

Infos pratiques

Inscriptions

- Dimanche 8 septembre 2024 au forum des associations.
- Mardi 10 septembre et lundi 16 septembre 2024 de 16h à 18h30 à la MPT.
- Les jeudis de 14h à 16h30 à la MPT, salle polyvalente, jusqu'à fin septembre.

Reprise des activités à partir du lundi 9 septembre 2024

Seules les activités ayant un effectif suffisant seront retenues. Pour toutes les activités hebdomadaires une séance d'essai est offerte. (Sauf pilate du soir)
Toute inscription devra être impérativement réglée avant le 1^{er} novembre 2024. (Possibilité de règlement échelonné en 3 fois)

Adhésion

Carte familiale obligatoire 15 €

Paiement en espèces ou par chèques
Autres moyens de paiement acceptés : coupons sport et chèques vacances ANCV..

Tout au long de l'année, pensez à consulter les panneaux d'affichage situés devant les entrées des locaux de la MPT ou votre boîte mail.

Dates à retenir

Forum des associations

Dimanche 8 septembre 2024.

Assemblée Générale

Vendredi 4 octobre 2024 à 20h30. (Annexe)

Spectacles salle de l'Allet

19 octobre 2024 : représentation théâtrale (pièce écrite et mise en scène par Jean-Claude Vialle.

5 avril 2025 : représentation par le groupe théâtre de la MPT .

Fête du jeu

Mai 2025.

Concours de pétanque familial, « Challenge Frédéric et Priscilla »

Juin 2025.

Prêt de nos locaux :

- ABALS : mercredi après-midi salle polyvalente MPT et jeudi matin salle de sport MPT. (Renforcement musculaire et prévention des chutes)
- UNIVERSITÉ POPULAIRE : 3 jeudis de 10h à 13h salle polyvalente de l'annexe. (14/11, 13/03, 12/06)

MPT de L'ARMAILLER

Rue André Curiner 26500 Bourg-lès-Valence

mptdelarmailler@gmail.com

SAISON 2024/2025

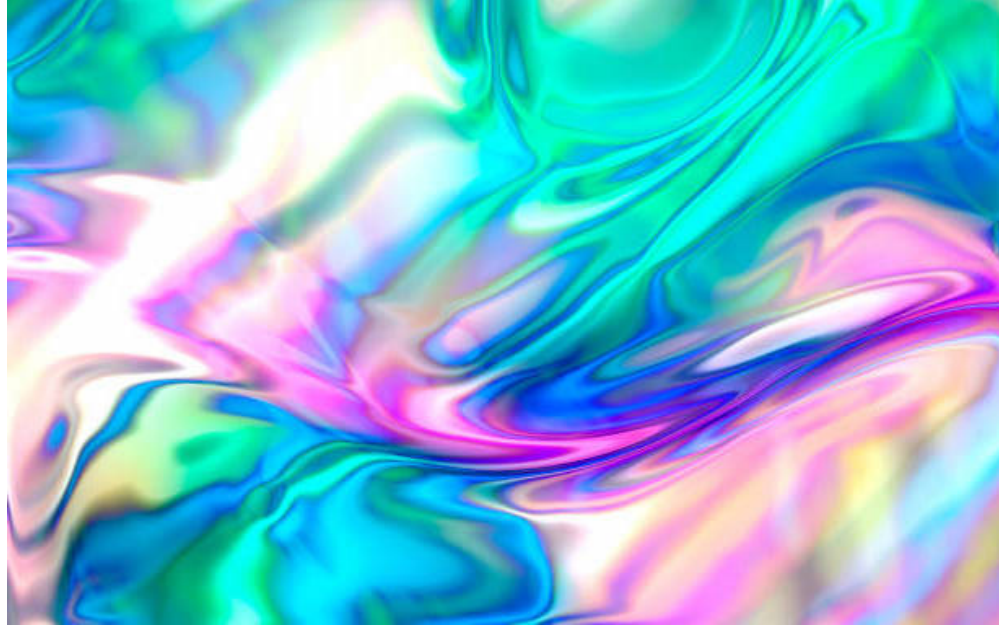
Permanences

jeudi

de 14h à 16h30

à partir

du 12/09/2024



LUNDI

- ◆ **PILATE - 115€ (Zsofia)**
MPT Salle de sport
8h45 à 9h45
- ◆ **ATELIER PEINTURE/DESSIN - 28€**
(Anne-Marie: mise en commun des compétences)
MPT Salle polyvalente
14h30 à 17h30
- ◆ **BADMINTON - 46€**
Gymnase du Valentin
18h à 19h
ou 19h à 20h
- ◆ **COUTURE VESTIMENTAIRE, DÉCORATIVE et TRICOT- 28€**
(Évelyne: mise en commun des compétences)
MPT salle polyvalente
1fois/mois 18h à 21h

MARDI

- ◆ **ATELIER MÉMOIRE - 170€**
(Elsa, Marie)
(Équilibre, coordination, proprioception en rythme)
MPT salle de sport
9h15 à 10h15
ou 10h30 à 11h30
- ◆ **CROSS TRAINING -115€**
(Benjamin)
Annexe
10h30 à 11h30
- ◆ **HATHA YOGA - 145€ (Valérie)**
MPT salle de sport
18h30 à 19h45

MERCREDI

- ◆ **STRETCHING - 115€ (Zsofia)**
MPT salle de sport
17h15 à 18h15
- ◆ **PILATE - 115€ (Zsofia)**
Annexe
18h30 à 19h30
- ◆ **MIX PILATE YOGA - 115€**
(Zsofia)
Annexe
19h30 à 20h30

JEUDI

- ◆ **GYM D'ENTRETIEN - 115€**
(Benjamin)
Annexe
10h30 à 11h30
- ◆ **CRÉATIONS MANUELLES - 70€**
(Danielle, Maguy)
MPT salle polyvalente
14h à 16h30
- ◆ **THÉÂTRE - 28€ (Cathy)**
Annexe
14H30 à 17h
- ◆ **PILATE - 115€ (Jessica)**
MPT Salle de sport
18h15 à 19h15
- ◆ **FITNESS MIXTE - 115€**
(Jessica)
Annexe
19h30 à 20h30

VENDREDI

- ◆ **HATHA YOGA - 145€**
(Valérie)
MPT salle de sport
9h à 10h15
- ◆ **MARCHE - 30€ (Gérard, Jean-Claude, Danielle, Solange)**

RDV Parking école maternelle
13h ou le matin par fortes chaleurs
- ◆ **SCRAPBOOKING (Nélie)**
10€ à l'inscription 18€ le cours

MPT salle polyvalente
1 fois par mois
14h30 à 17h30