



**CALENDRIER STAGES GRATUITS SENIORS (+ de 60 ans) - SAISON 2025-2026**

ACTIVITE	JOUR	HEURES	sept-25	oct-25	nov-25	déc-25	janv-26	févr-26	mars-26	avr-26	mai-26	juin-26
ATELIER FLORAL	VENDREDI	16H00-18H00	26-sept	24-oct	21-nov	05-déc						
PILATES	VENDREDI	17H00-18H00	19-sept	10-oct	14-nov	12-déc	09-janv	13-févr	13-mars	10-avr	29-mai	12-juin
QI GONG	MARDI	11H15-12H15	23-sept	21-oct	25-nov	16-déc	27-janv	17-févr	24-mars	14-avr	19-mai	16-juin
YOGA SUR CHAISE	MERCREDI	11H15-12H15	17-sept	08-oct	05-nov	03-déc	07-janv	04-févr	11-mars	08-avr	06-mai	10-juin
YOGA SUR CHAISE	MERCREDI	11H15-12H15	24-sept	15-oct	19-nov	17-déc	21-janv	18-févr	25-mars	15-avr	20-mai	17-juin
ACTIVITE	JOUR	HEURES	sept-25	oct-25	nov-25	déc-25	janv-26	févr-26	mars-26	avr-26	mai-26	juin-26
COUTURE	VENDREDI	14H00-16H00	19-sept	17-oct	14-nov	05-déc	30-janv	20-févr	20-mars	17-avr	15-mai	19-juin



ATELIER FLORAL : PARTICIPATION DE 15 € POUR L'ACHAT DE FOURNITURES.

TOUS LES STAGES SE DEROULENT DANS LES LOCAUX DE LA MAISON MUNICIPALE POUR LA VIE ASSOCIATIVE.

ATELIER FLORAL ET COUTURE : MAXIMUM 10 PARTICIPANTS PAR COURS.

MJC -15, rue du Dr Matéo- 31780 CASTELGINEST - Tél : 07.68.58.18.76. - Mail : [mjccactivite@gmail.com](mailto:mjccactivite@gmail.com) - site internet : [mjccastelginest.fr](http://mjccastelginest.fr)

