

ZUMBA

Adultes et ados (à partir de 15 ans),
le lundi de 17h à 18h et de 18h à 19h
Faire du sport sur des airs de musiques
sud-américaines dans une ambiance de
folie
Lieu : salle polyvalente

STEP

Adultes, le Lundi de 18h15 à 19h15
Brûler des calories, dépensez vous
sur fond de musique dynamique et
entraînante
Lieu : salle sport A.Bouloche

DANSE MODERNE

Activité ENFANTS

Apprentissage de la danse de groupe et
de chorégraphies
- 6 à 7 ans mercredi de 14h à 15h
- 8 à 12 ans mercredi de 15h à 16h15
Représentation en fin d'année
Lieu : salle sport A.Bouloche

MONTAGE DE MOUCHES

Adultes et enfants (+ de 10ans)
Le vendredi ou le jeudi de 20h à
22h .Les truites ne feront plus la
différence et quel bonheur de
monter ces mouches !
Lieu : salle activités MPT

TISSAGE

Adultes, le lundi de 14h à 17h
Avec de vrais métiers à tisser
venez réaliser votre sac,
écharpe ...
Lieu : salle activités MPT

MARCHE NORDIQUE

Adultes, le mardi de 10h30 à 12h
Le samedi de 9h30 à 11h
Dans les forêts de Seloncourt
Rendez-vous : parking du
cimetière

FITNESS :

Adultes, le jeudi de 10h15 à 11h15
Renforcement musculaire : abdos, fesses
retrouver un corps tonique
Lieu : salle Louis Bonnot

MANIFESTATIONS MPT

2014

Bourse jouets 17 au 18/10 polyvalente
Foire à tout dimanche 30/11 polyvalente

2015

Bourse layette 29/01 et 30/01 polyvalente
Carnaval dimanche 15/03 polyvalente
Bourse livres samedi 11 mai Centre culturel
A.G. 17 avril – salle Louis Bonnot
Marche samedi 30/05 départ polyvalente
Feu de la St Jean 21 juin La Panse
Gala danse enfants 24 juin Salle des Cossies
Bourse aux jouets 16 au 17/10 polyvalente
Foire à Tout dimanche 6/12 polyvalente

ATELIER CREATIF - FRIVOLITE

Adultes, le jeudi à partir de 14h
Fimo, carte en kirigamie, relooking d'objets.
Avec les conseils d'une dentelière la dentelle
n'aura plus de secret pour vous
Lieu : salle activités MPT

REPRISE des activités :
A partir du 8 septembre

Pour tous renseignements complémentaires :

Maison Pour Tous 2 rue de la Fonderie – Tél. 03 81 37 33 11 – courriel : mpt.seloncourt@wanadoo.fr

Permanences : mardi et jeudi de 14h à 17h et vendredi de 9h à 10h30 et de 14h à 15h

Site Internet : www.mpt-seloncourt.fr