

ACTIVITÉS SPORTIVES

TAEKWONDO TIGERS AUDOIS Dojo MLV

Reprise le mardi 10/09
Instructeur LAMY David : 06 71 84 84 46

Mardi > **6/11 ans** : 17h30 à 18h30
> **Ados+adultes** : 18h30 à 19h30

NOUVEAU !
Mercredi > Baby 3/5 ans : 15h30 à 16h30

Vendredi > 6/11 ans : 17h30 à 18h30
Ados+adultes : 18h30 à 20h30
Carte MLV 25€ + cotisation + licence

JUDO Dojo MLV

Reprise le lundi 9 septembre
Educateur KALPAKDJIAN Serge : 06 81 50 90 87



Lundi et jeudi
4/9 ans : 17h à 18h
Carte MLV 25€ + cotisation + licence

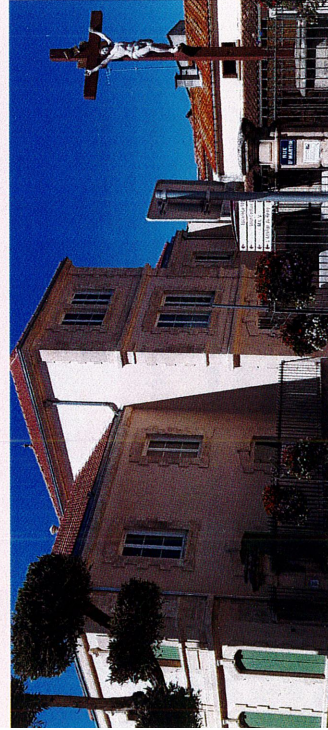
ACTIVITÉS CULTURELLES

GUITARE Ancienne Mairie

Reprise le mardi 1er octobre
Responsable : CHAPPERT Pascal



Débutants & Confirmés
Mardi de 17h à 20h
Carte MLV 25€ + 106€ le trimestre



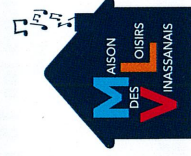
Activités 2024 / 2025

VINASSAN



La carte d'adhésion M.L.V est obligatoire pour toutes les activités : 25€

- ...> **Certificat médical obligatoire** pour toutes activités sportives.
- ...> **Paiement des activités possible en 3 fois à l'inscription.**
- ...> Chèques vacances acceptés (sauf le judo).



MAISON DES LOISIRS VINASSANAIS

2, rue Saint Martin - 11110 Vinassan
Tél. 04 68 45 27 75

PERMANENCES :

1^{ER} TRIMESTRE : Mardi et jeudi de 17h à 19h
LE RESTE DE L'ANNÉE : Mardi de 17h à 19h

Ne pas jeter sur la voie publique.

f SUIVEZ-NOUS
SUR NOTRE PAGE
FACE BOOK
POUR RETROUVER
TOUTES LES INFOS
DE LA M.L.V !

Maison des Loisirs
Vinassanais



ACTIVITÉS SPORTIVES

GYM : Reprise le lundi 02/09 - Salle Caravelle

Animatrice : BOUZIGUES Brigitte

HATHA YOGA : reprise le lundi 02/09 - Dojo MLV

(si travaux non achevés reprise le 09/09)

Prof de yoga : Fabienne SERRANO 06 85 83 57 75

1 COURS / SEMAINE GYM OU YOGA :

Carte MLV 25€ + 85€ : 110€ l'année

PLUSIEURS COURS DE GYM :

Carte MLV 25€ + 130€ : 155€ l'année

PLUSIEURS COURS DE YOGA :

Carte MLV 25€ + 130€ : 155€ l'année

FORFAIT GYM + 2 COURS DE YOGA :

Carte MLV 25€ + 190€ : 215€ l'année

Prévoir tapis,
serviette et
bouteille d'eau

MATIN

SOIR

GYM DOUCE
10h45/11h45

Bibi



HATHA YOGA
9h/10h

Fabienne > Dojo

TABATA
18h/19h15 Bibi

ABDOS/FESSIERS
19h15/20h Bibi

HATHA YOGA
18h30/19h30

HATHA YOGA
19h30/20h30

Fabienne > Dojo

SPÉCIAL DOS
10h45/11h45

Bibi

ZUMDANCE
18h45/19h45

Bibi

HATHA YOGA
19h30/20h30

Fabienne > Dojo



GYM BALL

10h45/11h45

Bibi



ZUMDANCE NOUVEAU !
ADULTES/
ENFANTS À PARTIR DE 10 ANS
16h30/17h30

Bibi

HATHA YOGA
9h/10h

Fabienne > Dojo

CIRCUIT MINCEUR
18h30/19h30

Bibi

GYM BRASIL
18h45/19h45

Bibi

HATHA YOGA
18h30/19h30

HATHA YOGA
19h30/20h30

Fabienne > Dojo

ABDOS/FESSIERS/STRECH

10h45/11h45 Bibi

HATHA YOGA
9h/10h

Fabienne > Dojo

SECTION MARCHÉ

Reprise le samedi 14 septembre

Accompagnateurs :

LECONTE Alain : 06 25 81 50 35

CODINA Jacques : 06 80 93 18 78

1 fois par mois, sortie extérieure

Samedi 8h30 (Gare routière)

Carte MLV 25€



SECTION MARCHÉ NORDIQUE

Reprise le jeudi 12 septembre

Responsable FOURGOUX Didier : 06 87 11 78 63

Jeudi 9h

Carte MLV 25€ - Rassemblement suivant la sortie

1 cours d'essai gratuit (Bâtons non fournis)



ATELIER RELAXATION SONORE Dojo

Reprise le mercredi 11 septembre

Animatrice CORABEUF Mélanie : 06 20 12 91 57

Mercredi

Ados/Adultes : > 14h/15h

> 19h/20h

Carte MLV 25€ - 5€ la séance (sans engagement)



Prévoir grande
serviette et
coussin

ACTIVITÉS CULTURELLES

ATELIER D'ÉCRITURE ADULTES

Salle
Associations

Reprise le lundi 9 septembre

Responsable Marion LOPEZ-BURETTE : 06 66 60 79 53

Lundi 17h30/19h30 tous les 15 jours

Carte MLV 25€ + Tarif annuel 220€

(1 cours d'essai GRATUIT)



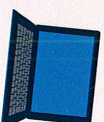
SECTION INFORMATIQUE

Salle MLV

Reprise le mardi 10 et le vendredi 13 septembre

(ordinateurs non fournis)

Responsable CLET Michel : 06 52 20 73 65



Mardi : 14h15 à 17h - Confirmés

Vendredi : 14h15 à 17h - Débutants

Carte MLV 25€

NOUVEAU !

GROUPE VOCAL JAZZY

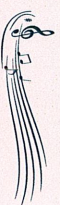
Salle Caravelle

Reprise le mardi 10 septembre

Responsable : MELIZ Michèle 06 12 54 29 61

Mardi 17h/18h30

Carte MLV 25€



ACTIVITÉS MANUELLES

ATELIER ENCADREMENT

Ancienne
Mairie

Reprise le jeudi 26 septembre

Responsable : GUIRAUD Agnès

Jeudi à partir de 20h30

Carte MLV 25€



ART FLORAL

Salle Caravelle

Reprise le jeudi 19 septembre

Responsable : ALINGRIN Solange

Jeudi 20h45 (1 fois par mois)

Carte MLV 25€ + prix du bouquet



ATELIER PEINTURE

Ancienne Mairie

Reprise le 9 septembre

Responsable LEROY Eve : 06 61 94 68 03

Adultes confirmés

Lundi de 14h à 17h

Carte MLV 25€



PATCHWORK

Salle Caravelle

Reprise le 19 septembre

Responsable SENEGAS Anita : 06 72 40 37 59

Jeudi de 14h à 17h

Carte MLV 25€



SCRAPBOOKING

Ancienne Mairie

Reprise en octobre

Responsable : GUIRAUD Agnès

Tous les 2 mois :

vendredi après-midi et soir + samedi après-midi

Carte MLV 25€ + séance en fonction

du coût du matériel

