés par STEP, Conseiller numérique France Service. Ils s'adressent à tous ceux qui souhaitent maîtriser leur environnement numérique (ordinateurs, tablettes et smartphones), créer des documents, communiquer ou effectuer des démarches en ligne... mais également à ceux qui souhaitent aller plus loin et se perfectionner : utiliser un tableur (Excel), réaliser un montage photo ou vidéo ou découvrir l'univers des logiciels libres...

15€ PAR AN

Horaires :
Lundi : 9h30 - 10h30
10h45 - 11h45
Mardi : 17h45 - 18h45
18h45 - 19h45
Vendredi : 19h - 20h
Samedi : 10h30 - 11h30

Contact :
Marinette - 06 58 51 28 27
Horaires :
Mardi : 8h - 9h
Samedi : 9h30 - 10h30
Dimanche : 9h - 10h

Inscriptions sur le site :
pautiron.amap-bearn.fr

Sur rendez-vous, contacter Chantal au 06 29 85 24 61
Tarif de 10 à 40 € en fonction des revenus

Contact : 06 47 44 24 70
1 atelier par trimestre
1^{er} atelier de 10h30 à 12h le samedi 12 octobre
Sur inscription 12 pers. maxi

Renseignements MJC des Fleurs
05 59 02 73 27
jobsocialclubdesfleurs@gmail.com

Sur inscription (6 personnes minimum)
Horaires :
Lundi & jeudi : 9h - 12h
contact :
Chloé : 06 03 01 74 12
sroger@step.eco

l'accueil de loisirs

Pour une animation éducative à partir de 6 ans

Notre accueil de loisirs se situe dans la complémentarité structurelle de l'école et de la famille. C'est le projet essentiel de notre MJC. Dans un contexte attrayant avec des horaires et des modalités d'accueil soucieux de respecter les rythmes de vie des enfants, il donne accès à un nombre varié d'activités. Activités périscolaires, manuelles, sportives, artistiques, ludiques, audiovisuelles, etc. Les horaires et les modalités d'accueil de notre accueil de loisirs ont été conçus dans le souci de respecter notre volonté de faire de ce lieu un endroit ouvert, où chacun, enfant, adulte, peut se rencontrer et construire ensemble un espace de vie, un lieu social autour de règles, de projets, d'animations globales pour un apprentissage réussi de la vie en groupe. Dans le but de proposer une continuité de service, nous organisons un service de ramassage en bus et à pied pour les enfants inscrits à notre Accueil de Loisirs et fréquentant les écoles Nandina Park, Lapuyade et les Fleurs. Ce ramassage démarrera le **mercredi 11 septembre** et concernera uniquement les enfants dont les parents auront fait la demande au secrétariat de la MJC. **Pour Nandina Park et Lapuyade :** navette en bus de l'école après la cantine jusqu'à la MJC des Fleurs. **Pour L'École des Fleurs :** Pédibus de l'école après la cantine jusqu'à la MJC des Fleurs.

Vacances scolaires de l'ALSH 2024/25

Toussaint :
Du lundi 21 octobre au jeudi 31 Oct.
Noël :
Du lundi 23 déc. au vend. 03 jan. 2025
Hiver :
Du lundi 24 fév. au vend. 07 mars 2025
Printemps :
Du lundi 21 avril au vend. 03 mai 2025
Été :
Du lundi 07 juillet au 14 août 2025

Tarif Carte MJC pour les enfants de moins de 14 ans 10 € par enfant

Tarifs annuels de l'ALSH

125 € : 1 enfant
170 € : 2 enfants
195 € : + de 2 enfants
Accueil Cantine :
25 € : par an par enfant



le Secteur Jeunes

Convivialité - Tolérance - Solidarité - Sociabilité - Responsabilité

La Jeunesse en Action : un potentiel à exploiter et une richesse pour la collectivité. Notre action vise à favoriser la reconnaissance de la jeunesse dans ses capacités, ses potentialités et sa dynamique positive. **L'éducation à la citoyenneté est un moyen de plus en plus important pour enseigner aux citoyens leurs droits et leurs responsabilités par l'exercice d'une citoyenneté réelle.** Nous œuvrons pour que le jeune soit utilisateur de son environnement, de la ville. **Eduquer le citoyen par la pratique de la vie collective et démocratique.** Notre action vise à favoriser la co-gestion du lieu entre les jeunes et l'équipe d'animation. La proposition d'activités culturelles, artistiques, physiques, sportives et de pleine nature permettent d'améliorer le vivre ensemble (ouverture culturelle, sensibilité artistique, charte de l'esprit sportif, jeux coopératifs...)

Horaires de l'accueil du secteur jeunes

Mardi : 14h - 18h30
Mercredi : 14h - 18h30
Jeudi : 14h - 18h30
Vendredi : 14h - 23h
Samedi : 14h - 23h

Vacances scolaires :

Lundi au vendredi : 8h00 - 12h
13h30 - 18h30

Tarif de la carte jeune foyer :

35€ PAR AN

HORAIRE D'OUVERTURE DE L'ALSH

Périscolaire :

• Lundi, Mardi, jeudi et vendredi : 16h - 18h30

Mercredi :

• **JOURNÉE CONTINUE**
Arrivée entre 8h00 et 9h30 avec accueil cantine
Départ entre 17h et 18h30
• **APRÈS- MIDI**
Arrivée entre 13h30 et 14h30
Départ entre 17h et 18h30

Vacances scolaires (du lundi au vendredi)

• **JOURNÉE CONTINUE**
Arrivée entre 7h30 et 10h avec accueil cantine
Départ entre 17h et 18h30
• **APRÈS- MIDI**
Arrivée entre 13h30 et 14h30
Départ entre 17h et 18h30

Samedi

9h - 12h
13h30 - 18h30
Arrivée entre 13h30 et 14h30
Départ entre 17h et 18h

© 2024 Nymzo - MJC des Fleurs



MJC des Fleurs
Pau Saragosse

19 bis avenue de Buros
64000 PAU
Tél 05 59 02 73 27
mjcdesfleurs@cegetel.net
www.mjcdesfleurs.com

2024 25

SPORTS

Gymnastique d'entretien

Une gym plus tonique, pour ceux qui sont plutôt du soir, à base d'étiements, d'enchaînements, abdos - fessiers, idéale pour garder la forme et la santé, proposée chaque semaine par Jacqueline. Prévoir un tapis de sol.

Gymnastique mixte

Une gym douce, mais dynamique, emmenée par Sonia et Béryl, pour réveiller et renforcer toutes les parties du corps, dans une ambiance sympathique et chaleureuse. Au programme : travail des articulations, tonification musculaire, étirements, coordination et mémorisation...

Pilates (avec N'Danza)

La méthode PILATES est une gymnastique douce qui allie une respiration profonde avec des exercices physiques visant au renforcement des muscles profonds responsables de la posture et du bon équilibre du corps.

Step débutants

Sonia propose une séance de step débutant dans une ambiance de danse latine. Au programme : cardio, chorégraphie, renforcement musculaire et abdos pour garder la forme. Prévoir serviette, bouteille d'eau et tenue confortable.

Gym souplesse / Stretching (avec N'Danza)

Cette gymnastique permet d'étirer les muscles, de relâcher les tensions du corps et d'entretenir sa mobilité articulaire. Essentielle pour retrouver sa souplesse et se relaxer !

Musculation

Sous l'égide de Charlie, à votre écoute pour vous réaliser un programme personnalisé pour vos entraînements, la salle de musculation est ouverte toute l'année.

Gym Cardio / Insanity

Charly propose des cours de gymnastique intensive basée sur l'endurance et l'effort de haute intensité

Aquagym

Un créneau d'une heure est mis à la disposition des adhérents durant laquelle Karl, professeur d'aquagym dispense ses cours.

Boxe Éducative Kick-Boxing

Éric, boxeur aux multiples titres, enseigne la boxe pieds/poings (kick-boxing, boxe française, boxe américaine). Plus qu'un sport, c'est un véritable art de vivre, ouvert à tous, filles et garçons à partir de 16 ans. Au gymnase de l'école des fleurs.

Capoeira (avec Jogadores des Pyrénées)

De 6 à 77 ans. La Capoeira c'est l'expression d'une culture. Reflet de la liberté et du courage elle est une véritable institution au Brésil au même titre que la samba et le football. À la fois danse, lutte et jeu, c'est un formidable moyen d'expression tant pour sa richesse culturelle que pour sa rigueur physique.

Volleyball

Depuis plus de 40 ans, les éducateurs diplômés de la section volley-ball forment et encadrent des joueurs de 6 ans aux séniors (compétition ou loisir) dans chaque catégorie, nationale, régionale, départementale.

Cheerleading (avec Snake Cheer All Star)

Le cheerleading est un sport d'équipe originaire des États-Unis. Cette discipline mixte est composée de pyramides humaines, sauts, portés, tumbling et danse. À partir de 5 ans. Le prix de la cotisation inclut la cotisation à la MJC des Fleurs ainsi que le t-shirt du club.

Montagne

Emmenés par l'inénarrable Jean Charles et des bénévoles, nos joyeux montagnards arpentent nos belles Pyrénées en toutes saisons. **Balades - Randonnées** : d'octobre aux premières neiges, et après la saison de ski jusqu'à fin juin. **Ski de fond et Raquettes** : pendant la période hivernale.

DANSES

Danse Hip Hop

Précurseur dans le mouvement hip-hop patois, notre MJC propose des cours de danse pour tous, organisés en fonction de l'âge et du niveau, l'occasion de venir chaque semaine apprendre auprès de Cigalie les pas des différents styles de danse hip-hop et avant tout pour le plaisir de bouger. (Présence obligatoire aux 2 cours sauf pour Niveau 2 - 1h30/semaine)

Breakdance

Rodolphe vous initiera à ce style de danse développé à New York dans les années 1970, caractérisé par son aspect acrobatique et ses figures au sol. Le danseur effectue des figures au sol qui mettent en avant soit sa vitesse d'exécution, soit sa force physique, soit sa créativité à enchaîner de manière originale plusieurs figures. À partir de 8 ans. (Présence obligatoire aux 2 cours)

Claquettes

La Swingin' Compagnie, avec Edwige Larralde, Championne du monde de claquettes en 2013, chorégraphe pour Disneyland Paris et danseuse professionnelle au Théâtre National de Chaillot, au Théâtre du Châtelet (4th Street), sur la comédie musicale Dirty Dancing, dans la Martin's Tap Dance Company... Elle t'emmène avec enthousiasme dans son univers mêlant danse, technique, rythme et musicalité. À tes chaussures ! (Présence obligatoire aux 2 cours)

Salsa - Kizomba Batchata (avec Siembra)

L'association SIEMBRA, dévouée au développement et à la promotion de la culture latino-américaine, propose des cours tous âges et tous niveaux, emmenés par une équipe de professeurs dynamiques et pédagogues, avec un vaste choix dans les horaires de cours et aussi l'organisation tout au long de l'année de stages et de soirées. De quoi laisser entrer un peu de soleil latino dans nos vies !

Boogie rock - Lyndi hop - Solo Swing

Dynamique, joyeuse, osée, fantaisiste, tonique... la liste est bien longue lorsqu'il s'agit de caractériser la danse Rock et Swing ! Caroline vous emmène dans ce monde vintage à la culture musicale particulièrement riche, et ceci à travers le partage de danses de couple et de routines expressives. Rock'n'roll, Boogie, Lindy-hop, Charleston ou Stroll, ces danses qui ont toutes pris naissance au cœur de la vieille Amérique vont vite devenir une passion commune !

Reprise le 2 septembre
Renseignements :
www.mjcfleursvolley.com
mjcfleursvolley@gmail.com

Horaires à définir
Tiny : 1x/sem. Samedi
Mini : 2x/sem. Mercredi & Samedi
Cadet : 2x/sem. Jeudi et Samedi
Junior : 2x/sem. Lundi & Vendredi
Séniors : 2x/sem. Lundi & Jeudi
Contact & Renseignements : Léa :
snakecheerallstar@gmail.com
Réseaux sociaux "snake cheer all star"

Horaires :
Les vendredis : 8h - 17h

Horaires
Débutant initiation :
Jeudi : 17h30 - 18h30
Moyen 1 :
Samedi : 13h30 - 15h
Moyen 2 :
Jeudi : 18h30h - 20h
Supérieur :
Jeudi : 20h - 21h
Samedi : 12h30 - 13h30

Horaires
Lundi : **Débutants** (+10 ans) 17h - 18h
Confirmés 18h - 19h
Mercredi : **Débutants** 17h - 18h
Confirmés 18h - 19h

Horaires
Lundi :
Enfants : 17h45 - 18h30
Inter. avancés : 18h30 - 19h30
Débutants : 19h30 - 20h30

Horaires : se renseigner à la MJC et sur www.siembra.fr ou 05 59 02 39 06 / 06 12 73 63 40

Portes ouvertes lundi 09 sept 2024
Reprise des cours le 16 septembre

Boogie rock déb. : Lundi 20h15 - 21h15
Boogie Rock av. : Mardi 20h15 - 21h15
Solo swing : Mercredi 19h15 - 20h15
Lindy Hop déb. : Lundi 21h15 - 22h15
Lindy Hop av. : Mardi 21h15 - 22h15

Contact : Caroline 07 88 95 11 55 ou MJC des fleurs

Danse Bollywood

Payal vous fera voyager tout en vous faisant découvrir son grand répertoire de danses indiennes. Les cours sont très agréables à suivre, rythmés et s'adressent à tous les âges tout en se faisant plaisir. Le mouvement de base de cette danse est votre sourire, c'est également un excellent moyen d'améliorer votre forme physique. Les danseurs sont formés par une professeure d'origine indienne, Juanita Hascoët qui transmet sa passion avec beaucoup de générosité. Cette danse est un concentré de bonne humeur !

Danse Polynésienne N'Danza

Danse tahitienne ('Ori Tahiti) et hawaïenne (Hula), ces danses dans leur version féminine allient diverses techniques permettant d'améliorer sa souplesse, son équilibre, sa coordination et sa résistance à l'effort. Un bon moyen de se bouger en conciliant tous les bienfaits du sport et plaisirs de ces danses sur des musiques traditionnelles ou modernes.

Reggaeton Groupe Spectacle N'Danza

Animé par Calypso. Le reggaeton est une danse et un style musical urbain enrichi de mouvements féminins. Discipline résolument énergique sur des sonorités latino, hip-hop et jamaïcaines (ragga, dancehall). (Prérequis : avoir minimum 3 ans d'expérience en danses urbaines).

Commercial Dance N'Danza

Animé par Calypso. La danse commerciale est issue d'un mélange de plusieurs autres styles de danse, tel que le jazz, la danse de rue, la danse moderne et le hip-hop. Il s'agit d'une combinaison d'expression de soi, d'énergie et de performance, tout en affichant une confiance et une certaine attitude.

Danse Afro-contemporaine

Manuela vous propose une autre facette de la danse africaine accompagnée de musiciens percussionnistes où se côtoient l'énergie de la danse traditionnelle et le lâché prise d'une danse résolument moderne. Gai et ludique ce cours offre un champ chorégraphique riche. Ouvert à tous, débutants et initiés, à partir de 14 ans.

Danse Classique & Jazz

Tous les mercredis petits (et grands) sortent tutus et ballerines pour s'exercer aux différents mouvements de la danse classique et de la danse jazz, sous la houlette de Jacqueline.

Dancehall

Animé par Calypso. Le dancehall est représenté par un style de musique et une culture à part entière. Cette danse originaire de la Jamaïque est née à partir de la musique regga, un style de reggae caractérisé par une mélodie répétitive, festif et un rythme rapide. Au fil des ans, son utilisation a gagné en popularité et le dancehall devient un style de musique à part entière, qui est maintenant écouté et dansé à travers le monde.

Danse africaine

Animés par Anna, les cours de danse africaine d'inspiration d'Afrique de l'Ouest sont dynamiques. Ils mêlent les techniques de danse africaine à l'expression du corps et des mouvements instinctifs. Ancrage au sol, vitalité et lâcher-prise en se faisant plaisir. Cours riches culturellement et humainement où l'on transmet une passion avec générosité et bonne humeur.

Horaires :
Enfants-ados :
Mercredi : 14h - 15h & 15h - 16h
Adultes :
Samedi : 16h - 17h
Lundi : 18h - 19h
Contact : Juanita 06 77 80 81 23

Horaires :
Mercredi :
Enfants : 17h15 - 18h
Intermédiaires N2 : 18h30 - 20h
Mardi :
Tous niveaux : 18h30 - 20h

Horaires
Vendredi :
ados : 18h - 19h
adultes : 20h10 - 21h10

Horaires
Lundi :
17h - 18h Kids 7-9 ans
18h - 19h Adulte débutant
Mercredi :
20h10 - 21h10 débutant évolutif & Intermédiaire adulte

Horaires
Vendredi : 19h - 20h30
1^{er} cours d'essai le vend. 15 septembre
Contact : 06 76 29 71 06

Horaires : Mercredi :
Éveil Clas. & Jazz (4-5 ans) : 14h - 15h
Classique (6-9 ans) : 15h - 16h
Jazz (6-9 ans) : 16h - 17h
Jazz (10-15 ans) : 17h - 18h
Contact : 06 46 37 93 01

Horaires
Vendredi : à partir de 19h05

Horaires :
Stage mensuel les dimanches de 14h - 17h
Adultes & ados à partir de 13 ans
Contact : Juanita 06 77 80 81 23

Danse orientale

Venez découvrir l'Orient à travers une danse à la fois élégante et rythmée. Une activité pleine de bienfaits, pour se retrouver avec son corps tout en s'amusant.

Tango Argentin

Valdi Guevara est né à Buenos Aires en Argentine, danseur professionnel, chorégraphe et professeur de Tango argentin de renommée internationale. Les cours vous permettront d'appréhender des techniques simples pour trouver rapidement le plaisir de danser le Tango argentin. Pour les danseurs et danseuses plus avancés, vous pouvez trouver un guide pour développer votre style, votre créativité, votre musicalité ou renforcer votre technique.

MUSIQUE

Guitare, guitare flamenca et Ukulélé

À partir de 18h par petits groupes de niveaux pour adultes. Guitare : étude des techniques de base, arpèges, trémolo... Guitare flamenca : apprentissage technique main droite. Étude des différents styles et découverte de l'accompagnement. Ukulélé : étude des positions d'accords...

Chant Africain

Arpèges Fleuris

Composée d'une trentaine de participants de tous horizons, sous la direction d'un chef de chœur, la chorale de la MJC des Fleurs vous invite à vous exprimer au travers d'un répertoire riche et varié.

Chorale Gospel Évidence

Vous voulez chanter et vous aimez le Gospel, alors venez rejoindre la chorale Gospel Évidence. Ouvert à tous quel que soit le niveau, il n'y a pas de casting et de niveau vocal et musical demandé. Votre motivation suffit. Programme de chants negro spiritual et gospel traditionnel et moderne.

Atelier Chant Espagnol

L'atelier de Marie dure entre 3 et 4h, un à deux dimanches par mois, quel que soit votre âge et niveau. Exercices de vocalises, de posture, de présence scénique, de relaxation..., pour ensuite CHANTER en espagnol (sevillana, tangos, rumbas, boleros fandangos de Huelva, America Latina..) accompagnés à la guitare par Serge.

Horaires :
Lundi :
Ados +12ans : 19h05 - 20h05
Adultes déb. : 20h10 - 21h10
Vendredi : 19h05 - 20h05
Adultes débutants
Contact : Juanita 06 77 80 81 23

Horaires :
Jeudis :
Débutants : 21h - 22h
Inter. et avancés : 22h - 23h
Vendredi :
Débutants : 21h - 22h
Cours de Milonga tous niveaux : 22h - 23h
(à partir de 14 ans)
Étudiant 50% de remise
Contact :
Valdi Guevara : 06 04 44 17 96
www.valditango.com

Horaires
Enfant à partir de 7 ans
Mercredi : Après-Midi
Réunion information le vendredi 6 sept. à 18h30
Reprise le 09 septembre
Contact : Serge : 06 52 98 60 05

Horaires :
Jeudi : 21h - 23h
Infos : M. Bahtily Papa Yoco
06 46 01 70 80

Horaires
Mardi : 14h - 15h30

Horaires :
Mardi : 19h45 - 21h15 Salle 1
Contact :
06 13 80 77 56

Horaires :
1 Dimanche par mois :
14h - 17h Salle 1
1^{er} atelier gratuit
Contactez Marie : 06 13 91 04 35