

PRÉSENTATION & INFOS PRATIQUES



Depuis plus de 40 ans, la MJC Palente affirme sa vocation de structure de quartier et sa volonté d'ouverture à ses habitants et au-delà, à tous ceux qui partagent ses valeurs et cherchent un lieu d'expression. Son projet associatif porte les valeurs de solidarité, d'entraide, de respect mutuel et d'ouverture vers l'autre. La MJC Palente est agréée Centre social par la Caisse d'allocations familiales du Doubs et conventionnée avec la Ville de Besançon. La MJC Palente, c'est plus de cent bénévoles et une équipe de professionnels qui oeuvrent ensemble pour faire vivre son projet. Comme chaque année, le programme de cette saison cherche à répondre à vos aspirations dans les meilleures conditions possibles.

MJC PALENTE

24, rue des Roses - 25000 Besançon - ☎03 81 80 41 80 / Email : mjcpalente.secretariat@gmail.com

Site : www.mjc-palente.fr / facebook : [mjc palente](#) / Instagram : [mjcpalente](#)

Président de l'association : Jean-Louis PHARIZAT

HORAIRES D'OUVERTURE

- Lundi & mardi : de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h45
- Mercredi : de 8h30 à 18h sans interruption
- Jeudi & vendredi : de 8h30 à 12h et de 13h30 à 18h
- Samedi : de 9h à 12h (hors vacances scolaires)

→ INSCRIPTIONS AUX ACTIVITÉS À PARTIR DU MERCREDI 12 JUIN 2024

Inscriptions pour l'accompagnement à la scolarité, les ASL et l'Espace jeunes durant la semaine du 2 au 7 septembre.

Les activités reprendront à partir du lundi 16 septembre 2024. Chaque inscription à une activité donne droit à 30 séances qui sont réparties de septembre à juin, hors vacances scolaires et jours fériés.

TARIFS ADHÉSION : - 16 ans : 7 € / + 16 ans : 10 € / Famille : 20 € (adhésion valable de septembre 2024 à fin août 2025)

MODES DE PAIEMENTS ACCEPTÉS :

Espèces / Chèque bancaire (*à l'ordre de la MJC Palente*) / Carte bancaire / Chèques vacances / Coupons sports



ACCÈS FACILE À LA MJC PALENTE :
ARRÊTS DE BUS ET DU TRAMWAY

TRAM 1 Arrêt Lilas **BUS** Arrêt P. et M. Curie

MODALITÉS D'INSCRIPTION ET D'ANNULATION

L'inscription à une activité ne sera définitive qu'après versement du montant total de la cotisation. Toute activité annulée par l'association (sans cours effectué) fera l'objet d'un remboursement total (cotisation et adhésion). Toute activité annulée par l'association avec au moins 1 cours effectué fera l'objet du remboursement de la cotisation (les frais de gestion et l'adhésion restant dus). Toute activité annulée par l'adhérent après 1 séance d'essai fera l'objet d'un remboursement de la cotisation (les frais de gestion restant dus). Toute activité annulée par l'adhérent en cours d'année fera l'objet d'AUCUN remboursement ni AVOIR. Toute activité arrêtée définitivement par l'adhérent en cours d'année pour raison médicale fera l'objet d'un avoir (les frais de gestion restant dus) à la date de réception d'un justificatif médical ; l'avoir sera valable 1 an et non remboursable.

NOUVEAU SITE INTERNET
SCANNEZ-MOI !



II/ LOISIRS ADOS/ADULTES

TARIFS



Pour les - 30 ans :

Avec la Carte Avantages Jeunes, 10 % de réduction sur les activités adultes.

ACTIVITÉS CULTURELLES & ARTISTIQUES	DURÉE	TARIF	PAGE
ANGLAIS	1h	180 €	10
ASTROLOGIE	1h	120 €	10
ATELIER CRÉATIF	1h	200 €	11
ATELIER D'ÉCRITURE CRÉATIVE	1h	120 €	10
ATELIER "TOUT EN COULEURS"	1h15	240 €	11
CLUB PHOTO	2h15	65 €	10
DANSE BACHATA EN SOLO	1h	172 €	11
DANSES EN COUPLE ET EN SOLO	1h	172 €	11
DANSE EXPRESSIVE	1h30	230 €	11
DANSE FLAMENCA Niveaux débutant/Initié Niveau intermédiaire, 4 ^e , 5 ^e , 6 ^e et 7 ^e années Niveau avancé, à partir de la 8 ^e année	1h15 1h30 1h30	194 € 234 € 234 €	11
DANSES TRADITIONNELLES FOLK Bal pour les Nuls Atelier tous niveaux P'tit bal	1h30 1h30 2h	FORFAIT 60 €	11
LECTURE À HAUTE VOIX	3h	257 €	12
SCULPTURE SUR BOIS	3h	105 €	12
ATELIERS INSCRIPTION À LA SÉANCE	DURÉE	TARIF	PAGE
CUISINE Atelier du jeudi (préparation d'un plat à emporter) Atelier du samedi (préparation d'un repas à partager sur place)	2h 4h	22 €/séance 40 €/séance	10 10
CÉNOLOGIE "CÉPAGES & TERROIRS"	2h30	35 €/séance	10

II/ LOISIRS ADOS/ADULTES

TARIFS

ACTIVITÉS SPORT & BIEN-ÊTRE	DURÉE	TARIF	PAGE
ANIMAL MOVE	1h		13
BALANCE ÉNERGIE	1h		13
BODY MOVE	1h		13
BODY ZEN	1h		13
CUISSES / ABDOS / FESSIERS	1h		13
ÉQUILIBRE MOBILITÉ	1h		14
GYMNASTIQUE ENTRETIEN	1h		15
STRETCHING	1h		15
STRETCHING RELAXATION	1h		15
SWISS BALL	1h		14

ACTIVITÉS SPORT & BIEN-ÊTRE	DURÉE	TARIF	PAGE
AÉROBOXE	1h	180 €	13
AQUASPORT	45 min	230 €	13
CALME & LÂCHER-PRISE	1h	150 €	13
ÉQUILIBRE CORPS & MÉMOIRE, POUR LES + 60 ANS	1h	150 €	15
GYMNASTIQUE PRÉVENTION SANTÉ : GYM DOS	1h	150 €	15
GYMNASTIQUE PRÉVENTION SANTÉ : GYM DOUCE	1h	150 €	15
HATHA YOGA	1h	160 €	14
PILATES	1h	160 €	14
RELAXATION SONORE BOLS TIBÉTAINS & GONG	1h	185 €	14
SELF-DÉFENSE	1h	180 €	14
YOGA	1H30	180 €	14
YOGA KUNDALINI	1H30	220 €	14