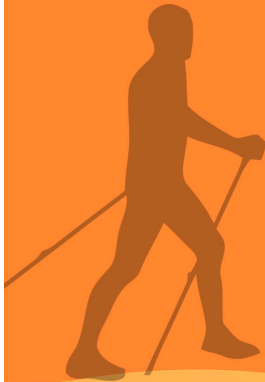


# HORAIRES

PAS DE COURS PENDANT LES VACANCES SCOLAIRES

## Stretching Postural®

Lundi 19h30-20h45 *Maison Rousseau, Centre Ville*  
Mardi 11h-12h15 *Salle J.Moulin, Les Gâtines*  
Jeudi 9h00-10h15 *Maison Rousseau, Centre Ville*  
Jeudi 18h30-19h45 *Salle J.Moulin, Les Gâtines*



## Qi Gong

Mercredi 18h30-19h45 *Maison Rousseau, Centre Ville*  
Vendredi 9h30-10h45 *Salle de la Boissière*

## Pilates

Vendredi 19h30-20h45 *Salle de la Boissière*

## Atelier bien-être

Vendredi 18h-19h30 *Maison des familles C.Claudel, Aqueduc*

## APA

Mardi 18h-19h15  
Dimanche 10h-11h30

## Marche nordique

Lundi 14h30-16h  
Mercredi 9h15-10h45  
Dimanche 10h-11h30

## Bungy Pump

Samedi 10h30-11h30

## Randonnée

Jeudi 14h30-17h



# TARIFS

BULLETIN D'INSCRIPTION DISPONIBLE SUR NOTRE SITE



Adhésion à MNBE78 88€

Activités en extérieures (20 séances) 88€

*Marche nordique*

*Randonnée*

*Bungy Pump*

1 cours (Stretching Postural®,  
Pilates ou Qi Gong) 140€

2 cours (Stretching Postural®,  
Pilates ou Qi Gong) 200€

3 cours (Stretching Postural®,  
Pilates ou Qi Gong) 250€

1 cours de Stretching Postural®  
Séniors adhérents Maison  
Rousseau 120€

1 cours de Stretching Postural®  
Séniors adhérents Maison  
Rousseau +1cours Pilates ou Qi  
Gong 180€

1 stage APA de 4 mois  
(Marche Nordique et Qi Gong) 80\*€



\*Ce montant peut être partiellement ou totalement pris en charge par votre mutuelle