



#### JEUDI

14h - **MARCHE : ENVIRON 10 KM**

Roger 06.71.41.86.45

QUAI DE L'ALBE - Toutes les semaines

14h-17h - **BRODERIE HARDANGER**

Marie Josée 07.68.82.15.58

MJC - Toutes les semaines

17h30 - **PHOTO D'CLIC ALBE**

Renée 06.20.80.42.72

MJC - Les jeudis semaine paire

18h - **SCRABBLE**

Brigitte 06.04.01.42.31

MJC - Toutes les semaines

#### VENDREDI

14h - **PEINTURE**

Marie-Jeanne 06.73.24.43.47

MJC - Toutes les semaines

ET PENDANT  
TOUTE L'ANNÉE,  
REJOIGNEZ-NOUS  
AUSSI SUR NOS  
NOMBREUX ÉVÉNEMENTS :



- Nouvelle saison Cinéma
- Sarralbe en Rose - Dim. 5 octobre 2025
- Des stages théâtre pour les jeunes (11-15 ans) pendant les vacances scolaires
- Représentations de la troupe de théâtre adulte 9 et 10 mai 2026
- Gala de danse 14 mai 2026
- Marche populaire 19 juillet 2026
- Marché aux puces été 2026

Donnons  
du rythme  
à notre vie !!!



MJC SARRALBE

Vous pouvez contacter la MJC  
pour toutes questions à l'adresse mail suivante :  
mjc.sarralbe@orange.fr  
ou venir à la

**PERMANENCE**  
DU 1<sup>ER</sup> SAMEDI DU MOIS  
DE 9H30 À 12H

au 3 rue st Philippe dans les locaux de l'association.

[mjcsarralbe.fr](http://mjcsarralbe.fr)

Imprimé par nos soins - Ne pas jeter sur la voie publique



MJC SARRALBE

Donnons  
du rythme  
à notre vie !!!



NOS ACTIVITÉS  
POUR LA SAISON  
2025 / 2026

## LES ACTIVITÉS RÉGULIÈRES DE LA MJC ENCADRÉES PAR DES PROFESSIONNELS

L'adhésion à la MJC est obligatoire  
pour l'ensemble des activités : 14 € par adulte  
et 6 € par enfant (moins de 16 ans)

Des séances de découverte sont organisées  
ou en cours d'année la **1<sup>ère</sup> séance est gratuite**  
afin de pouvoir tester l'activité

### LUNDI

9h-10h15 - **YOGA ZEN** - Erika 06.76.81.91.01  
COMPLEXE CULTUREL  
Toutes les semaines - 70 € le trimestre ou 180 € l'année

10h30-11h30 - **QI GONG** - Patricia 06.01.24.17.61  
COMPLEXE CULTUREL  
Toutes les semaines - 70 € le trimestre ou 195 € l'année

### MARDI

19h-20h15 - **STEP** - Doris 07.68.82.14.71  
COMPLEXE CULTUREL  
Toutes les semaines - 120 € l'année

15h30-17h30 ou 17h45-19h45  
**COURS DE DESSIN ET DE PEINTURE** - À partir de 11 ans  
Eve 06.37.01.17.65 - MJC  
Toutes les semaines - 189 € le trimestre soit 9 cours de 2h

18h-20h - **COURS DE COUTURE** **NOUVEAU**  
À partir de 11 ans  
Géraldine 06.45.13.61.98 - MJC - Toutes les semaines  
170 € le trimestre (12 cours) ou 480 € l'année (36 cours)

### MERCREDI

17h-18h - **STREET JAZZ NIV. 1** - 11 à 13 ans  
Fabienne 06.06.91.53.63  
COMPLEXE CULTUREL - Toutes les semaines - 130 € l'année

18h-19h - **STREET JAZZ NIV. 2** - 14 ans et +  
Fabienne 06.06.91.53.63  
COMPLEXE CULTUREL - Toutes les semaines - 130 € l'année

19h30-20h45 - **GYM DANSE** - Doris 07.68.82.14.71  
COMPLEXE CULTUREL  
Toutes les semaines - 120 € l'année

20h45-21h45 - **HEELS TALONS** **NOUVEAU**  
Adultes  
Fabienne 06.06.91.53.63  
COMPLEXE CULTUREL  
Toutes les semaines - 140 € l'année

### JEUDI

17h-18h - **LE CARDIO** **NOUVEAU**  
**SOUS TOUTES SES FORMES**  
Aude 06.29.15.02.74  
COMPLEXE CULTUREL  
Toutes les semaines - 140 € l'année

18h-19h - **CARDIO-PILATE-RELAXATION**  
Aude 06.29.15.02.74 - COMPLEXE CULTUREL  
Toutes les semaines - 140 € l'année

19h45-21h - **DANSE SOLO EN LIGNE** **NOUVEAU**  
Doris 07.68.82.14.71 - COMPLEXE CULTUREL  
Toutes les semaines - 120 € l'année

19h-21h - **THÉÂTRE**  
Sophie 06.88.23.39.03 - COMPLEXE CULTUREL  
Toutes les semaines - 80 € l'année

### VENDREDI

9h30-10h30 - **GYM DOUCE**  
Murielle 06.10.84.46.28 - COMPLEXE CULTUREL  
Toutes les semaines - 140 € l'année

18h-19h15 - **MOBILITÉ DOUCEUR**  
Doris 07.68.82.14.71 - COMPLEXE CULTUREL  
Toutes les semaines - 120 € l'année

### SAMEDI

9h-9h45 - **ÉVEIL À LA DANSE 3-5 ANS** **NOUVEAU**  
Fabienne 06.06.91.53.63  
ECOLE ROBERT SCHUMAN - Toutes les semaines - 100 € l'année

9h-10h - **DANSE MODERNE 6-8 ANS** - Fabienne 06.06.91.53.63  
ECOLE ROBERT SCHUMAN - Toutes les semaines - 125 € l'année

10h-11h - **DANSE MODERNE 8-10 ANS** - Fabienne 06.06.91.53.63  
ECOLE ROBERT SCHUMAN - Toutes les semaines - 125 € l'année

## Donnons du rythme à notre vie !!!

### LES CLUBS DE LA MJC PROPOSÉS PAR DES BÉNÉVOLES

La participation à nos clubs est gratuite,  
seul l'adhésion à la MJC (septembre à juin)  
est obligatoire / 14 € par adulte et 6 € par enfant

### LUNDI

14h-17h - **PATCHWORK** - Marie Diane 06.37.76.15.83  
MJC - 2<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> lundi du mois

14h-17h - **TRICOT ET CROCHET**  
Thérèse 06.79.53.34.76  
MJC - Toutes les semaines

19h-20h30 - **TAÏCHI**  
Emmanuel 06.36.99.30.08  
ECOLE ROBERT SCHUMAN  
Toutes les semaines

### MARDI

9h-12h - **PATCH BRODERIE**  
Margot 03.87.98.36.76  
MJC - Tous les 15 jours

14h - **MARCHE : ENVIRON 5 KM**  
Raymond 06.26.02.51.24  
QUAI DE L'ALBE  
Toutes les semaines

14h - **MARCHE : DE 5 À 8 KM**  
Jean-Luc 06.32.34.24.15  
QUAI DE L'ALBE  
Toutes les semaines

