



## Programme 2022 / 2023 de la MJC de Bédoin

Inscriptions à partir du jeudi 25 août  
Reprise des activités le lundi 5 septembre

# EDITO - SOMMAIRE

## Sommaire

## EDITO

SPORT / BIEN-ÊTRE .....	Page 3
Self défense .....	Page 3
Méditation Taichi .....	Page 3
Yoga .....	Page 3
Taekwondo .....	Page 4
G.R.S. ....	Page 4
Gymnastique .....	Page 5
Danse / Pilates .....	Page 6
CULTURE / ÉDUCATION / MUSIQUE	Page 7
Langues .....	Page 7
Aide aux devoirs .....	Page 7
Théâtre .....	Page 7
Éveil musical .....	Page 8
Guitare .....	Page 8
Astrologie .....	Page 8
CRÉATION / LOISIRS .....	Page 9
Peinture .....	Page 9
Peinture partagée .....	Page 9
Atelier BD .....	Page 9
Dessin (enfants) .....	Page 9
Dessin (adultes) .....	Page 10
Dessin académique .....	Page 10
Modelage Poterie .....	Page 10
Arts plastiques .....	Page 11
Cinéma d'animation .....	Page 11
Couture .....	Page 11
Composition florale .....	Page 11
INFORMATIONS PRATIQUES .....	Page 12
Conditions tarifaires .....	Page 12
Adhésions .....	Page 12



La saison 2021/2022 s'est avérée chaotique pour des raisons sanitaires.

Nous espérons repartir sur de bonnes bases au mois de septembre et vous retrouver enthousiastes de reprendre vos activités.

Vous pourrez vous renseigner et vous inscrire à partir du 25 août au secrétariat les mardis, mercredis et jeudis de 17h à 19h.

Une permanence sera également assurée tous les mercredis du 7 au 28 septembre de 10h à 12h.

Pour tous renseignements, contacter Sophie, notre secrétaire, au 04 90 65 95 66.

Nous vous souhaitons une très belle année avec toute notre équipe.

*Joëlle Deleuil, Présidente de la MJC*

*Venez nous rencontrer sur notre stand lors de la Fête des associations du 2 septembre de 16h30 à 19h30 sur la place de la République.*

Gratuit - Ne peut pas être vendu - Tiré à 750 exemplaires  
Directrice de la Publication : Joëlle Deleuil

*Le CA de la MJC fait appel aux bénévoles pour de nouvelles idées. Toutes les bonnes volontés seront les bienvenues.*

*Le bénévolat est un moyen de partager et d'échanger autour d'activités, de passions et de valeurs communes.*

*Devenir bénévole, c'est participer à la vie de l'association, c'est faire avancer le projet de la MJC, c'est s'investir dans la vie de la commune et du territoire, c'est donner un peu de soi.*

*Pour nous rejoindre, pas besoin d'expérience particulière, mais juste l'envie de partager, d'échanger des idées, de préparer des projets, de participer à la vie de notre structure, de faire partie du conseil d'administration et de réfléchir aux orientations à prendre.*

*C'est grâce aux bénévoles que la MJC existe. Venez un peu, beaucoup, passionnément donner de votre temps en fonction de vos envies et de vos disponibilités.*

*Nous sommes peu nombreux et nous avons besoin de vous pour que la MJC vive.*

*Nous vous attendons.*

*Merci.*

*Joëlle Deleuil, Présidente de la MJC*

## ◆ Self défense

Salle des sports (chemin Vallat de Pommet)

Proposé par Christophe Cascales

<b>Mercredi</b>	<b>Enfants (7 à 12 ans)</b>	<b>189€</b>	<b>10h30 - 11h30</b>
-----------------	-----------------------------	-------------	----------------------

Prévoir la licence en plus (35 €).

En plus d'apprendre des attitudes et des actes réflexes pour sa propre défense, votre enfant, grâce à ces cours, va pouvoir développer sa confiance en soi ainsi que des capacités motrices et cardiovasculaires.

Nous aborderons au cours de l'année différents thèmes, comme par exemple le harcèlement, et quelles sont les attitudes à adopter face à cela.

<b>Mardi</b>	<b>Ados / Adultes</b>	<b>222€</b>	<b>19h30 - 21h00</b>
--------------	-----------------------	-------------	----------------------

Prévoir la licence en plus (35 €).

Diplômé en sports de contact, formateur au sein des Forces Armées et des entreprises civiles, je vous propose différentes pratiques de Self défense (Sma, Kapap...) qui s'adaptent à tous : enfants, ados, femmes et hommes. Ces pratiques s'appuyant sur une expérience du terrain, vous aideront à prendre confiance en vous.

## ◆ Méditation Taïchi

Salle du Conte Lu

Proposé par Élisabeth Larson de Tavernier

<b>Mercredi</b>	<b>Adultes confirmés</b>	<b>210€</b>	<b>18h30 - 20h00</b>
-----------------	--------------------------	-------------	----------------------

<b>Jeudi</b>	<b>Adultes débutants</b>	<b>210€</b>	<b>16h45 - 18h15</b>
--------------	--------------------------	-------------	----------------------

Vous apprendrez des techniques de respiration et de méditation, ainsi que des mouvements lents et circulaires qui favorisent l'énergie vitale : « le chi », et qui nous apportent le calme d'esprit, la joie, la relaxation et la souplesse.

## ◆ Yoga

Salle de danse

Proposé par Céline Thieffine

<b>Mardi</b>	<b>Ados / Adultes</b>	<b>210€</b>	<b>15h00 - 16h00</b>
--------------	-----------------------	-------------	----------------------

<b>Mercredi</b>	<b>Ados / Adultes</b>	<b>210€</b>	<b>20h15 - 21h15</b>
-----------------	-----------------------	-------------	----------------------

Le yoga est une discipline millénaire qui allie la pratique de postures et de techniques de respiration.

La conscience portée aux gestes et au souffle apporte la détente, le calme intérieur, un bien être physique et psychique durable.

## ◆ Taekwondo

*Proposé par Lahfid Massali*

Salle des sports (chemin Vallat de Pommet)

Vendredi	Enfants (5/12 ans)	189€	17h00 - 18h00
Vendredi	Ados (13/18 ans)	210€	18h00 - 19h15
Vendredi	Adultes	222€	19h15 - 20h30

Prévoir la licence en plus (35 €).

Cet art martial coréen peut être pratiqué dès l'âge de 5 ans. Cette discipline développe les facultés motrices de l'enfant. Elle le stimule et lui permet de prendre confiance en lui.

## ◆ Gymnastique Rythmique et Sportive

*Proposé par Charlotte Dubois*

Salle des sports (chemin Vallat de Pommet)

Mercredi	Enfants / Ados (débutantes)	189€	13h30 - 15h00
Mercredi	Enfants / Ados	210€	15h00 - 16h30
Mercredi	Enfants / Ados (confirmées)	210€	16h30 - 18h00

Âge minimum : 6 ans.

Prévoir 25€ en plus pour le costume des spectacles.

Cette discipline sportive permet de développer de grandes qualités.

Pratiquer, Participer, Partager sont les trois « P » qui apporteront plaisir et émotions à toute gymnaste qui pratiquera la GRS.

## ◆ Gymnastique

### Gym douce

Salle des sports (chemin Vallat de Pommet)

Proposé par Angélique Moreno

Jeudi	Ados / Adultes	189€	10h00 - 11h00
-------	----------------	------	---------------

Reprise des cours le jeudi 8 septembre 2022.

Basée sur une pratique hebdomadaire, elle permet simplement de se maintenir en forme ou de se détendre. Elle s'adresse à tous quels que soient l'âge et la condition physique. Elle libère les tensions, renforce la force musculaire et corrige les mauvaises postures. Le travail sur la respiration est fondamental ; il consiste à apprendre à « se laisser respirer ».

### Fitness

Salle de danse

Proposé par Magali Élouet (titulaire du Brevet d'État)

Lundi	1h30 partagée en cardio avec step/ zumba/circuit training et le renforcement abdos/fessiers	210€	19h15 - 20h45
Mardi	Abdos/fessiers/renfo. complet	210€	10h30 - 12h00
Jeudi	Cardio léger/abdos/fessiers/renfo. complet	210€	10h30 - 12h00

Public : ados et adultes mixte.

Matériel : petits et gros ballons, élastique, bandes lestées, steps.

Prise de conscience du périnée.

Le programme fitness est complet : du cardio fun le lundi soir avec soit du step, soit de l'aérodance, soit des baguettes, avec en 2<sup>ème</sup> partie du renfo, les mardis et jeudis le renforcement musculaire général avec petits et gros ballons, élastiques, bâtons, haltères, baguettes, un peu de cardio léger et des étirements.

### Assouplissements - Stretching - Pilates

Salle de danse

Proposé par Angélique Moreno

Mercredi	Ados / Adultes	189€	18h00 - 19h00
Mercredi	Ados / Adultes	189€	19h00 - 20h00

Cette pratique corporelle est destinée à développer la flexibilité et la souplesse corporelle. Les exercices améliorent la posture et permettent d'avoir des muscles plus longs et plus fins. Si vous passez beaucoup de temps à conduire, assis(e) ou courbé(e) devant un ordinateur, ils vous feront beaucoup de bien. La souplesse est quelque chose qui se travaille au fil du temps.

## Pilates

Proposé par Angélique Moreno

Salle des sports (chemin Vallat de Pommet)

Jeudi	Pilates	189€	11h00 - 12h00
Jeudi	Assouplissement /Pilates	189€	14h00 - 15h00

La méthode Pilates en référence à son inventeur Joseph H. Pilates a pour objectif principal de développer la force centrale : abdominaux (muscles stabilisateurs), fessiers et muscles profonds. Cette méthode privilégie un placement corporel très précis. Chaque exercice s'effectue soigneusement en mettant l'accent sur la respiration (respiration latérale) ainsi que sur la qualité de l'exécution (exécution lente avec maîtrise absolue).

## TARIFS GYM.

1 séance / semaine : 189€ pour 1 heure et 210€ pour 1h30

Forfait 2 heures : 275€ - Forfait 2 heures 1/2 : 325€

Forfait 3 heures : 375€ - Forfait 3 heures 1/2 : 425€ - Forfait 4 heures : 475€

## ◆ Danse

Salle de danse

Proposé par Mailys Bériot

### Éveil à la danse

Mercredi	4/5 ans (éveil)	171€	16h00 - 17h00
Jeudi	6/7 ans (initiation)	171€	17h00 - 18h00

### Modern'jazz

Mercredi	8/9 ans	171€	14h00 - 15h00
Mercredi	10/11 ans	171€	15h00 - 16h00
Jeudi	12/14 ans	195€	18h00 - 19h00
Jeudi	Adultes	204€	20h00 - 21h00

Prévoir en plus pour le costume du spectacle 25€.

### Danse cabaret

Jeudi	+ 15 ans	204€	19h00 - 20h00
-------	----------	------	---------------

Prévoir des chaussures à talons de danse.

Il est primordial pour moi que mes élèves déposent leurs problèmes devant la porte de la salle de danse et viennent s'exprimer librement, se lâcher sans aucune peur d'être jugés. La danse est une échappatoire, mais aussi une façon d'exprimer tout ce que les mots ne peuvent pas dire... Pour tous, elle permet de se découvrir, d'apprendre à faire partie d'un groupe, et de construire un projet commun avec rigueur et passion. À partir de 4 ans.

UN CERTIFICAT MÉDICAL DATÉ DE MOINS DE DEUX ANS EST OBLIGATOIRE POUR LA PRATIQUE DES SPORTS ET DANSES AU SEIN DE LA MJC.

## ◆ Langues

### Anglais

Salle de musique 2

Proposé par Élisabeth Larson de Tavernier

Jeudi	Débutants/Confirmés	210€	18h30 - 20h00
-------	---------------------	------	---------------

En anglais avec Elisabeth, vous apprendrez à parler et à discuter, ainsi qu'à améliorer les bases de grammaire, la prononciation et le vocabulaire.

Pour les personnes plus avancées, conversation sur des sujets différents. Vous apprendrez à être à l'aise en public.

### Italien

Salle de musique 1

Proposé par Tatiana Guerri Faure

Lundi	Débutants	210€	14h00 - 15h00
Lundi	Intermédiaires	210€	15h00 - 16h00
Lundi	Conversation	210€	16h00 - 17h00

L'italien ne se parle pas qu'avec les mains ! Il se chante aussi, et surtout il s'apprend !

Les cours prévoient différents niveaux. Vous y apprendrez les règles grammaticales, la prononciation à l'aide de lectures et vous partagerez l'écoute de conversations et de chansons. Pour ceux qui veulent perfectionner la maîtrise de la langue orale, une séance de conversation est prévue.

## ◆ Aide aux devoirs

École primaire

Proposé par Catherine Delahaye

**Séances gratuites - Carte d'adhésion obligatoire.**

Jours à définir avec les bénévoles.

Inscriptions dans la salle de la cantine durant la deuxième quinzaine de septembre.

Nous recherchons des bénévoles pour l'organisation de l'Aide aux devoirs.

Merci de s'adresser au secrétariat de la MJC.

## ◆ Théâtre

Auditorium

Proposé par Geneviève Glisère

Mardi	Enfants 8 / 10 ans	174€	17h00 - 18h30
Mardi	Ados	195€	18h30 - 20h00
Mardi	Adultes (6 minimum)	261€	20h30 - 22h00

La voix, le son, le rythme, le jeu, le mouvement qui mène à la danse, le rire, la spontanéité, l'improvisation, mais aussi : l'écoute, le respect, la respiration, l'apprentissage de soi-même et de la confiance dans ses partenaires de scène, la présence, l'audace, l'articulation, les techniques de mémorisation et encore : le grimage, le maquillage, l'élaboration de costumes et de décors, l'écriture, la lecture, le chant, c'est tout cela le théâtre et plus encore.

Bienvenue à ceux qui oseront venir s'initier ou prolonger leur première expérience.

# CULTURE / EDUCATION / MUSIQUE

## ◆ **Éveil musical**

Salle de musique 2

*Proposé par Frank Moulette*

<b>Mercredi</b>	<b>Enfants de 2 ans <sup>1/2</sup> à 4 ans <sup>1/2</sup></b>	<b>120€</b>	<b>17h00 - 17h45</b>
<b>Mercredi</b>	<b>Enfants de 5 ans à 6 ans <sup>1/2</sup></b>	<b>129€</b>	<b>17h45 - 18h30</b>

Les rythmes sont des noms d'animaux que l'on reproduit en marchant, en chantant, avec des instruments.

Une première approche de la musique en s'amusant.

## ◆ **Guitare**

Salle de musique 2

*Proposé par Frank Moulette*

<b>Mercredi</b>	<b>Enfants à partir de 6 ans</b>	<b>165€</b>	<b>20 minutes</b>
<b>Mercredi</b>	<b>Enfants confirmés</b>	<b>440€</b>	<b>30 minutes</b>
<b>Mercredi</b>	<b>Adultes</b>	<b>500€</b>	<b>30 minutes</b>

Cours particuliers.

Se faire plaisir, jouer des chansons qui vous tiennent à cœur, pour les plus grands : du classique, du jazz, du rock, avec ou sans solfège en gardant une rigueur d'apprentissage d'un instrument, dans la bonne humeur.

## ◆ **Initiation a l'astrologie**

Salle de musique 1

*Proposé par Annick Brunel*

<b>2<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> lundi du mois</b>	<b>189€</b>	<b>17h00 - 19h00</b>
---	-------------	----------------------

Initiation à l'astrologie ; fondée sur une base scientifique : l'astronomie. Au 20<sup>ème</sup> siècle, l'astrologie a intégré certains principes psychologiques, scientifiques et généalogiques. Venez découvrir la signification des différents symboles : du zodiaque, des maisons... Comment les positions planétaires influent sur nos vies et sur les relations aux autres. En croisant ces symboles, nous verrons comment se dessine la personnalité de chacun. L'astrologie fait des prévisions et non des prédictions.

*Tous nos tarifs sont établis pour l'année pour 31 séances minimum (pour la plupart des activités).  
Faute d'un nombre suffisant de participants, la MJC se réserve le droit de supprimer les cours.*

# CREATION / LOISIRS

## ◆ Peinture

*Proposé par Véronique Albert*

Salle des travaux pratiques

Mardi	Adultes	426€	9h00 - 12h00
Mardi	Adultes	426€	13h30 - 16h30

Cours de peinture à l'huile, acrylique et aquarelle. Vous apprendrez les différentes techniques, l'utilisation des liants, médium, solvant, vernis.

Chacun peut apporter son propre sujet. Je propose ensuite des thèmes variés, destinés à étudier un peintre, une technique particulière, apprendre à travailler le paysage ou les natures mortes. Composition, perspective et couleurs...

Vous aurez la chance de vous joindre à un groupe particulièrement sympathique.

## ◆ Peinture partagée (nouveau)

*Proposé par Annie Brodzki*

Salle des travaux pratiques

Vendredi	Adultes	30€/trimestre	09h00 - 12h00
----------	---------	---------------	---------------

Téléphone de la responsable : 06 60 58 72 34.

Création d'un atelier libre de peinture pour peintres confirmés.

Il n'y aura pas de professeur, chacun pourra s'exprimer librement.

## ◆ Atelier BD (nouveau)

*Proposé par Richard Cornu*

Salle des travaux pratiques

Mercredi	Enfants	210€	16h00 - 18h00
----------	---------	------	---------------

Cet atelier dévoile les étapes de création d'une bande-dessinée, du scénario, à la recherche de personnage et des émotions, au storyboard, la composition, l'encrage, la couleur, le lettrage, tout en utilisant différentes techniques et exemples qui permettent de progresser tout au long de la réalisation de projets solo ou de groupe de plus en plus élaborés.

## ◆ Dessin (enfants)

*Proposé par Virginie Brueder*

Salle des travaux pratiques

Mercredi	7-14 ans	171€	14h30 - 16h00
----------	----------	------	---------------

Fournitures comprises (10€).

Ce cours privilégie le plaisir de dessiner et l'éveil du sens de l'observation.

Plusieurs techniques sont abordées (aquarelle, crayon, fusain, encre...) en s'appuyant autant sur les œuvres classiques que sur la BD.

*Tous nos tarifs sont établis pour l'année pour 31 séances minimum (pour la plupart des activités).  
Faute d'un nombre suffisant de participants, la MJC se réserve le droit de supprimer les cours.*

## ◆ Dessin (adultes)

Proposé par Véronique Albert

Salle des travaux pratiques

<b>Jeudi</b>	<b>+ 18 ans</b>	<b>285€</b>	<b>10h00 - 12h00</b>
--------------	-----------------	-------------	----------------------

Cours de dessin d'après nature. Nature morte, paysage et perspective, modèle vivant. Apprendre et observer, comparer pour transcrire un objet en 3 dimensions, donner du volume en travaillant les ombres et les lumières. Différentes techniques seront abordées, comme le crayon, l'encre, le fusain, le pastel... Dans une ambiance conviviale et agréable.

## ◆ Dessin académique

Proposé par Jean-Claude Carnoy

Salle des travaux pratiques

<b>3<sup>ème</sup> vendredi du mois (sept. à juin)</b>	<b>174€</b>	<b>14h30 - 18h00</b>
--	-------------	----------------------

*Atelier de dessin de nu d'après modèle vivant.*

Le dessin académique existe depuis la nuit des temps, notre atelier perpétue cette tradition. Basé sur le principe d'un atelier libre, les débutants et ceux qui le souhaitent recevront le rappel des grands principes du dessin académique, apprendre à regarder, à trouver les aplombs, les proportions, les orientations et la façon de les retranscrire ainsi que les conseils pour trouver au fil des ateliers leur autonomie.

## ◆ Modelage - Poterie

Proposé par Virginie Brueder

Salle des travaux pratiques

<b>Jeudi</b>	<b>Adultes confirmés</b>	<b>303€</b>	<b>15h30 - 17h30</b>
--------------	--------------------------	-------------	----------------------

<b>Jeudi</b>	<b>Adultes débutants / confirmés</b>	<b>303€</b>	<b>17h30 - 19h30</b>
--------------	--------------------------------------	-------------	----------------------

Fournitures comprises.

Cet atelier permet à chacun d'être accompagné dans sa recherche personnelle (modelage, tour, travail à la plaque...) avec un soutien technique et artistique au sein d'un groupe stimulant et diversifié dans son inspiration.

<b>Jeudi</b>	<b>Ados</b>	<b>252€</b>	<b>17h30 - 19h30</b>
--------------	-------------	-------------	----------------------

<b>Mardi</b>	<b>Enfants (7 - 11 ans)</b>	<b>165€</b>	<b>17h00 - 18h00</b>
--------------	-----------------------------	-------------	----------------------

Fournitures comprises (15€).

Venez découvrir le bonheur de manipuler la terre, de modeler ou de tourner. Créativité et plaisir assurés.

*Tous nos tarifs sont établis pour l'année pour 31 séances minimum (pour la plupart des activités).  
Faute d'un nombre suffisant de participants, la MJC se réserve le droit de supprimer les cours.*

# CREATION / LOISIRS

## ◆ Arts plastiques (nouveau)

Proposé par *Tiffany Litot*

Salle des travaux pratiques

<b>Mercredi</b>	<b>Enfants (5 à 11 ans)</b>	<b>174€</b>	<b>10h00 - 11h30</b>
-----------------	-----------------------------	-------------	----------------------

Participation financière aux fournitures demandée.

Création de divers objets (bois flotté, attrape reve, calendrier de l'avent..).

## ◆ Cinéma d'animation (nouveau)

Proposé par *Richard Cornu*

Salle des travaux pratiques

<b>Mercredi</b>	<b>Enfants</b>	<b>210€</b>	<b>18h00 - 20h00</b>
-----------------	----------------	-------------	----------------------

Cet atelier dévoile les secrets de la confection de films animés, allant du dessin-animé 2D (dessin crayon, papiers découpés, dessin par ordinateur) à l'animation de volumes (objets, personnes, figurines pâte à modeler). À la fois cours de cinéma et enseignement plastique et technique, l'objectif est de réaliser des films tout au cours de l'année et de terminer par un ou plusieurs films de fin d'année.

## ◆ Couture (nouveau)

Proposé par *Danièle Carneau*

Salle des travaux pratiques

<b>Lundi</b>	<b>Adultes</b>	<b>30€/trimestre</b>	<b>14h00 - 17h00</b>
--------------	----------------	----------------------	----------------------

Vous avez voulu toujours coudre mais nous n'avez jamais osé vous lancer...

Vous avez l'habitude de coudre mais vous manquez de technique...

Et bien, venez nous rejoindre !

Avec vos idées, vos patrons, vos tissus et votre machine si vous en avez une, vous verrez qu'avec un peu de technique et de patience, tout est réalisable (vêtements, linge de maison, réparations, transformations de vêtement, etc).

Vous serez fieres de vos réalisations !

## ◆ Composition florale

Proposé par *Marie-Jo Bianchi*

Salle des travaux pratiques

<b>4<sup>ème</sup> vendredi du mois</b>	<b>14h30</b>
---	--------------

Carte d'adhésion obligatoire. - Les adhérents ne sont pas obligés d'assister à tous les cours.

Inscriptions une semaine avant le cours. - Renseignements au 06 43 24 87 71.

Depuis l'aube de l'humanité, les fleurs ont inspiré les musiciens, les poètes, les peintres, les sculpteurs et les bâtisseurs.

L'atelier d'art floral vous propose de devenir vous aussi un artiste « en herbes et en fleurs ».

*Tous nos tarifs sont établis pour l'année pour 31 séances minimum (pour la plupart des activités).*

*Faute d'un nombre suffisant de participants, la MJC se réserve le droit de supprimer les cours.*

## CONDITIONS TARIFAIRES

Les inscriptions aux activités se font pour l'année sur la base des conditions générales suivantes avec un cours d'essai par activité :

- Les tarifs détaillés sont fixés pour l'année pour 31 séances minimum.
- Sont exclus des remises le forfait gymnastique.
- Le paiement en trois tranches est obligatoire sous forme de trois chèques établis et datés du jour de l'inscription et dont l'encaissement aura lieu à date fixe (octobre - janvier - avril). Le premier chèque inclura l'adhésion et les frais annexes.
- La participation aux cours est soumise au paiement des cotisations.
- **Les annulations d'activités sont acceptées dans les cas suivants : déménagement, maladie ou accident, licenciement (un document probant devra être produit dans tous les cas).**
- Nous acceptons les chèques loisirs, les coupons sports et les chèques vacances.
- En cas de force majeure, la MJC se réserve le droit de ne pas rembourser les cotisations.
- La MJC se réserve le droit d'arrêter les cours s'il y a moins de 7 participants (exceptés les cours particuliers de guitare).

EN DEHORS DES COURS, LES ENFANTS SONT SOUS LA RESPONSABILITÉ DE LEURS PARENTS.

### REMISES FAMILIALES pour les activités à l'année

- 3 à 5 activités : 15 % sur le prix total
- 6 à 7 activités : 20 % sur le prix total

### CARTE INDIVIDUELLE

- 20€ Bédoin
- 25€ Extérieur

### CARTE FAMILIALE (3 pers. mini.)

- 46€ Bédoin
- 56€ Extérieur

### REMISE INDIVIDUELLE pour les activités à l'année (hors forfait)

- Pour deux cours minimum
- A partir de 450 € par an : 10 %
- A partir de 600 € par an : 15 %

### INSCRIPTIONS A PARTIR DU JEUDI 25 AOÛT

Les mardis, mercredis et jeudis (17h - 19h)  
Une permanence sera également assurée tous les  
mercredis du 7 au 28 septembre de 10h à 12h.



Centre Culturel Helen Adam - 2<sup>ème</sup> étage - BP 30013 - 84410 Bédoin - Tél. : 04 90 65 95 66

Courriel : [secretariat@mjcbedoin.org](mailto:secretariat@mjcbedoin.org) - Site : [www.mjcbedoin.org](http://www.mjcbedoin.org)

Facebook : <https://www.facebook.com/mjc.bedoin>

