

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

ACTIVITE	JOUR	HEURES	sept-25	oct-25	nov-25	déc-25
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
QI GONG	MARDI	11H15-12H15	23-sept	21-oct	25-nov	16-déc
YOGA SUR CHAISE	MERCREDI	11H15-12H15	17-sept	08-oct	05-nov	03-déc
YOGA SUR CHAISE	MERCREDI	11H15-12H15	24-sept	15-oct	19-nov	17-déc
ACTIVITE	JOUR	HEURES	sept-25	oct-25	nov-25	déc-25
COUTURE	VENDREDI	14H00-16H00	19-sept	17-oct	14-nov	05-déc

Mairie de CASTELginest

COUTURE

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

ATELIER FLORAL ET COUTURE : MAXIMUM 10 PARTICIPANTS PAR COURS.



MJC -15, rue du Dr Matéo- 31780 CASTELGINEST - Tél: 07.68.58.18.76. - Mail: mjcactivite@gmail.com - site internet: mjccastelginest.fr