

## CARTE MJC

Adulte : 16€  
Couple : 30€  
Enfant (4-18ans) : 10€  
Enfant (-4ans) : carte parent  
Convention : ANCV tickets CAF et MSA  
Facilité de paiement possible

## CLUB ADO

Soirées thématiques vendredis soirs  
Nombreuses autres activités  
(chantiers loisirs - animations...)  
Contact :  
mjc.tecou.ados@gmail.com

## + D'ACTIVITÉS - CHÈRES

2 activités : -10%  
3 activités : -15%  
4 activités ou plus : -20%  
Remise valable par personne,  
pour toutes les activités souscrites  
(hors carte MJC)

## SUIVEZ-NOUS

Facebook MJC Técou  
www.tecou.fr/associations

## REJOIGNEZ-NOUS

Vivez une aventure humaine palpitante en participant à l'animation locale en fonction de vos envies et disponibilités

**MJC**  
**Técou**  
since 1948

220 route de Técou  
81600 TÉCOU  
Tél : 05 63 34 65 27  
ALAE : mjc.tecou@gmail.com  
Activités : mjc.tecou.ca@gmail.com



# TECOU

**Activités**  
**2022 - 2023**

VIVRE ENSEMBLE  
AUTONOMIE  
EDUCATION POPULAIRE  
SOCIALISATION  
AUTONOMIE CULTURE PLAISIR  
DYNAMISME LOCAL  
ASSOCIATION

## INSCRIPTIONS & INFOS

17H30-18H30 : 05 63 34 65 27  
mjc.tecou.ca@gmail.com

**Venez essayer !!!**  
**1 cours d'essai gratuit : parmi les 8 clubs d'activités**

Tous nos professeurs sont diplômés ou agréés pour leurs activités

## INFO COVID 19

Respect des gestes barrières :  
port du masque, gel hydro alcoolique, distanciation sociale

Reprise des cours : semaine du lundi 12 septembre 2022

### Gym Forme

Lundi 18H45 - 19H45  
Carte MJC + 141€/an  
Lieu : Salle polyvalente

### Zumba

Lundi 20H00 - 21h00  
Carte MJC + 177€/an  
Lieu : salle polyvalente

### Dessin

Mardi 17H30 - 19H00  
Lieu : Maison à côté Mairie  
Carte MJC + 141€/an

### Couture

\*\*En cours d'organisation\*\*  
Bi-mensuel  
Mercredi 17H30 - 19H30  
ou  
Jeudi 20H00 - 22H00  
Info : mjc.tecou.ca@gmail.com  
Lieu : Maison à côté Mairie

### Poterie Adultes

Adolescents et adultes  
Mercredi 18H30 - 21H00  
Jeudi 14H00 - 16H30  
\* 1 pain de terre de 5kg inclus,  
pains supplémentaires à la  
demande à 2€/kg  
Carte MJC + 180€/an  
Lieu : Atelier poterie (au village)  
Contact Ann SULLIVAN  
06-52-27-14-40

### Poterie Enfants

Enfants (+4ans)  
Mercredi 14H00 - 15H00  
Jeudi 17H00 - 18H00  
Carte MJC enfant + 165€/an  
Lieu : Atelier poterie (au village)  
Contact Ann SULLIVAN  
06-52-27-14-40



Postural Ball®

Pratique ludique et fluide, en musique, en contact permanent avec le gros ballon.  
Favorise le lâché prise, le gainage naturel, dénoue les tensions, améliore l'équilibre et la coordination  
jeudi 18H50 - 19H35  
Carte MJC + 255€/an  
Lieu : salle polyvalente

### Terrain de Tennis

Carte MJC + 4€/an  
Lieu : sous la salle communale

Reprise des cours : semaine du lundi 12 septembre 2022