

Les aiguilles

Responsable : Martine DUCLOS

Activité : Partage de savoir-faire en crochet, point compté, tricot, fourche.

Où : A l'ancienne école

Quand : Le mercredi après-midi,

Tous les 15 jours de 14h à 17h.

Reprise : Mercredi 14 septembre

Aquarelle

Responsable : Alain THOMAS

Activité : Atelier libre

Où : A l'ancienne école

Quand : Le jeudi après-midi,

Tous les 15 jours de 14h à 17h.

Reprise : Jeudi 15 septembre

Créalosirs

Responsable : Sophie LEDOUX

Activité : Cartonnage

Où : A l'ancienne école

Quand : Le mardi,

Tous les 15 jours de 14h à 17h.

Reprise : Mardi 13 septembre

Sorties culturelles

Responsable : Bureau MJC

Activité : Organisation de sorties et visites de sites de notre région

Où : RDV Parking de la salle des fêtes.

Quand : Environ une fois par trimestre.



Danse Modern' JAZZ

Responsable : Michel LAIROT

Activité : Idéale pour les enfants, cette forme de danse est beaucoup utilisée dans les comédies musicales et dans les clips vidéo des chanteurs populaires.

Cours dispensés par Leah SIEFERT

Où : Salle des associations

Quand : Pour les enfants de 5 et 6 ans :

« Eveil à la danse » le mercredi de 17h à 18h.

De 7 à 9 ans : le mardi de 18h45 à 19h45.

Pour les ados : le mercredi de 16h à 17h.

Pour les adultes : le mardi de 20h à 21h.

Reprise : à partir du 20 septembre

Renseignements au 02 54 98 78 35

Fitness

Responsable : Clémence MOULINET

Contact : stepfitnesssoings@hotmail.com

Site WEB : Step-Fitness Soings

Activité :

Renforcement musculaire - Cardioboxe – Step

Cours dispensés par Denis DION

Où : Gymnase

Quand : le Mardi de 20h15 à 21h15.

Reprise : Mardi 13 septembre

Gymnastique douce

Responsable : Marie-Madeleine BOURDILLON

Activité : Renforcement musculaire, assouplissements, étirements.

Cours dispensés par Denis DION

Où : Salle des associations

Quand : Le mercredi de 09H à 10h.

Reprise : Mercredi 7 septembre

Randonnées

Responsable : En attente. (Voir bureau MJC).

Activité : Marche autour de Soings en Sologne et de ses environs.

Où : RDV Parking de la salle des fêtes

Quand : Le jeudi - à 8h30 pour le 1^{er} groupe, et 14h30 pour le 2^{ème} groupe (parcours réduit).

Yoga

Responsable : Laurence ROBERT

Activité : Yoga de l'énergie, méthode douce et progressive, adaptée au mode de vie et à la morphologie occidentale.

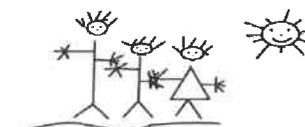
Assouplissement et tonification de tout le corps.

Cours dispensés par Gaël GAUDIN

Où : Salle des associations

Quand : Le lundi de 18h30 à 20h.

Reprise : Lundi 12 septembre



Maison des Jeunes
et de la Culture
de
SOINGS en SOLOGNE